

**T.C.**

**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE MÜKEMMELİYETÇİLİK  
ÖZELLİKLERİ VE YETERSİZLİK DUYGUSU ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**MUHAMMED BAHTİYAR**

**BOLU-2019**

**T.C.**

**BOLU ABANT İZZET BAYSAL ÜNİVERSİTESİ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**

**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMA EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE MÜKEMMELİYETÇİLİK  
ÖZELLİKLERİ VE YETERSİZLİK DUYGUSU ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Hazırlayan**

**Muhammed BAHTİYAR**

**Danışman**

**Prof.Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM**

**BOLU, HAZİRAN-2019**

## YÜKSEK LİSANS TEZ ONAY FORMU

Muhammed BAHTİYAR tarafından hazırlanan “Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik Özellikleri ve Yetersizlik Duygusu Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi” adlı çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitimi Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir. (28.06.2019)

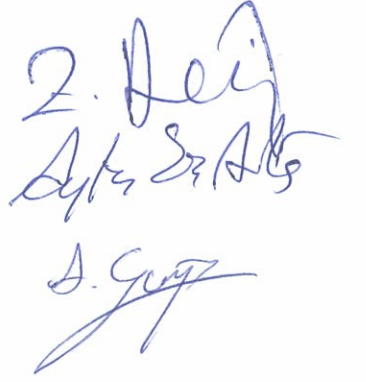
### Akademik Unvan ve Adı Soyadı

### İmza

Üye (Tez Danışmanı) : Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Ayten EREN ARTAN

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR



Eğitim Bilimleri Enstitüsü'nün Onayı

  
Prof. Dr. Türkan ARGON

Eğitim Bilimleri Enstitü Müdürü 7.

## ETİK İLKERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum, ‘Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik Özellikleri ve Yetersizlik Duygusu Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi’ başlıklı çalışmanın yazılmasında bilimsel ve etik kurallara uyduğumu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda atıfta bulunduğumu, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapmadığımı, tezin tamamının ya da bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitede bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan ederim. 25/07/2019



Muhammed BAHTİYAR

## TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitimim boyunca ve tez sürecinde her zaman destekleyici tutum içinde olan, değerli bilgilerini paylaşan, kendisinden çok şey öğrendiğim, süreç içerisinde çıkan tüm sorunlarda çözüm bulmama yardımcı olan ve rehberlik eden değerli tez danışmanım Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca jüri üyesi olarak önemli katkılarda bulunan Dr. Öğr. Üyesi Abdi GÜNGÖR'e ve Dr. Öğr. Üyesi Ayten EREN ARTAN'a ayrı ayrı çok teşekkür ederim.

Bu çalışmanın her aşamasında yardımcı olan, süreç içerisinde de desteğini esirgemeyen, ne zaman zorlansam yol gösteren çalışma arkadaşım Araş. Gör. Dr. Taner ATMACA'ya teşekkür ederim. Yine tez çalışmam sürecinde destekleyici tutumları ile bana yardımcı olan Düzce Üniversitesi Eğitim Fakültesi yönetimine ve çalışma arkadaşlarıma da minnettarım.

Hayatım boyunca yanımda olan ve hayallerimi gerçekleştirmemi destekleyen aileme süreçte anlayışla, sevgiyle destek oldukları için sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Muhammed BAHTİYAR

## İÇİNDEKİLER

ETİK İLKERE UYULDUĞUNA İLİŞKİN BEYAN .....	i
TEŞEKKÜR.....	ii
İÇİNDEKİLER .....	iii
TABLOLAR DİZİNİ .....	vi
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	vii
KISALTMALAR DİZİNİ .....	viii
ÖZET.....	ix
ABSTRACT.....	xi
I.BÖLÜM.....	1
1.Giriş .....	1
1.1 Problem Durumu.....	1
1.2.Problem Cümlesi.....	4
1.2.1. Alt problemler .....	5
1.3.Araştırmanın Amacı .....	5
1.4. Araştırmanın Önemi .....	6
1.5.Sınırlılıklar .....	7
1.6. Sayılılar.....	8
1.7. Tanımlar.....	8
II. BÖLÜM .....	10
2. Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar .....	10
2.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı.....	10
2.1.1. Mükemmeliyetçiliğe ilişkin kuramsal açıklamalar .....	10
2.2.Mükemmeliyetçilikleİlgili Araştırmalar.....	13
2.2.1.Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	14
2.2.2.Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	16
2.3.Yetersizlik Duygusu .....	17
2.3.1 Yetersizlik Duygusu ve Üstünlük Çabası .....	20

2.3.2. Yetersizlik Duygusuyla İlgili Yurtdışındaki Araştırmalar .....	22
2.3.3 Yetersizlik Duygusuyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	23
III. BÖLÜM .....	25
3.Yöntem .....	25
3.1. Araştırmanın Modeli .....	25
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi .....	25
3.3. Veri Toplama Araçları.....	27
3.3.1. FrostÇok Boyutlu Mükemmeliyetçilik (FÇBM) Ölçeği.....	27
3.3.2. Yetersizlik Duygusu Ölçeği .....	30
3.3.3. Kişisel-Demografik Bilgi Formu.....	31
3.4. Verilerin Toplanması.....	32
3.5. Verilerin Analizi .....	32
VI. BÖLÜM.....	36
4.Bulgular .....	36
4.1.Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular .....	36
4.1.1 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulgular .....	36
4.1.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular .....	38
4.1.3. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kardeş sayısına göre incelenmesine ilişkin bulgular .....	40
4.1.4. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin bulgular.....	42
4.1.5. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin bulgular .....	44
4.1.6.Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeye göre incelenmesine ilişkin bulgular.....	46
4.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin bulgular.....	49
4.3.Üniversite öğrencilerinde yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçi özellikleri yordayıcılığına ilişkin bulgular.....	50

V. BÖLÜM.....	53
5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler .....	53
5.1. Tartışma .....	53
5.1.1 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması .....	53
5.1.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması .....	55
5.1.3 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin kardeş sayısına ve doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması .....	56
5.1.4 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin algılanan sosyoekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması .....	57
5.1.5 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması .....	59
5.1.6 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bulguların tartışılması .....	60
5.1.7 Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu alt boyutlarının mükemmeliyetçilik özelliklerini yordayıcılığın incelenmesine yönelik bulguların tartışılması.....	62
5.2. Sonuç ve Öneriler.....	63
KAYNAKÇA.....	67
EKLER .....	81
Ek-1. FÇBMÖ Örnek Maddeler .....	81
Ek-2. YDÖ Örnek Maddeler .....	82
Ek-3. Kişisel-Demografik Bilgi Formu.....	83
Ek-4. Gönüllü Katılım Formu .....	84
Ek-6. Etik Kurul Onay Raporu .....	85
ÖZGEÇMİŞ .....	87



## TABLOLAR DİZİNİ

<b>Tablo 3.1.</b> Araştırma katılımcılarının kişisel ve demografik özelliklere göre dağılımı.....	23
<b>Tablo 3.2.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarına ilişkin Kolmogorov-Smirnov testi, çarpıklık, basıklık testi sonuçları .....	30
<b>Tablo 4.1.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bağımsız örneklem t testi sonuçları.....	33
<b>Tablo 4.2.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları.....	35
<b>Tablo 4.3.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kardeş sayısına göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları.....	37
<b>Tablo 4.4.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları.....	39
<b>Tablo 4.5.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları.....	41
<b>Tablo 4.6.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçları.....	43
<b>Tablo 4.7.</b> Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu alt boyut puanları arası Pearson momentler çarpımı korelasyon testi sonuçları.....	45
<b>Tablo 4.8.</b> Üniversite öğrencilerinde yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçilik özelliklerini yordayıp yordamadığına ilişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi sonuçları.....	47

## ŞEKİLLER DİZİNİ

**Şekil 3.1.**Frost çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin normallik testi (Q-Q) plot histogramı.....32

**Şekil 3.2.**Yetersizlik Duygusu Ölçeğinin normallik testi (Q-Q) plot histogramı.....32



**KISALTMALAR DİZİNİ**

<b>Akt :</b>	Aktaran
<b>Ed:</b>	Editör
<b>ÇBM:</b>	Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik
<b>FÇBMÖ:</b>	Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği
<b>YDÖ:</b>	Yetersizlik Duygusu Ölçeği
<b>SPSS:</b>	Sosyal Bilimler için İstatistik Paket Programı

## ÖZET

# ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE MÜKEMMELİYETÇİLİK ÖZELLİKLERİ VE YETERSİZLİK DUYGUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Bahtiyar, Muhammed  
Yüksek Lisans Tezi  
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Eğitimi Bilim Dalı  
Tez Danışmanı: Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM  
Haziran-2019, xii +90 Sayfa

Araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu temel amacın yanı sıra, mükemmeliyetçilik özelliklerinin; cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan akademik başarı gibi kişisel ve demografik özellikler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel ve betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi yaş ortalaması 21 olan 672 üniversite öğrencisinden (485 kadın, 187 erkek) oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak; Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Yetersizlik Duygusu Ölçeği ve Kişisel-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde mükemmeliyetçilik özelliklerinin kişisel ve demografik özelliklere göre karşılaştırılmasında t testi ve ANOVA tekniği, mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ise Pearson korelasyon testi ve çoklu aşamalı regresyon testi kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kişisel ve demografik özelliklerden cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan sosyo-ekonomik düzey ve algılanan akademik başarıya göre farklılık gösterdiği, ancak kardeş sayısı ve doğum sırasına göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duyguları arasında pozitif

orta düzey bir ilişki olduğu ve yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçilik özelliğinin pozitif bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Üniversite öğrencileri, mükemmeliyetçilik, yetersizlik duygusu



**ABSTRACT****THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN  
PERFECTIONISM AND INFERIORITY FEELING OF UNDERGRADUATE  
STUDENTS ACCORDING TO SOME VARIABLES**

Bahtiyar, Muhammed

Master Thesis

Department of Educational Sciences

Guidance and Psychological Counseling Programme

Supervisor: Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM

June-2019, xii + 90 Pages

The main aim of the study was to examine the relationship between the perfectionism and inferiority feeling of undergraduate students. In addition, it was aimed to examine the perfectionism of undergraduate students according to some personal and demographic variables such as gender, grade level, number of siblings, birth order, perceived socio-economic level, and perceived academic achievement.

In this study, a relational and descriptive survey model, one of quantitative research methods was used. The population of study consisted of 672 university students (485 female, 187 male) with mean ages was 21. In this study; Frost Multidimensional Perfectionism Scale, Inferiority Feeling Scale and Personal-Demographic Information Form were used to collect data. For the analysis of data, the independent sample t test and ANOVA were used for group comparisons according to personal and demographical qualities and Pearson correlation test and multiple hierarchical regression test were used to determine the relations between perfectionism and inferiority feeling.

As a result of the study, it was found that the perfectionism of undergraduate students differentiated according to gender, grade, perceived socio-economic level and perceived academic achievement. In addition, there was a positive medium correlation

between perfectionism and inferiority feeling of undergraduate students. It was also found that the inferiority feeling was a positive predictor of perfectionism.

**Keywords:** undergraduate students, perfectionism, inferiority feeling



## I.BÖLÜM

### 1.Giriş

#### 1.1 Problem Durumu

Modern yaşam, bireylerin ruh sağlığını olumlu ve olumsuz yönde etküleyebilmektedir. Son zamanlarda daha fazla geçerli olan rekabete ve sınanmaya dayalı yaşam ve çalışma koşulları, insanların sıklıkla kendi yeterliliklerini sorgulamalarına ve kendini geliştirme yönünde daha fazla baskı hissetmelerine, çaba göstermelerine yansımaktadır. Günümüz dünyası ve toplumu, bireylerden gelişim dönemlerini sağlıklı geçirmeleri ve yaşamsal amaçlarına ulaşmaları için çeşitli bilgi ve becerilerle donanımlı olmalarını beklemektedir. Özellikle endüstrileşmenin rekabetçi etkisiyle genç bireyler ebeveynlerine göre daha zor sosyal ve ekonomik koşullarla yüzleşmektedir (Ipsos, 2014). Ancak yaşamsal amaçları yerine getirme isteği ve çabası her zaman ya da her koşulda gerçekleşmemekte ve bireylerin mükemmellik çabası bazen potansiyellerini yansıtmalarında ve yaşamsal amaçlarına ulaşmalarında engelleyici olabilmektedir.

Mükemmeliyetçilik konusunu ilk ele alan kuramcılardan biri olan Adler'e göre "mükemmel olmak için çabalamak yaşamın bir parçası ve bu çaba, doğuştan gelen bir dürtüdür" (Ansbacher ve Ansbacher, 1955. syf.104). Adler mükemmeliyetçiliği doğuştan gelen bir özellik olarak kabul etmiş; sağlıklı ve anormal olarak iki boyutta ele almıştır. Mükemmeliyetçiliğin, olumlu ve olumsuz boyutları olduğunu belirterek, birey kendine gerçekçi standartlar belirlediğinde mükemmeliyetçiliğin, başarı getiren iyi bir güdüleyici olduğunu belirtmiştir. Ancak gerçekçi olmayan hedefler konulduğunda ise başarıya ulaşmada engelleyici olabileceğini savunmuştur (Roedell, 1984). Bu açıklama Adler'in mükemmeliyetçiliği çok boyutlu olarak ele aldığını göstermektedir (Sullivan ve Braton, 2016).



Daha sonraki dönemlerde ise mükemmeliyetçilik psikiyatrik bir bakış açısıyla ele alınmış ve mükemmeliyetçiliğin, kişiliğin ihmal edilmiş bir özelliği olduğu görüşü ileriye sürülmüştür (Hollender, 1965; Missildine, 1963). Mükemmeliyetçiliği ilk defa etkili teorik bir çerçeveye ele alan ve açıklamaya çalışan görüşler ise Hamachek (1978) tarafından ortaya konmuştur. Hamachek mükemmeliyetçiliğin iki boyutunun olduğunu belirtmiştir. Bunlardan pozitif ve normal mükemmeliyetçiliği; mükemmeliyetçi çabalar göstermekten memnun olması, negatif ve nevrotik mükemmeliyetçiliği ise; bireylerin mükemmeliyetçi çabalar göstermekten acı duyması olarak açıklamıştır. Daha sonraları Burns'un 1980 yılında geliştirdiği Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile mükemmeliyetçilik kavramı, klinik ve deneysel araştırmaların odaklandığı bir konu haline gelmiştir. Ancak söz konusu bu ölçek tek boyutlu olduğu ve klinik olmayan durumlarda kullanılmadığı için yeni ölçme araçlarına ihtiyaç duyulduğu alan yazında belirtilmiştir (Stoeber, 2018).

Frost ve arkadaşları 1990 yılında mükemmeliyetçiliği; *kişisel standartlar, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve düzen* olmak üzere 6 boyutta ele almışlardır. Bunlardan kişisel standartlar; performansa dair yüksek beklentileri, hatalara aşırı ilgi; kendini değerlendirirken sürekli hata yapma korkusunu ve negatif sonuçlar almayı ifade etmektedir. Davranışlardan şüphe; doğru şeyi yapma konusundaki belirsizlikle ilgili kararsızlığa yönelme eğilimini ifade etmektedir. Aile beklentileri ve ailesel eleştiri, mükemmeliyetçilerin ebeveynlerinin kendilerinden mükemmel olmasını beklediklerini ve bu beklentileri karşılamakta başarısız olduklarında eleştirileceklerine dair algılarını ifade etmektedir. Son olarak, düzen boyutu ise; organize olma eğilimlerini, düzen ve titizliğiaçıklamaktadır (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990).

Hewitt ve Flett (1990) ise mükemmeliyetçiliği 3 farklı boyutta açıklayan bir kuram ortaya koymuşlardır. Bunlar; kendine odaklı, diğerlerine odaklı ve sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik boyutlarıdır. Kendine odaklı mükemmeliyetçilik, mükemmel olmak için çaba göstermenin ve mükemmel olmanın önemli olduğu konusunda içsel olarak motive edilmiş inançlardan oluşur. Buna karşın, diğerleri odaklı mükemmeliyetçilik, başkalarının mükemmel olmak için çaba göstermesinin ve mükemmel olmasının önemli olduğu konusunda içsel olarak motive edilmiş inançları içerir. Diğerleri odaklı mükemmeliyetçiler genellikle başkalarının mükemmel olmasını

bekler. Son olarak, sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik; mükemmel olmak için çaba göstermenin ve mükemmel olmanın başkaları için önemli olduğuna dair dışsal olarak motive edilmiş inançları içermektedir. Sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiler, başkalarının bireyden mükemmel olmasını beklediklerine inanmaktadır (Hewitt ve Flett, 1991, 2004).

Cox, Enns ve Clara (2002) yapmış oldukları çalışmada, Frost ve ark., (1990) tarafından geliştirilen ve Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilen iki farklı çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeklerini karşılaştırmışlardır. Frost ve ark.(1990) geliştirdiği ölçeğin alt boyutları olan hatalara aşırı ilgi, davranışlarından şüphe, ailesel eleştiri ile Hewitt ve Flett (1991)'in geliştirdiği ölçeğin alt boyutu olan toplum tarafından belirlenen mükemmeliyetçilik boyutlarının, uyumsuz mükemmeliyetçiliği oluşturduğu; kişisel standartlar, düzen ve kendi odaklı mükemmeliyetçiliğin uyumlu mükemmeliyetçiliği içerdiği belirtilmiştir.

Mükemmeliyetçilik kavramının, başlangıçta kişiliğin olumsuz ve nevrotik bir yönü olarak ele alınırken daha sonra içinde olumlu ve olumsuz boyutlar barındıran çok boyutlu bir bakış açısıyla ele alındığı görülmektedir. Mükemmeliyetçilik, ilk olarak Bireysel Psikoloji kuramında 'üstünlük çabası ve yetersizlik duygusu' kavramı kapsamında ele alınmıştır. Adler, her bireyin yetersizlik duygusuyla dünyaya geldiğini, üstün hissetmek ve mükemmel olmak için çaba gösterdiğini ileri sürmüştür (Adler, 2013).

Yetersizlik duygusu (inferiority feeling), benzer şekilde Adler'in Bireysel Psikoloji Kuramı'nın temel kavramlarından (Akdoğan, 2012). Adler, yetersizlik duygusunu, bireyin doğumundan itibaren başlayan biyolojik zayıflığı ve yetersizliği ile ilişkilendirmiştir. Bu ilişkilendirme genel olarak fiziksel olmasına rağmen, daha sonra ortaya çıkacak olan psikolojik yetersizlik duygusunun temelini oluşturabilmektedir. Her insan yetersizlik duygusuyla dünyaya gelmektedir Bu yetersizlikler bazen bir organ eksikliği gibi fizyolojik boyutta, bazen de olumsuz duygu ve düşünceler gibi psikolojik boyutta olabilir. Dünyaya bu tür bir güçlkle gelen birey yaşamının erken döneminden itibaren, sosyal bir varlık olarak yaşam amacının engellenmesine yol açan durumlarla karşılaşabilmektedir (Adler, 2013). Adler önceleri yetersizlik duygusunun organ yetersizliğinden ve çocuğun yetersizliğinden, küçüklüğünden kaynaklandığını ileri

sürmüştür. Ancak daha sonra bu görüşlerinde bazı değişimler yaparak, yetersizlik duygusunun kişinin kendi ideal dünyasını oluşturmadaki eksikliğinden kaynaklandığı şeklinde düzenlemiştir (Adler, 1957). Adler çalışmalarında sosyal ilgi ve mücadele konularına daha çok yer vermiş olsa da yetersizlik duygusuna karşı üstünlük kurma çabasını bireyin yaşamında belirleyici bir motivasyon olarak görmüştür (Dixon ve Strano, 1989).

Adler'e göre (1927) yetersizlik duygularının kaynağı, yaşamın herhangi bir evresinde tamamlanmama, bir kusura sahip olmadır. Bu duygular gelişimsel, psikolojik ve fiziksel boyutları olan duygu örüntüleridir. Adler'in kuramına göre yaşamın amacı haz arayışı değil kusursuz ve yeterli hissetmektir. Adler'e göre bireyin yaptığı bütün çabalar ve eylemler yaşamda engeller üzerinde bir üstünlük kurmak ve bu şekilde yetersizlik duygularından kurtulmak üzerine kurgulanmıştır (Burger, 2006).

Mükemmeliyetçilik ve yetersizlik duygusu arasındaki ilişkiyle ilgili olarak, Ashby ve Kottman (1996) olumlu mükemmeliyetçilik duygusuna sahip olan bireylerin kontrol edilebilir düzeyde yetersizlik duygusu yaşadıklarını ve bu duyguyu amaçlarına ulaşmak için işlevsel ve yapıcı bir güç olarak kullandıklarını belirtmiştir. Bu kişiler daha fazla sosyal ilgiye sahiptirler ve hem kendileri hem de başkaları için yararlı işler yaparlar. Diğer taraftan olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri olan bireylerin daha fazla yetersizlik duygusu yaşadığını ve daha az sosyal ilgiye sahip olduğunu ileri sürmüşlerdir.

## 1.2.Problem Cümlesi

Problem durumunda Adler'in bireysel psikoloji kuramında ele alınan yetersizlik duygusu ve üstünlük çabası ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi yansıtan açıklamalar ve araştırma bulgularına dayanarak bu çalışmada 'Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri yetersizlik duygusu ile ilişkili midir?, mükemmeliyetçilik özellikleri kişisel ve demografik niteliklerine (yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan akademik başarı) göre farklılık göstermekte midir? sorularına cevap aranmaktadır.

### 1.2.1. Alt problemler

1. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri kişisel ve demografik özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.1. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.2. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri sınıf düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.3. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri kardeş sayısına göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.4. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri doğum sırasına göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.5. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre farklılık göstermekte midir?
  - 1.6. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri algıladıkları akademik başarı düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasında ilişki var mıdır? Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duyguları mükemmeliyetçilik özelliklerini yordamakta mıdır?

### 1.3. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkiyi belirlemektir. Ayrıca üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerini; yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, algılanan akademik başarı, kardeş sayısı, doğum sırası ve ailenin gelir düzeyi gibi kişisel demografik değişkenler açısından incelemektir. Araştırmanın bağımlı değişkeni mükemmeliyetçilik özellikleri bağımsız değişkenleri ise, cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, algılanan sosyo-ekonomik düzey, algılanan akademik başarı ve yetersizlik duygusudur.

#### 1.4. Araştırmanın Önemi

Mükemmeliyetçilik, olumlu veya olumsuz; tek boyutlu veya çok boyutlu gibi farklı açılardan değerlendirilen, bireylerin çocukluk dönemlerinden itibaren şekillenen ve yaşamları boyunca sahip oldukları özellikleri olarak ele alınmaktadır. (Dunkley, Zuraff ve Blankstein, 2006). Mükemmeliyetçi bireyler, başarı veya sonucun ötesinde sürekli kendilerine yüksek standartlar belirler ve belirledikleri amaçlara ulaşmakta zorlanırlar (Maloney ve diğerleri, 2014). Bu bireyler sürekli gerçekçi olmayan veya imkansız amaçlar uğruna çaba gösterirler ve kendi öz değerlerini ortaya çıkan sonuçla ölçerler. Başarısız olduklarında kendilerini değersiz ve yetersiz görme eğilimindedirler (Burns, 1980). Mükemmeliyetçiliğin bu şekilde genellikle olumsuz ele alınmasının sebebi mükemmeliyetçiliği ölçmek için geliştirilen ölçeklerin yetişkinlere yönelik olması ve mükemmeliyetçiliğin işlevsel olmayan uyumsuz taraflarına odaklanmasıdır (Rice ve Preusser, 2002). Olumlu mükemmeliyetçilik kavramı ise bireyde mükemmel olmakla ilgili endişelerin az olduğunu ve amaca ulaşmak için akılcı hedefler koyup çaba göstermekle açıklanmaktadır (Stoeber ve Rambow, 2007).

Alan yazında mükemmeliyetçiliğin; stres ve kaygı (Flett ve ark, 1995; Hamarta, 2009), tükenmişlik (Hill ve Curran, 2016), pozitif ve negatif duygulanım (Castro ve ark, 2017), erteleme (Rice ve ark, 2012; Kaya, 2016), iyilik hali (Chang, 2006) gibi birçok olumlu ya da olumsuz psikolojik özelliklerle ilişkili olduğu bulguları bulunmaktadır. Benzer şekilde üniversite öğrencilerinde uyumsuz mükemmeliyetçiliğin depresyonla ilişkili olabileceği ve ruh sağlığını olumsuz etkileyebileceği ve hatta intiharla sonuçlanabileceğini belirten araştırmalar bulunmaktadır (Rice ve Dellwo, 2002; Rice ve Mirzadeh, 2000; Hewitt ve ark, 1994). Bu yönüyle mükemmeliyetçilik ruh sağlığı açısından önemli bir kavramdır.

Mükemmeliyetçilik, alan yazında genellikle olumsuz psikolojik faktörlerle yapılan ilişkiisel araştırmalarda bağımsız değişken olarak ele alınarak birçok değişkenle ilişkisine bakılmıştır ancak mükemmeliyetçiliği yordayan değişkenlerin ele alındığı araştırmaların sayısı oldukça azdır (Curran ve Hill, 2017). Bu araştırma, yetersizlik duygusu ile mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişkiyi Türkiye kültüründe ilk defa

incelenecek olması ve yetersizlik duygusunu mükemmeliyetçiliği yordayan bir değişken olarak ele alması bakımından önemli ve özgündür.

Alan yazına bakıldığında mükemmeliyetçilik kavramının cinsiyet, yaş, sınıf, akademik başarı, gibi değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bazı araştırmaların olduğunu (Gilman ve Ashby, 2003; Köroğlu, 2008; Hart ve diğerleri, 2014;) ancak kardeş sayısı, doğum sırası, algılanan sosyo ekonomik düzey gibi önemli kişisel demografik özelliklere göre ele alan çalışmaların bulunmadığı görülmektedir. Bu açıdan çalışmanın Adler'in bireysel psikoloji kuramına göre bireyin gelişiminde önemli olduğunu ileri sürdüğü kardeş sayısı ve doğum sırası özelliklerinin mükemmeliyetçiliğe göre farklılık gösterip göstermesinin incelenecek olması önemlidir.

Bu araştırmanın diğer önemi ise Adler'in bireysel psikoloji kuramında yer alan yetersizlik duygusu ve üstün olma çabası kavramının yetersizlik duygusu boyutunun incelenecek olmasıdır. Yetersizlik duygusu geçmişte daha çok kuramsal bir kavramken son zamanlarda dailişiksel ve deneysel araştırmalarla yeniden ele alınmaya başlamıştır. Bu yönüyle güncel olan bu araştırmanın da Adler'in bireysel psikoloji kuramıyla ilgilenen araştırmacılara katkı sunacağı ve önemli olduğu düşünülmektedir.

### 1.5.Sınırlılıklar

1. Bu araştırma üniversitede öğrenim gören lisans öğrencilerini kapsamaktadır. Bu nedenle araştırma sonuçları benzer öğrenim ve gelişim düzeyindeki bireylere genellenebilir.
2. Araştırma Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Yetersizlik Duygusu Ölçeği'nin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.
3. Araştırma katılımcısı üniversite öğrencilerinin gelir düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Demografik Bilgi Formu'nda 'Ailenizin gelir düzeyi aşağıdakilerden hangisine uygundur?' sorusu yöneltilmiş ve katılımcıların 'düşük-orta-yüksek' olarak sunulan seçeneklerden birini işaretlemeleri beklenmiştir. Bu nedenle gerçek gelir düzeyinden çok algılanan gelir düzeyini ifade ettiği göz önünde bulundurulmalıdır.

4. Araştırma katılımcısı üniversite öğrencilerinin algılanan akademik başarı düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Demografik Bilgi Formu'nda 'Sizce akademik başarı düzeyiniz aşağıdaki seçeneklerden hangisine uygundur?' sorusu yöneltilmiş ve katılımcıların 'düşük – orta – yüksek' olarak sunulan seçeneklerden birini işaretlemeleri beklenmiştir. Bu nedenle katılımcıların akademik başarılarını kendi bildirimlerine dayalı olarak ifade ettikleri göz önünde bulundurulmalıdır.

### 1.6. Sayıtlılar

1. Araştırma gönüllülük ilkesine dayandığı için, araştırma katılımcılarının ölçekleri gerçek durumlarını yansıtacak şekilde içtenlikle yanıtladıkları varsayılmaktadır.

2. Araştırmada kullanılan Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Yetersizlik Duygusu Ölçeği'nin söz konusu özellikleri ölçtüğü varsayılmaktadır.

### 1.7. Tanımlar

**Mükemmeliyetçilik:** Mükemmeliyetçilik temel olarak yüksek kişisel standartlara sahip olma ve kendini değerlendirmede eleştirel olma olarak tanımlanır. Olumlu mükemmeliyetçilik bireyin yüksek standartlar belirleyip kendini düzenli bir şekilde desteklemesi olarak tanımlanırken; olumsuz mükemmeliyetçilik bireyin yüksek standartları ve gerçek performansı arasındaki algı farkı olarak tanımlanmaktadır (Slaney ve ark, 2001).

**Düzen:** Mükemmeliyetçiliğin olumlu boyutlarından olan düzen kavramı, düzenli ve temiz olma eğilimini, hijyen, düzen ve düzenliliğin önemini yansıtmaktadır.

**Hatalara Aşırı İlgi:** Mükemmeliyetçiliğin olumsuz boyutlarından olan bu kavram hatalara negatif tepkileri, hataları başarısızlıkla eşit olarak görme ve başarısızlığının sonucu diğerlerinin saygısını kaybedeceğine inanma eğilimini açıklamaktadır.

**Davranışlardan Şüphe:** Davranışlardan şüphe, bireyin görevlerini (işlerini) tamamlama becerisinden şüphe etme eğilimini ve göreve ulaşırken başarısız olacağı kaygısı taşımasıdır.

**Aile Beklentileri:** Bireylerin, ebeveynleri tarafından çok yüksek standartlar oluşturduğuna ve bu standartlara ulaşma konusunda güçlükler yaşanacağına inanma eğilimini yansıtmaktadır.

**Ailesel Eleştiri:** Mükemmeliyetçiliğin olumsuz boyutlarından olan ailesel eleştiri, bireyin ebeveynleri tarafından sürekli olumsuz eleştiriler alacağını algılamasını yansıtmaktadır.

**Kişisel Standartlar:** Mükemmeliyetçiliğin bu boyutu çok yüksek standartlar oluşturma ve öz-değerlendirmede bu standartların çok önemli bir yeri ve işlevi olduğunu açıklamaktadır.

**Yetersizlik Duygusu:** Her bireyin yetersizlik duygularıyla dünyaya gelir. Çocuklar yetersizlik duygusu sonucu gelişen mükemmel olma ve üstünlük çabası motivasyonu sayesinde toplumsal ilgilerini ayakta tutarlar. Yetersizlik duygusu insanın yeterince uyum sağlayamadığı ya da üstesinden gelecek donanıma sahip olmadığı bir durumda ortaya çıkan ve karşılaşılan güçlüğü üstesinden gelinemeyeceği inancıyla kendini açığa vuran bir duygudur (Adler, 1958; Akdoğan, 2012).



## II. BÖLÜM

### 2. Kuramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar

Araştırmanın bu bölümünde, alan yazına dayalı olarak mükemmeliyetçilik ve yetersizlik duygusu ile ilgili kuramsal bilgilere ve konuyla ilgili yapılan araştırmalara yer verilmiştir.

#### 2.1. Mükemmeliyetçilik Kavramı

Adler, mükemmele ulaşma çabasının olumlu ve doğuştan olduğunu, bireyin ulaşılabilir amaçlar için çabalamasının olumlu bir nitelik olduğunu belirtmiştir. İnsanlar yetersizlik duygusuyla baş etmek için kendilerine yaşam amaçları koyarlar ve bunu üstünlük çabasına dönüştürürler. Bireylerin bu çabası, daha eksiksiz ve mükemmel bir gelişim, başarı ve kendini kavramayı kapsayan üstünlük, bir başka ifadeyle de mükemmelliktir. Bu çaba uygarlığın ortaya koyduğu tüm ilerlemelerin de temelinde yatar (Schultz ve Schultz, 2001).

##### 2.1.1. Mükemmeliyetçiliğe ilişkin kuramsal açıklamalar

Mükemmeliyetçiliği açıklayan ilk kuramlardan olan Psikanalitik Kuram'a göre her insan kusursuz olmak için çabalar. Freud'un hem topografik modelinde (id,ego, süperego) hem de gelişim dönemleri kuramında kusursuz ve mükemmel olmakla ilgili görüşleri bulunmaktadır. Freud'a (1957) göre mükemmeliyetçi ve kusursuz olma çabası yüksek statüye ulaşmak için katı amaçlar belirleyen süperegonun abartılmış bir

dışavurumdur (akt; Mısırlı-Taşdemir, 2003). Ayrıca Freud'un Haz İlkesinin Ötesinde adlı çalışmasında anal dönemde çocuğun ebeveynle kurduğu ilişkide ödül ve cezanın düzeyi ve otoriter ebeveyn tutumlarının mükemmel olma çabasıyla ve sürekli ebeveyn tarafından onaylanma ihtiyacıyla ilişkili olduğu ileri sürülmüştür (Freud, 2001). Aynı zamanda Freud narsisizmi tanımlarken narsisistik kişilerin mükemmel ve kusursuz düşünme ve davranma özelliklerine sahip olduklarını öne sürmüştür (Freud, 1957 akt; Smith ve diğerleri; 2016).

Karen Horney (1956) ise mükemmeliyetçiliği 'zorunluluğun zulmü' olarak tanımlamış ve yüksek düzeyde nevrotik kişilik eğilimi olarak kabul etmiştir. Horney'e göre mükemmeliyetçilik kendine güvensizlik sonucu oluşmaktadır ve bu güvensizliği yenmek için birey kusursuz sandığı benliğine uygun olmayan beklentiler ve davranışlar sergilemektedir. Kendine yabancılaştıkça bireyin kişilik bütünlüğü debozulmaktadır(Horney, 1956; akt, Kırdök; 2004).

Mükemmeliyetçiliği sadece nevrotik bir kavram olarak ele almayıp doğuştan gelen bir sağlıklı bir güdü olduğunu ileri süren ilk kuramcı Alfred Adler'dir. Adler'e göre (1957) her birey doğuştan yetersizlik duygusuyla dünyaya gelir ve bu duyguyla önce güvende hissetmek için daha sonra sevilmek için sonrasında ise özerk kişilik geliştirmek için üstün olmaya çabalamaktadır. Birey ilk dünyaya geldiği andan itibaren hissettiği bu fiziksel çaresizlik ve kendine yetememe motivasyonu sayesinde ve organlarının daha olgunlaşmaması veya eksikliği yüzünden yaşamının ilk yıllarında yetersizlik duygusunu yoğun biçimde hissetmektedir. Ardından bu yetersizlik duygusunu üstünlük çabasına dönüştürmek için olumlu ve uyumlu mükemmel olma çabaları gösterir. Eğer bu çabalarında başarısız olursa ve sorunlar yaşarsa olumsuz nevrotik mükemmeliyetçilik özellikleri gösterir ve bütün yaşamına etki edebilir (Adler, 1950; Adler, 1927; Ansbacher ve Ansbacher, 1955).

Davranışçı kuram açısından mükemmeliyetçiliğe bakıldığında ise davranışçı kuramcılar davranışın sürmesi ve kalıcı olması için çevrenin önemini vurgulamaktadırlar (Skinner, 1938; akt; Santrock, 2014). Skinner'e göre bireyin davranışları olumlu şekilde pekiştirildiğinde ve ödülle sonuçlandığında artabilmektedir. Aynı şekilde insanlar ödüllendirici sonuçları olmayan ya da cezalandırılan davranışlarda bulduklarında aynı davranışı giderek daha az sergileme eğilimi gösterirler (Nelson-

Jones, 1982). Bu kurama göre mükemmeliyetçilik kavramı, pekiştireçlere olan ihtiyaçlarla basit bir şekilde açıklanabilir.

Sosyal bilişsel öğrenme kuramının öncüsü Bandura'ya göre eğer pekiştireç yalnızca mükemmel ve kusursuz bir sonuca erişildiğinde veriliyorsa, birey bu yaşantı yoluyla mükemmelliği pekiştireç kazanmak için gereksinim olarak öğrenecektir (Cüceloğlu, 1991).

Akılcı duygusal davranış kuramının öncüsü Ellis (1977), mükemmeliyetçiliği mantıksız inançlar yaklaşımıyla ele almaktadır. Bireyin değerli olabilmesi için tamamen yeterli, yetenekli ve hiç hata yapmadan her şeyin üstesinden gelebilmesi akılcı olmayan inanç olarak belirtilmiştir. Bu yaklaşıma göre aşırı talepkarlık ve kendini olumsuz değerlendirme mükemmeliyetçiliğin özellikleri arasındadır. Birey ulaşamadığı istekler karşısındakendini engellenmiş hisseder ve "ya hep ya hiç" düşüncesi hâkimdir. Mükemmeliyetçiler yaşamdan zevk almak yerine, kişisel değerini görmezden gelerek mantıksız ve işlevsel olmayan bir durum ortaya çıkarmaktadırlar (Ellis, 1977; akt. Büyükbayraktar, 2011)

Mükemmeliyetçilik kavramının ilk zamanlar tek boyutlu olarak incelendiği görülmektedir. Bu açıdan ele alınan mükemmeliyetçilikte daha çok sağlıklı olmayan bir durum olarak tanımlanmıştır ve klinik durumlarda kişiliğin negatif yönlerini tanımlamak için kullanılmıştır. (Hamachek, 1953; Burns, 1980).

Flett ve Hewitt (2002) mükemmeliyetçilik kavramını üç boyutla ele alarak; kendine yönelik, diğerlerine yönelik ve toplum tarafından belirlenmiş mükemmeliyetçilik olarak sınıflandırmışlardır. Frost ve arkadaşları (1990), mükemmeliyetçiliği kendini değerlendirmede çok fazla eleştirel olmanın da eşlik ettiği, performans için ulaşması güç yüksek standartlar koyma olarak tanımlamışlardır. Frost ve arkadaşları (1990) mükemmeliyetçiliği açıklarken çok boyutlu bir yaklaşım benimsemiştir. Alt boyutlar bireyin kendini değerlendirmesi, yaptığı işteki performans kaygısı ve şüphe, ebeveynlerin beklentileri konusunda kaygı duyma ve düzenli, tertipli olma endişesi gibi özellikleri kapsamaktadır. Belirtilen özelliklere dayanarak Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Frost's Multidimensional Perfectionism Scale, 1991) geliştirilmiştir. Alt boyutlar "Düzen", "Hatalara Aşırı İlgisi", "Davranışlardan Şüphe", "Aile Beklentileri", "Ailesel Eleştirisi" ve "Kişisel standartlar" olarak belirlenmiştir.

Anne baba ile olan etkileşimi dikkate alan bu yaklaşımda sadece olumsuz odaklanılmaktadır. Mükemmeliyetçiliği çok boyutlu olarak ele alan diğer bir model ise Slaney ve arkadaşlarının (1996) geliştirdiği modeldir. Bu modele göre mükemmeliyetçilik üç boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar yüksek standartlar, çelişkiler ve düzen boyutlarıdır. Çelişki bireyin performansı ile standartları arasındaki uyumsuzluğu algılamasıdır. Yüksek Standartlar alt boyutu yüksek kişisel standartlar belirlemeyi ve düzen alt boyutu ise bireyin düzen tercihini tanımlamaktadır (Slaney ve diğerleri, 2001).Slaney ve arkadaşları, 2001 yılında bu modele ve alt boyutlara göre bir ölçme aracı geliştirmişlerdir. Neredeyse Mükemmel Ölçeği olarak adlandırdıkları bu ölçekte yüksek standartlar ve düzen alt ölçekleri mükemmeliyetçiliğin olumlu yönünü ölçerken, çelişki alt boyutu olumsuz yönünü ölçmektedir (Kırdök, 2004).

Mükemmeliyetçiliği iki boyutlu olarak ele alan ve açıklamaya çalışan modeller vardır (Rice ve Preusser; 2002; Stoeber ve Otto, 2006). Rice ve Preussermükemmeliyetçiliği uyumlu ve uyumsuz olarak ikiye ayırmışlar ve uyumlu mükemmeliyetçiliğin pozitif, uyumsuz mükemmeliyetçiliğin negatif olduğunu belirtmişlerdir. AyrıcaStoeber ve Otto (2006) da mükemmeliyetçiliği iki boyutta ele almışlardır. Uyumlu mükemmeliyetçiliği, mükemmeliyetçi çabalar; uyumsuz mükemmeliyetçiliği ise mükemmeliyetçi endişeler olarak tanımlamışlardır. Mükemmeliyetçi endişelerin yüksek olmasının depresyon, çaresizlik, kaygı ve stres gibi psikolojik semptomlarla pozitif yönde, düşük olmasının ise yaşam doyumu, fonksiyonel baş etme becerileri gibi olumlu psikolojik durumlarla pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca mükemmeliyetçi çabaların düşük olmasının depresyon, çaresizlik, kaygı, stresle pozitif yönde ilişkiliyken, bu çabaların artmasının umut, yaşam doyumu ve fonksiyonel baş etme becerileriyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur (Stoeber, Koborive Brown,2010; Ashby ve ark, 2011; Gnilka ve Rice; 2017).

## 2.2.Mükemmeliyetçilikleİlgili Araştırmalar

Bu bölümde mükemmeliyetçilikle ilgili yapılan araştırmalar yayımlandıkları yıla göre geçmişten günümüze doğru sıralanmıştır.

### 2.2.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Hewitt ve Flett'in (1991) mükemmeliyetçiliği bireysel (self) ve sosyal bağlamda inceledikleri çok aşamalı çalışmalarında mükemmeliyetçiliği çok boyutları olan ve bu boyutlarının psikopatolojilerle ilişkili olan bir kavram olarak değerlendirmişlerdir. Araştırmanın ilk aşaması olan 52 kadın ve 104 erkek toplam 156 üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmada mükemmeliyetçilik ve cinsiyet ilişkisini araştırmışlardır. Araştırma sonucunda erkekler ve kadınlar arasında mükemmeliyetçilik ölçeğinden alınan toplam puan açısından anlamlı bir fark olmadığını sadece mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan diğerleri odaklı mükemmeliyetçilikte erkeklerin puanlarının kadınlardan anlamlı derecede yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Mükemmeliyetçilik ile ebeveyn tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmada öncelikle 568 üniversite öğrencisine Olumlu–Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği uygulanmıştır. Daha sonra olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik puanı yüksek olan 58'er kişi belirlenmiştir. Belirlenen bu iki gruptaki öğrenciler benlik saygısı ve ebeveyn tutumları yönünden karşılaştırıldığında korumacı ebeveyn tutumu ile yetiştirildiğini belirtenlerin olumsuz, özerk ve destekleyici ebeveyn tutumu ile yetiştirildiğini belirtenlerin ise olumlu mükemmeliyetçilik özelliklerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Ayrıca olumlu mükemmeliyetçi özelliklere sahip bireylerin benlik saygılarının da daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Rice, Ashby ve Preusser, 1996).

Hart ve arkadaşlarının (1998), mükemmeliyetçilik ve öz yeterlik ilişkisini inceledikleri çalışmalarında 271 üniversite öğrencilerine Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Genellenmiş Öz Yeterlik ölçeğini uygulamışlardır. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Bu çalışmada Frost'un mükemmeliyetçilik kuramının alt boyutlarından olan Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik ve Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilikle düşük öz yeterlik arasında ve Sosyal Düzene Yönelik Mükemmeliyetçilikle de yüksek öz yeterlik arasında ilişki bulunmuştur. Ancak araştırma sonucunun mükemmeliyetçiliğin öz yeterliliği önemli derecede yordadığını gösterecek kadar anlamlı olmadığı belirtilmiştir.

Mükemmeliyetçilik ve psikolojik iyilik hali ilişkisinde stresin aracı rolünün araştırıldığı bir araştırmada, 256 üniversite öğrencisi örnekleminde yapılan yapısal

eşitlik çalışmasına göre Ryff'in (1989) psikolojik iyilik hali modelini oluşturan bileşenlerden olan özerklik, çevresel hakimiyet ve yaşamın amacı boyutları ile sosyal olarak dayatılmış mükemmeliyetçilik ilişkisinde stresin aracı rolü olduğu öne sürülmüştür (Chang, 2006).

Ortaokul öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ve aile ilişkileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, yaşları 11 ile 15 arasında değişen 253 ortaokul öğrencisine Neredeyse Mükemmel Ölçeği, Aile Uyumu Ölçeği, Ailesel Çevre Ölçeği, Ebeveyn İlgisi ölçekleri uygulanmıştır (Gnilka ve Noble, 2011). Araştırma sonucuna göre uyumlu mükemmeliyetçi öğrencilerinin uyumsuz mükemmeliyetçilere göre ebeveynlerinden daha çok ilgi gördükleri ve ebeveynleri tarafından daha az eleştirildikleri bulunmuştur. Ayrıca ailenin sosyal desteği ve kabulün mükemmeliyetçi öğrencileri başarıya ulaşmaları bakımından sürekli motive ettiği öne sürülmüştür.

188 üniversite öğrencisiyle yapılan bir araştırmada pozitif negatif duygulanım, beş faktörlü kişilik, iyilik hali gibi değişkenlerle yapılan bir araştırmada olumlu mükemmeliyetçiliğin iyimserlik ve sorumlulukla olumsuz mükemmeliyetçiliğin ise kötümserlik ve nevrozla ilişkisinin olduğu ortaya konmuştur. Ayrıca olumlu mükemmeliyetçilikle iyilik hali arasındaki ilişkide iyi baş etme stratejilerinin, yüksek iyimserliğin ve depresif semptomların azlığının aracı olduğu belirtilmiştir (Andrews, Burn ve Deueling, 2014).

Arana, Rice ve Ashby'nin (2016), 311 Amerikan ve 283 Arjantinli üniversite öğrencisini mükemmeliyetçilik ve depresyon ilişkisi bakımından karşılaştırdıkları çalışmalarında yaş ve cinsiyet bakımından her iki örneklem grubu içinde anlamlı fark bulunmamıştır. Neredeyse Mükemmel Ölçeği ile yapılan çalışmada mükemmeliyetçiliğin tutarsızlık alt boyutu her iki grup için de depresyonla güçlü anlamlı ilişkili olduğu ortaya konmuştur.

### 2.2.2.Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Üniversite öğrencileriyle yapılan bir çalışmada kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri incelenmiştir. 178 öğrenciye uygulanan çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği ve sürekli kaygı ölçeği sonucunda öğrencilerin cinsiyetleri, kaygı düzeyleri ve algılanan beden imgesi arasındaki ilişki incelenmiştir (Tuncer ve Acar, 2006). Araştırma sonucunda erkeklerin sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik türünde kızlardan daha yüksek puan aldıkları, kaygı düzeyi yüksek olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik toplam puanlarının yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Erözkan (2008), yaptığı çalışmada üniversitede öğrenim gören öğrencilerin depresyon düzeyleri ve mükemmeliyetçilik özelliklerini çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. 340 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan hatalara aşırı ilgi ve kişisel standartlardan alınan puanların öğrencilerin cinsiyetleri ve algılanan sosyo ekonomik düzeylerine göre anlamlı farklar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer önemli bulgu ise mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından olan ailesel eleştiri ve aile beklentileri puanlarının öğrencilerin ebeveyn tutumları ve ebeveynlerinin öğrenim düzeyleri arasında fark bulunduğu sonucudur.

Ortaöğretim öğrencileriyle yapılan bir çalışmada 591 öğrenci ve 408 veliye çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği ve kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Öğrencilerin akademik başarı düzeyleriyle mükemmeliyetçilik toplam ve alt ölçek puanları arasında anlamlı farklar bulunmuştur. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre sadece davranışlardan şüphe alt ölçeğinde sosyo-ekonomik düzeylerine göre ise düzen ve kişisel standartlar alt ölçeklerinde anlamlı fark bulunmuştur. Anne babaların eğitim düzeyleri arttıkça mükemmeliyetçi puanlarının arttıkları bulunmuştur (Camadan, 2009).

383 üniversite öğrencisiyle yapılan ve yetişkin bağlanma stilleri, kişilik ve mükemmeliyetçiliğin ilişkisine bakılan bir çalışmada beş faktör kişilik tiplerinden olan deneyime açıklık, sorumluluk ve dışa dönüklük uyumlu mükemmeliyetçiliği yordarken, nevrotiklik kişilik tipi ile kaçman ve kaygılı bağlanma tipleri uyumsuz mükemmeliyetçiliği yordadığı bulunmuştur (Ulu ve Tezer, 2010).

Odacı ve Kaya (2018), 484 üniversite öğrencisiyle yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve umutsuzluğun akademik erteleme davranışı üzerindeki rolüne bakmışlardır. Yapılan analizler sonrasında akademik erteleme, umutsuzluk ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutu olan ailesel eleştiri ve davranışlardan şüphe arasında pozitif anlamlı ilişkiler gözlenirken kişisel standartlar ve düzen arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca mükemmeliyetçilik ve umutsuzluğun akademik erteleme toplam varyansının %22'sini açıkladığını ortaya koymuşlardır.

Orta ergenlik döneminde 609 öğrenciyle yapılan bir çalışmada öğrencilere benlik algılarını ölçmek amacıyla çocuklarda öz kavramı ölçeği ve olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ölçeği uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda olumsuz benlik algısının olumsuz mükemmeliyetçiliği anlamlı biçimde yordadığı ancak mükemmeliyetçiliğin cinsiyet, psikolojik danışma alma gibi değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermediği ortaya konmuştur (Otrar, Dönmez ve Uzel, 2018)

### 2.3.Yetersizlik Duygusu

Adler (1927), her çocuğun yaşamdaki yerinin yetersiz (inferior) bir yer olduğunun unutulmaması gerektiğini söyler. Adler yetersizlik duygusunun oluşmasının büyük oranda çocukluk döneminde diğer aile bireyleri ile karşılaştırmalar sonucundan kaynaklandığını öne sürmüştür (Dixon ve Strano, 1989).Ebeveynlerin yansıtmış oldukları belirli bir sosyal destek duygusu olmasaydı çocukların bağımsız bir yaşam sürmeleri mümkün olmazdı. Adler'e göre bireyler yaşamları boyunca kendilerini yeterli hissetme motivasyonu ile yaşarlar(Corey, 2015). Sweeney (1989), ise bireylerin mutsuzlukla başa çıkabilmek amacıyla yeterli ve mükemmel hissetmek çabasında olduklarını söylemiştir. Mosak (1989),bireylerin en önemli mücadelesinin; tamamlanma, mükemmellik, hakim olma, kendini kanıtlama, kendini gerçekleştirme ve üstünlük sağlama yönünde olduğunu belirtmektedir. Mosak'a (1989) göre fiziksel veya organik bir belirti bile yetersizlik hissiyle yakınmaya zemin oluşturur. Bu belirtinin altında da tüm davranışlarda olduğu gibi sosyal ve duygusal bir boyut yer almaktadır. Yetersizlik duygusuyla üstünlük sağlayarak başa çıkmak için gösterilen çaba doğustandır. Bireyler yetersizlik duygusu sayesinde başarıyı yakalamak için motive



olurlar. Yetersizlik duygusuyla başa çıkmak amacıyla yaşama yön verilir ve gelişim düzeylerini sağlıklı biçimde geçirmek için çabalanır(Corey,2015). Yani yaşamın amacının saptanmasında, yaşamın biçimlendirilmesinde ve kişinin amacını en iyi şekilde anlayabilmesinde yetersizlik duygusu önemli rol oynamakta ve bireysel gelişimde önemli bir yer tutmaktadır (Adler, 1957).Yetersizlik duygusu düşük benlik kavramı ya da düşük öz saygı olarak da tanımlanmıştır (Dixon ve Strano, 1989). Aynı zamanda yetersizlik duygusunu anlamada, herhangi bir nesnel gerçeklikten ziyade bireyin öznel algısı temeldir.

Yetersizlik duygusunun üç önemli bileşeni vardır(Dixon ve Strano, 1989; Strano ve Dixon, 1990) :

- 1) Çocukluk döneminde oluşur ve gelecekte olan yaşam tarzının temelini oluşturur.
- 2) Kişinin kendi ile ilgili düşüncelerini ve başkaları ile ilgili düşüncelerini grup içinde, özellikle de kardeşleri ile karşılaştırmasından kaynaklanan öznel bir algıdır.
- 3) Bu karşılaştırma fiziksel, sosyal hedefler ve standartlar alanlarında yapılır.

Yetersizlik duygusunun çocukluk döneminde bireyin kendi ile ilgili düşüncelerini diğerleri hakkındaki düşünceleri, özellikle de kardeşleriyle kendisini karşılaştırması sonucu oluştuğu temeline dayanarak Strano ve Dixon (1990) yetersizlik duygusu ölçmek için bir ölçme aracı geliştirmişlerdir. Katılımcılardan çocukluklarını düşünerek “sağlıklı”, “sosyal” veya “çekici” gibi sıfatlardan oluşan bir listeyi önce kendileri için sonra kardeşleri için, kardeşleri yoksa ebeveynleri için doldurmalarını istemiştir ve iki değerlendirme arasındaki farka dayanarak yetersizlik duygusunu ölçmeye çalışmışlardır.

Yetersizlik duygusu bireyin yaşam karşısındaki motivasyonunu sağlayan doğal bir duygu olmakla birlikte, bazen tam tersi biçimde bireyin yaşam karşısında cesaretini kırarak, onu mutsuzluğa yöneltebilmektedir (Akdoğan & Ceyhan, 2014). Bu durum yetersizlik duygusunun normal olmaktan çıkıp bir komplekse dönüşmesi olarak adlandırılır (Adler, 1927).Yetersizlik duygusunun normal olmadığını ve komplekse dönüştüğünü gösteren iki kriter olduğu belirtilmektedir. İlki bu duygunun normalden daha güçlü, daha yoğun ve daha uzun süreli olarak yaşanmasıdır. İkincisi ise bu

duygunun bireye yalnızca huzur, güvenlik sağlamaktan çok, onu çevresine karşı üstünlük sağlamaya yöneltmesidir (Ansbacher ve Ansbacher, 1955). Mosak (1989) ise yaşanan yetersizlik duygularının sağlıklı veya patolojik olup olmadığının ancak bireylerin davranışları yoluyla anlaşılabilceğini belirtmektedir buna ek olarak yetersizlik duygusunun kendisi anormal değildir ve bireylerin yaşadıkları yetersizlik duygularının sonucu nevrotik veya yetersizmiş gibi davrandıklarında, semptomlar geliştirdiklerinde yetersizliğin komplekse dönüşeceğinden bahsetmiştir.

Adler (1957) yetersizlik duygusunu, bir kısmı veya tamamının gelişmesi gecikmiş, engellenmiş bir organ yetersizliği şeklinde tanımlamıştır. Bu organ, duyu organları, sindirim sistemi organları, solunum yollarıyla ilgili organlar, ürogenital organlar, dolaşım sistemi organları veya sinir sistemi organları olabilir. Bu tür organa bağlı yetersizlikler doğumda veya doğumdan önce ortaya çıkan organların biçimsel bozukluklar veya yavaş gelişimleri şeklinde de olabilir. Organ yetersizliği durumu oldukça farklı şekillerde olabilir. Gelişimsel veya dışsal uyarıcılar kişide bu tür bir yetersizliğin üstesinde gelme baskısını oluşturmaktadır. Dolayısıyla organ yetersizliğine bağlı olarak bireyde, hayatta kalma çabasına yönelik yetersizlik, fiziksel yetersizlik, fonksiyonlarda anormallik, hastalıklara karşı direnç eksikliği, organ eksikliğini başka bir organ ile ödünleme, üstünlük çabasına dönüştürme gibi durumlar gözlenebilir (Adler, 1957).

Adler, psikolojik sorunları organ yetersizliğinin ve toplumsal beklentilerin sonuçları olarak görmektedir (Ansbacher ve Ansbacher, 1955). Toplumsal beklentilerdeki değişiklikler kültürel değişim, yaşam biçimindeki değişim ve sosyal gelişmeler bireylerin toplumsal ilgilerini belirler ve sürekli olarak topluma uyum sağlamak zorunda hissettirir. Bu gibi değişimlerle beraber bireyin geçmişinden getirdiği yetersizlik duygusu zorlayıcı ve uyumu güçleştirici bir faktör olabilir. Ancak bu durum aynı zamanda bireyin sosyal gelişimi ve yaşamsal amaçlar edinmesi açısından da bir potansiyel oluşturmasını sağlamaktadır (Adler, 1957).

Sonuç olarak yetersizlik duygusu, bireyin çocukluk çağı yaşantıları ve çevresiyle olan ilişkisi sonucunda oluşmaktadır. Çocuğun kendinin başkaları, bazen ailenin en güçlüsü kabul edilen baba ile, bazen anne ve kardeşleriyle veya başkalarıyla karşılaştırması sonucu ortaya çıkmaktadır (Adler, 1957; Dreikurs ve Stolz, 1990).

### 2.3.1 Yetersizlik Duygusu ve Üstünlük Çabası

Adler (1957) yetersizlik duygusu hissetmenin insan olmanın bir gereği olduğunu belirtmiştir. Adler, bütün çocuklar hayat karşısında yetersiz olduğunu ve ailesinden aldığı güven ve ilgi olmadan hayatta kalamayacaklarını belirtmiştir. Örneğin bir çocuk kendinden daha büyük kardeşleriyle kendisini kıyasladığında daha güçsüz ve zayıf hissedebilir. Kardeşlerini rol model olarak onların gösterdiği performansı göstermeye çalışır. Böylece ebeveynleri tarafından sevgi ve kabul göreceğini düşünür. Adler, çocuğun bu şekilde kendine yüksek standartlar koyması ve buna ulaşmak için çabalamasını yetersizlik duygusuna karşı üstünlük çabası olarak tanımladı (Adler, 1927). Adler, bu duygunun daha yeterli hissetme arzusunun ön koşulu olduğuna inanmıştır (Bitter, 2007).

Adler çocuklardaki yetersizlik duygusunun hiç bitmeyeceğini ve sürekli fanteziler şeklinde kendini gösterdiğini söylemiştir. Bu sık sık geliştirilen, çocukların içinde kahraman oldukları fanteziler gerçek dünyadan kısa bir süreliğine de olsa çocuğun kurtulmasını sağlar. Bu şekilde sürüp giden çocuğun yaşamı yoğun bir şekilde üstün olma gayreti ile sürmektedir (Adler, 1957). Dolayısıyla, yetersizlik duygusu çocukluk döneminden başlayan bir eksiklik hissine ve devamında da üstün olma gayretine, bu yetersizlik duygusunu ortadan kaldırma çabasına sebep olmaktadır.

Organ yetersizliğine sahip, fiziksel engelli, hasta, gelişimsel sorunu olan, şekilsel bozukluğu olan çocuklar çevresel ilişkileri yoluyla daha fazla ve uzun süreli yetersizlik duygusu hissetmeye oldukça eğilimlidirler. Bu durumdaki çocukların kişilikleri bu yetersizlik duygusu etrafında şekillenmekte ve çevreye karşı artan bir agresifliğe sebep olabilmektedir. Adler yetersizlik duygusu olan çocukların kişilik özelliklerini, ürkek, kararsız, güvensiz, utangaç, korkak, sürekli yardıma ve bakıma muhtaç, pasif ve itaatkar olarak tanımlamıştır (Adler, 1957).

Çocuklar yetişkinlerin olduğu bir dünyaya geldiğinden, kendilerini küçük veya zayıf olarak değerlendirip yetersizlik duygusu yaşamaktadır. Bu yetersizlik duygusu

çocuklarda daha konforlu ve güvenli bir yaşam için hedef belirlemeye yönelik itici bir güç, bir tür motivasyon kaynağı olarak işlev görmektedir (Ansbacher ve Ansbacher, 1955).

Adler yetersizlik duygusunun hem psikolojik durumlarla hem de toplumsal yapılarla da ilişkili olduğunu belirtmiştir (Adler, 1957). Adler yetersizlik duygusunun anormal bir duygu olmadığını ve insanlığın ilerlemesinin de temelinde yetersizlik duygusunun olduğunu belirtmiştir. Örneğin bilimin gelişmesi, insanlığın ilerlemesi, evreni bilme ve kontrol etme isteğinden kaynaklanmaktadır (Brachfeld, 2013).

Temel anlamda yetersizlik duygusunun anormal olmadığını ve insan doğası gereği olduğunu vurgulamasına rağmen, Adler yetersizlik duygusunun anormal şekilde de yaşanabileceğini açıklamıştır. Adler'e göre (1927) yetersizlik duygusu yaşayan çocuklar bu problemi veya kendi zayıflıklarını bir yük olarak görürler, daha fazla yetersizlik duygusu yaşarlar ve daha fazla ödünleme ihtiyacı hissederek üstün olma gayreti içinde olurlar. Aşağıdan yukarıya, eksiden artıya doğru olan bu çaba içerisinde yaşam karşısında daha da zorlanırlar, tıpkı kendilerini yabancı bir ülkedeki insan gibi hissederler. Bunun sonucunda da savaşırlar, çekinirler, dururlar, kaçarlar, yabancılardan daha fazla kendi insanları ile meşgul olurlar, daha bencil, düşüncesiz olurlar veya sosyallik, cesaret ve öz-yeterlilik eksikliği hissedebilirler çünkü kaybetme korkusu kazanma isteğinden daha fazla öne çıkmıştır (Adler, 1957).

Böyle bir dünya içerisinde, çocuklar annelerine daha bağıdırlar ve üstün olma hedeflerinin amacı bu bağı sürekli kılmaktır. Herhangi bir değişiklik onları korkutur fakat değişim kaçınılmazdır. Böylece yetersizlik duygusu artar. Sosyal ilişkinin eksikliğini hissederler ve sadece annelerine bağıdırlar. Diğer insanları düşman olarak algırlar. Yaşamlarının ilerleyen yıllarında, işe, aşka veya evliliğe odaklanamazlar çünkü sadece kendi rahatlarına odaklanırlar ve diğerlerini düşünmezler. Hatta bazen suça yönelirler (Adler, 1957). Adler benzer durumların nefret edilen veya istenmeyen çocuklarda da görülebileceğini söylemiştir. Adler'e göre Bu çocuklar da güçleri olduğunda, bu güçlerini zayıf insanlara veya hayvanlara karşı zalimce kullanırlar ve bu çocukların hedefi de üstünlüklerini başkalarını bastırarak kurmaya çalışmaktır.

### 2.3.2. Yetersizlik Duygusuyla İlgili Yurtdışındaki Araştırmalar

Hays (1977) psikiyatri servisinde yatan 107 hasta (psikotik, majör depresif, bağımlı) ile gerçekleştirdiği bir çalışmada, yetersizlik duygusunun nedenlerini ve yetersizlik duygusunun psikiyatrik hastalıklar üzerine olan etkilerini araştırmıştır. Çocukluk döneminde yaşanan aşağılanma deneyimlerinin yetersizlik duygusuna sebep olabileceğini ve bu duygunun yetişkinlik döneminde devam edebileceği belirtilmiştir. Ayrıca yetersizlik duygusunun madde ve alkol bağımlılığının ve bazı psikiyatrik tepkilerin etiolojisinde etken bir durum olabileceği saptanmıştır.

Hirao (2014) Japonya'da üniversite öğrencileri ile yaptığı bir çalışmada yetersizlik duygusu ile amaç yönelimli kişilik özelliği arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Amaç yönelimli kişilik, pozitif psikolojide sıklıkla yer alan akış deneyimini fazla yaşayan bireyleri tanımlamaktadır. 148 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada, akış deneyimi olarak adlandırılan amaçlar için mücadele etme ve becerilerle donanımlı olma boyutlarının yetersizlik duygusu ile pozitif ilişkili olduğunu ve amaç yönelimli bireylerin, amaç yönelimli olmayan bireylere göre yetersizlik duygularının daha az olduğunu belirtmiştir.

Yao ve Cottraux (2002) herhangi bir psikiyatrik tanı almamış bireylerle anksiyete tanısı almış bireylerin yetersizlik duygusu bakımından karşılaştırmışlardır. Araştırma sonucunda psikopatoloji tanısı olmayan bireylerin düşük seviyede yetersizlik duygusu hissettiğini ancak anksiyete tanısı almış bireylerin orta veya yüksek seviyede yetersizlik duygusu hissettiğini göstermiştir. Sonuç olarak gruplar arasında fark olsa da tanı almayan gruptaki bireylerin yetersizlik duygusu hissettiğini ortaya koymuştur.

Gardner ve Pierce (1929), üniversite döneminin yetenekli ve becerikli öğrencilerin diğerleri ile entelektüel ve sosyal açıdan karşılaştırıldığı ve yetersizlik duygularının başladığı bir dönem olduğunu belirtmişler ve üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygularını araştırmışlardır. Ayrıca üniversitelerdeki koruyucu ruh sağlığı dersleri ile davranış problemleri, bağımlılık gibi olumsuz durumların önüne geçilebileceğini vurgulamışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre, Gardner ve Pierce (1929) yetersizlik duygusunun üniversite öğrencilerinde yüksek düzeyde hissedildiğini ve öğrencilerin büyük kısmının kendi potansiyellerini tekrar gözden geçirebilmek için yönlendirmeye ve tavsiyeye ihtiyaçları olduğunu, böylece üniversite deneyimlerinin

yaşamlarında patolojik veya kısmen nevrotik problemlere sebep olmasını engelleyebileceklerini belirtmişlerdir.

Strano ve Petrocelli (2005) bir çalışmada yetersizlik duygusunun üniversite öğrencilerinin akademik başarıları üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Orta derecede yetersizlik duygusunun yüksek düzeyde akademik başarıyla ilişkili olacağı hipotezini test etmişlerdir. Araştırma sonuçları bu hipotezi kısmen desteklemiştir. Üniversite öğrencilerinin akademik başarısı, genel not ortalamasına (GPA) göre ele alındığında orta seviyede yetersizlik duygusu puanına sahip öğrencilerin en yüksek akademik başarı notlarına sahip olduğu bulunmuştur. Fakat akademik başarı olarak üniversiteye giriş sınav puanı (ACT) ele alındığında, yetersizlik duygusunu en az hisseden öğrencilerin başarı düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür (Strano ve Petrocelli, 2005).

### 2.3.3 Yetersizlik Duygusuyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Yetişkin bağlanma stillerinin psikolojik doğum sırası ve yetersizlik duygusu açısından yordanma düzeyinin incelenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada 264 üniversite öğrencisi katıldığı belirtilmiştir. Verilerin White-Campbell Psikolojik Doğum Sırası Envanteri, Yetersizlik Duygusu Ölçeği ve Yetişkinler İçin Yaşantılar Envanteri kullanılarak elde edildiği ve araştırma sonucuna göre büyük çocuk psikolojik doğum sırası), küçük çocuk psikolojik doğum sırası ve yetersizlik duygusu puanları birlikte yetişkin bağlanma stillerinden kaçınmacı bağlanma alt boyutunun yaklaşık %11'ini açıklarken tek çocuk psikolojik doğum sırası ve yetersizlik duygusu puanları birlikte yetişkin bağlanma stillerinden kaygılı bağlanma alt boyutunun %21'ini açıkladığı ortaya konmuştur (Ekşi, Sevim ve Kurt, 2016).

Derin (2017), tarafından 200 üniversite öğrencisiyle yapılan ve üniversite öğrencilerinin bağlanma stilleri ile kaygı düzeyleri ve yetersizlik duyguları arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma stili ile yetersizlik duygusu düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu ve saplantılı bağlanma stili ile yetersizlik duygusu arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ileri sürülmüştür. Bireylerin güvenli bağlanma düzeyleri arttıkça sürekli kaygı düzeylerinin düştüğü, saplantılı bağlanma düzeyleri arttıkça sürekli kaygı düzeylerinin arttığı

belirtilmiştir. Bireylerin yetersizlik duygusu düzeyleri arttıkça sürekli kaygı düzeylerinin de arttığı ortaya konmuştur.

Yalnızlık ve yetersizlik duygusu arasındaki ilişkide kendini saklamanın aracı rolünün araştırıldığı ve 147 üniversite öğrencisiyle yapılan bir çalışmada kendini saklamanın yetersizlik duygusu ve yalnız arasındaki ilişkide kısmi aracı bir rol oynadığı ortaya konmuştur. Ayrıca kendini saklama ile yetersizlik duygusu arasındaki pozitif yönde orta düzeyde bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir (Çimşir ve Akdoğan, 2019).



### III. BÖLÜM

#### 3.Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan tekniklerle ilgili bilgiler yer almaktadır.

##### 3.1. Araştırmanın Modeli

Betimsel bir yaklaşımla yürütülen bu çalışma, ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Karasar'a (2005) göre ilişkisel tarama modeli iki veya daha fazla değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli olarak tanımlanmaktadır. Bu araştırma kapsamında üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duyguları değişkenler olarak kabul edilmiş ve bu değişkenler arasındaki ilişki incelendiği için araştırmanın modeli korelasyon türü ilişkisel tarama olarak belirlenmiştir.

##### 3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Bu araştırma, Düzce Üniversitesinin farklı fakültelerinde öğrenim görmekte olan öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma örnekleme, çalışma grubunu oluşturan fakültelerin 2018/2019 eğitim-öğretim yılında çeşitli bölümlerinde öğrenim görmekte olan I. II. III. ve IV. sınıf öğrencileri arasından basit seçkisiz (random)örnekleme yöntemine uygun olarak seçilmiştir.



**Tablo 3.1** Araştırma katılımcılarının kişisel ve demografik özelliklere göre dağılımı

	<b>Gruplar</b>	<b>Sayı (N)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Cinsiyet</b>	Kadın	485	72,2
	Erkek	187	27,8
<b>Yaş</b>	18 – 20	320	47,6
	21 – 23	299	44,5
	24 +	53	7,9
<b>SınıfDüzeyi</b>	1. Sınıf	205	30,5
	2. Sınıf	207	30,8
	3. Sınıf	118	17,6
	4. Sınıf	142	21,1
<b>KardeşSayısı</b>	Tek	30	4,5
	İkiKardeş	207	30,8
	ÜçKardeş	227	33,8
	Dörtveüzeri	208	31,0
<b>DoğumSırası</b>	Tek	30	4,5
	İlk	239	35,6
	Ortanca	180	29,8
	Son	223	33,2
<b>Anne Baba Beraber /Ayrı</b>	Beraber	618	92,0
	Boşanmış/Vefat	54	8,0
<b>Algılanan SED</b>	Düşük	25	3,7
	Orta	618	92,0
	Yüksek	29	4,3
<b>Algılanan Akademik Başarı</b>	Düşük	137	20,4
	Orta	461	68,6
	Yüksek	74	11,0
<b>Toplam</b>		672	100

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre dağılımına bakıldığında katılımcıların 485'i (% 72,2) kadın, 187'si (% 27,8) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması 21 ve yaş aralığının 18-35 arasında olduğu görülmektedir. Yaş ranjının çok geniş olmasından dolayı yaş kategorik hale getirilmiş ve 18-20 yaş arası, 21-23 yaş arası, 24 yaş ve üzeri olmak üzere 3 kategori oluşturulmuştur. Yaş dağılımına bakıldığında; katılımcıların 320'si (% 47,6) 18-20 yaş aralığında, 299'u (% 44,5) 21-23 yaş aralığında, 53'ü (% 7,9) 24 ve üzeri yaş aralığındadır. Sınıf düzeyi dağılımına bakıldığında; katılımcıların 205'i (%30,5) 1. Sınıf öğrencisi, 207'si (% 30,8) 2. Sınıf öğrencisi, 118'i (% 17,6) 3. Sınıf öğrencisi 142'si (%21,1) 4. Sınıf öğrencisi oldukları

görülmektedir. Sınıf düzeyi yönünden katılımcı sayıları dengeli bir dağılımgöstermektedir. Kardeş sayısına göre dağılımları; katılımcıların 30'unun (% 4,5) tek çocuk, 207'sinin (% 30,8) iki kardeş, 227'sinin (% 33,8) üç kardeş, 208'inin (% 31,0) dört kardeş ve fazlasına sahip oldukları belirtilmiştir. Katılımcıların doğum sırasına bakıldığında; 30 katılımcının (% 4,5) tek çocuk, 239 katılımcının (%35,6) ilk çocuk, 180 katılımcının (26,8) ortanca çocuk, 223 katılımcının (% 33,2) son çocuk oldukları görülmektedir. Ebeveynlerinin birlikte veya ayrı yaşıyor ya da ebeveynlerinden en az bir tanesini kaybetmiş olması durumuna bakıldığında; katılımcıların 618'inin (%92,0) anne babasının beraber yaşıyor olduğu, 54'ünün (%8,0) ebeveynlerinin ayrı veya ebeveynlerinden en az birisinin vefat ettiği belirtilmiştir. Gelir düzeyine göre algılanan sosyo-ekonomik düzey yönünden katılımcı öğrencilerin büyük çoğunluğu orta gelir düzeyinde 538(% 89,4) oldukları gözlenmektedir. Bunun yanında gelir düzeyini 25 (% 3,7) öğrenci düşük, 29 (%4,3) öğrenci ise yüksek olarak belirtmişlerdir. Genel Not Ortalamasına göre algılanan başarıya bakıldığında araştırmaya katılan öğrencilerin 137'si (%20,4) düşük, 461'i (% 68,6) orta, 74'ü (% 11,0) yüksek olarak belirtmişlerdir.

### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerini toplamak amacıyla Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Yetersizlik Duygusu Ölçeği ve Kişisel-Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır.

#### 3.3.1. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik (FÇBM) Ölçeği

Frost ve arkadaşları (1990) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik (ÇBM) Ölçeği; düzen, hatalara aşırı dikkat, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, ailesel eleştiri ve davranışlardan şüphe olmak üzere 6 alt boyuttan ve toplam 35 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçeğin alt boyutları; düzen (6 madde-2, 7, 8, 27, 29 ve 31. madde), hatalara aşırı ilgi (9 madde-4, 9, 10, 13, 14, 18, 21, 23. ve 25. madde), davranışlardan şüphe (5 madde - 17, 28, 32, 33 ve 34. madde), aile beklentileri (5 madde, 1, 11, 15, 20 ve 26. madde), ailesel eleştiri(4 madde - 3, 5, 22 ve 35. madde), kişisel standartlar (6 madde - 6, 12, 16, 19, 24 ve 30. madde) olarak

adlandırılmıştır. Ölçeğin yanıtlanmasında 5'li derecelendirme (1-Kesinlikle katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3- Kararsızım, 4- Katılıyorum, 5- Kesinlikle katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin puanlamasında ters madde bulunmamaktadır. Ölçeğin toplam puanından alınan yüksek puangeneral mükemmeliyetçiliği, alt boyutlarından alınan yüksek puan, o alt boyut için yüksek mükemmeliyetçilik düzeyini göstermektedir. Ölçeğin alt boyutlarıyla ilgili bilgiler aşağıda verilmiştir.

**Düzen:** Bu faktör altında toplanan maddeler daha çok düzenli ve temiz olma eğilimini, mükemmeliyetçilikle ilgili olan düzen ve düzenliliğin önemini yansıtmaktadır.

**Hatalara Aşırı İlgi:** Bu faktör altında toplanan maddeler hatalara negatif tepkileri, hataları başarısızlıkla eşit olarak görme ve başarısızlığının sonucu diğerlerinin saygısını kaybedeceğine inanma eğilimini yansıtmaktadır.

**Davranışlardan Şüphe:** Bu faktör altında toplanan maddeler bireyin görevlerini (işlerini) tamamlama becerisinden şüphe etme eğilimini yansıtmaktadırlar.

**Aile Beklentileri:** Bu boyuttaki maddeler bireyin ebeveynlerinin çok yüksek standartlar oluşturduğuna inanma eğilimini yansıtmaktadır.

**Ailesel Eleştiri:** Bu faktör altında yer alan maddeler bireyin ebeveynlerini aşırı derecede eleştirel algılamasını yansıtmaktadır.

**Kişisel Standartlar:** Faktör altında yer alan maddeler çok yüksek standartlar oluşturma ve öz-değerlendirmede bu standartların aşırı derecede önemli bir yeri olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Mısırlı-Taşdemir (2003) tarafından 489 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. FÇBMÖ'nin geçerlilik çalışmasının ilk aşamasında önce örneklem uygunluğuna Sphericity testleri ile bakılmış ve KMO örneklem uygunluk katsayısı .84 olarak raporlaştırılmıştır. Ardından yapılan ilk faktör analizinde döndürmesiz (unrotated) yöntem kullanılmış ve maksimum faktör sayısının yedi olduğu bulunmuştur. Daha sonra ise Quartimax döndürme tekniği ile yapılan faktör analizi sonucu toplam varyansın % 47.8'ini açıklayan 6 boyutlu yapı ortaya çıkmıştır. Düzen alt boyutunun faktör yükü .63 ile .82 arasında değişmektedir ve toplam varyansın % 16'sını açıklamaktadır. Hatalara aşırı ilgi boyutunun faktör yükleri .31 ile .70 arasındadır ve toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır. Davranışlardan şüphe alt

boyutundaki maddelerin faktör yükleri .40 ile .68 arasında değişmektedir ve toplam varyansın %6'sını açıklamaktadır. Dördüncü boyut olan aile beklentileri boyutundaki maddelerin faktör yükleri .55 ile .73 arasındadır ve toplam varyansın %5'ini açıklamaktadır. Ailesel eleştiri boyutundaki maddelerin faktör yükleri .41 ile .68 arasındadır ve toplam varyansın %3.9'unu açıklamaktadır. Son boyut olan kişisel standartlar boyutunun faktör yükleri ise .44 ile .62 arasındadır ve toplam varyansın %3.5'ini açıklamaktadır.

FÇBMÖ için güvenilirlik çalışması için Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısına bakılmış ve testi yarıma yöntemi kullanılmıştır. Ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı .83 olarak hesaplanırken alt boyutları olan düzen için .87, hatalara aşırı ilgi için .77, davranışlardan şüphe için .61, aile beklentileri için .71, ailesel eleştiri için .65 ve kişisel standartlar için .63 olarak bulunmuştur. Testi yarılama yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısı ise .80 olarak raporlaştırılmıştır.

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin (FÇBMÖ) Kağan tarafından 2011 yılında yapılan farklı bir uyarılma çalışmasında ise 492 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi yöntemi ile ölçeğin faktör yapısı yeniden test edilmiş ve orijinali ile benzer şekilde altı faktörlü yapısının Türk örnekleminde geçerli olduğu raporlaştırılmıştır. Araştırmaya katılan kişilere FÇBMÖ, Sınırlılık Şemaları Ölçeği, PennState Endişe Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri uygulanmıştır. Ölçeğe ilişkin maddeistatistikleri hesaplanmıştır ve FÇMÖ ile sınırlılık şemaları ölçeği arasında .42, penn state endişe ölçeği arasında .44 ve kısa semptom ölçeği arasında .35 düzeyinde anlamlı ilişkiler olduğu raporlaştırılmıştır. Orijinal altı faktörlü yapının Türk örneklemindeki yapı geçerliliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yöntemlerinden normalite düzeltmeli yapısal eşitlik analizi yapılarak test edilmiştir ve normlaştırılmış uyum indeksi .94, karşılaştırılmalı uyum indeksi .96 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam ve alt ölçek puanları arasındaki Pearson korelasyonları hesaplanmıştır ve kabul edilebilir düzeyin üstünde bulunmuştur. Güvenilirlik düzeyleri Cronbach alpha iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı .91 ve on beş gün arayla uygulanan test-tekrar test korelasyon katsayısı ise .82 olarak raporlaştırılmıştır. Alt ölçeklerin iç tutarlılıkları 0.64-0.94 arasında olduğu bulunmuştur. Uyarılma çalışması sonucunda ise

FÇBMÖ özgün altı faktörlü yapısıyla Türk örnekleminde geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmiştir.

Aynı ölçeğin başka bir uyarlama çalışması ise depresyon ve anksiyete tanısı almış klinik grup örnekleminde gerçekleştirilmiştir. Mızrak (2006) tarafından yapılan uyarlama çalışmasında, psikiyatri kliniğinde yatan 100 hasta ile tanı almamış 50 kişilik bir gruba ölçek uygulanmıştır. Yapılan ilk faktör analizinde KMO örneklem uygunluk katsayısı .76 olarak bulunmuştur ve Barlett küresellik testi de  $p=.00$  düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Ardından maksimum faktör sayısı için döndürmesiz (unrotated) yöntem kullanılarak açıklanabilir boyut sayısı ölçeğin orijinalindeki gibi 6 alt boyut olarak bulunmuştur. Daha sonra yapılan varimax döndürme işlemi ile ölçek 4 boyutta toplanmış ve toplam varyansın %74,1'ini açıkladığı görülmektedir. Madde faktör yüklerinden 0,25'in altında kalan 11 madde ölçekten çıkarılmış ve 24 maddelik 4 boyutlu bir ölçek yapısı elde edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı .92 alt ölçeklerden Hata Endişesi boyutu için 0,67; Eylemlerden Şüphe boyutu için 0,74; Kişisel Standartlar boyutu için 0,73; Ebeveyn Beklentileri boyutu 0,67 olarak bulunmuştur. Ölçeğin yarıya bölme yöntemiyle hesaplanan güvenilirlik katsayısı 0,89 olarak saptanmıştır.

Bu araştırma için yapılan Cronbach alfa güvenilirlik analizi sonucunda ölçeğin genel güvenilirlik katsayısı .89 alt boyutlardan düzen boyutu .90, hatalara aşırı ilgi boyutu .81, davranışlardan şüphe boyutu .71, aile beklentileri boyutu .77, ailesel eleştiri boyutu .69, kişisel standartlar boyutu .73 olarak hesaplanmıştır. Bu değerler ölçeğin oldukça yüksek güvenirliliğe sahip olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmada herhangi bir psikopatoloji tanısı almamış üniversite öğrencileri örneklem olarak belirlendiğinden ve psikometrik bulgularının ölçek orijinaline daha uygun olmasından dolayı Özbay ve Mısırlı-Taşdemir (2003) tarafından yapılan uyarlama çalışması tercih edilmiştir (Ek-1).

### 3.3.2. Yetersizlik Duygusu Ölçeği

Yetersizlik Duygusu Ölçeği Akdoğan ve Ceyhan (2012) tarafından klinik olmayan yetersizlik duygularını ölçme amacıyla Türk kültüründe geliştirilmiştir (Ek-

2).Toplam 20 maddeden oluşan ölçek; Cesaretin Kırılması (8 madde-1, 6, 7, 10, 13, 15, 16 ve 19. madde), Kendi DeğeriniYadsıma (6 madde- 2, 3, 11, 17, 18 ve 20. madde) ve Yararsız Üstünlük Çabası (6 madde- 4, 5, ,8, 9, 12 ve 14. madde) olmak üzere üç boyutlu bir yapıdadır.

Ölçek, beşli Likert tipinde (1) Kesinlikle Katılmıyorum, (2) Katılıyorum, (3) Kararsızım, (4) Katılmıyorum, (5) Kesinlikle Katılıyorum cevaplarına karşılık gelecek şekilde düzenlenmiştir. Ölçeğin geliştirme çalışmasına bakıldığında maddelerin toplam varyansın %43.63'ünü açıkladığı belirtilmiştir. Ölçek Kısa Semptom Envanteri ile .76; Coopersmith Benlik SaygısıEnvanteri ile -.74; Sosyal Karşılaştırma Ölçeği ile de -.66 düzeyinde ilişki göstermektedir.Ölçeğin faktör yapısını belirlemek için temel bileşenler analizi yapılmıştır ve analiz sonucunda 20 maddelik üç faktörlü yapı ortaya çıkmıştır. Açıklana toplam varyans %43 olarak hesaplanırken cesaretin kırılması boyutu toplam varyansın %16'sını kendi değerini yadsıma boyutu %14'ünü, yararsız üstünlük çabası ise %13'ünü açıkladığı raporlaştırılmıştır. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı ölçek toplamı ve alt boyutlar için ayrı ayrı hesaplanmış ve ölçeğin tamamı için .86 alt boyutları olan cesaretin kırılması için .80, kendi değerini yadsıma için .71 ve yararsız üstünlük çabası için .73 olarak belirtilmiştir. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliği için cronbach alfa katsayısı .88 olarak hesaplanırken, yarıya bölme (split-half) güvenilirliği için .76 olarak hesaplanmıştır (Akdoğan ve Ceyhan, 2014).

Bu çalışma için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda ise ölçeğin genel cronbach alfa katsayısı .86 olarak bulunurken, cesaretin kırılması faktörü için .76 kendi değerini yadsıma faktörü için .74, yararsız üstünlük çabası için .69 olarak hesaplanmıştır. Bu haliyle ölçeğin güvenilir olduğu görülmektedir.

### 3.3.3. Kişisel-Demografik Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel–Demografik Bilgi Formu araştırma katılımcılarının kişisel ve demografik özellikleri ile ilgili bilgileri toplamak için kullanılmıştır. Bu form katılımcıların cinsiyeti, yaşı, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, algılanan sosyo-ekonomik düzeyi ve algılanan akademik başarısı gibi özellikleri hakkında bilgiler toplamak amacıyla hazırlanmıştır (Ek-3).Katılımcıların algılanan

sosyo-ekonomik düzeyini belirlemek amacıyla katılımcılara ‘Sizce ailenizin sosyo-ekonomik düzeyiaşağıdakilerden hangisine uygundur?’ sorusu yöneltilmiş ve ‘düşük-orta-yüksek’ seçenekleri verilerek işaretlemeleri istenmiştir. Benzer şekilde genel akademik not ortalamalarına dayalı algıladıkları akademik başarılarını belirlemek için ‘Sizce algıladığınız akademik başarı düzeyiniz aşağıdaki seçeneklerden hangisine uygundur?’ sorusu yöneltilmiş ve ‘düşük-orta-yüksek’ seçeneklerinden uygun olanı işaretlemeleri istenmiştir.

### 3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanması amacıyla öncelikle Abant İzzet Baysal Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu’nun onayı alınmıştır (Ek-5). Daha sonra verilerin toplanacağı Düzce Üniversitesi’nden kurum izni alınmıştır. Araştırma verileri üniversitenin farklı fakültelerinde (eğitim, işletme, fen edebiyat, mühendislik, tıp) lisans düzeyinde öğrenim gören öğrencilerden ve dersliklerde toplu olarak uygulamalar yapılarak toplanmıştır. Bizzat araştırmacı tarafından veriler toplanmıştır. Veriler toplanması sürecinde araştırmacı yazılı bilgilendirme yanında sözel olarak araştırmacının amacı ve ölçeklerin yanıtlanması hakkında kısa açıklama yapmıştır. Ölçeklerin sınıflarda toplu halde uygulama süresi yaklaşık 10-15 dakika sürmüştür. Araştırmanın bütün verileri iki haftalık süreçte toplanmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Toplamda 700 öğrenciye uygulanan ölçeklerden elde edilen verilerin SPSS 25,0 paket programı kullanılmıştır. Analiz yapılmadan önce kayıp veriler (missing data) belirlenmiştir. Maddelerin %5’ten fazlası boş bırakılan ve artarda 5 maddeden fazla cevaplanmamış 18 veri elenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2015; Büyüköztürk, 2013). Sınırlı sayıdaki kayıp veriler için maddenin ait olduğu alt ölçeğe ait ortalama değer atama yöntemi kullanılmıştır. Uç değerleri belirlemek için standart Z puanlarına bakılmış ve  $\pm 3$  değeri dışında kalanlar uç değer olarak kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2013). Uç değer olan 10 katılımcının da verisi çıkartılarak analizler 672 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın bulguları elde edilmeden ve hangi tür (parametrik ya

da non-parametrik) testlerin yapılacağına karar vermeden önce araştırmanın bağımlı değişkeninin (mükemmeliyetçilik ) ve bağımsız değişkeninin (yetersizlik duygusu) normal dağılım gösterip göstermediğine bakılmıştır. Normallik varsayımlarında  $n > 50$  ise Kolmogorov-Smirnov testinin  $p > 0,05$  olması halinde dağılımın normal olduğu varsayılır ve parametrik testler uygulanır. Aynı şekilde basıklık ve çarpıklık (skewness ve kurtosis) değerlerinin kendi hata katsayılarına bölümlerinden elde edilen değer  $\pm 1,96$  aralığına içinde olması halinde de parametrik testlerden devam edilir. Buna göre bağımlı ve bağımsız değişkene ilişkin normallik dağılım göstergeleri aşağıda sunulmuştur (Tablo 3.2).

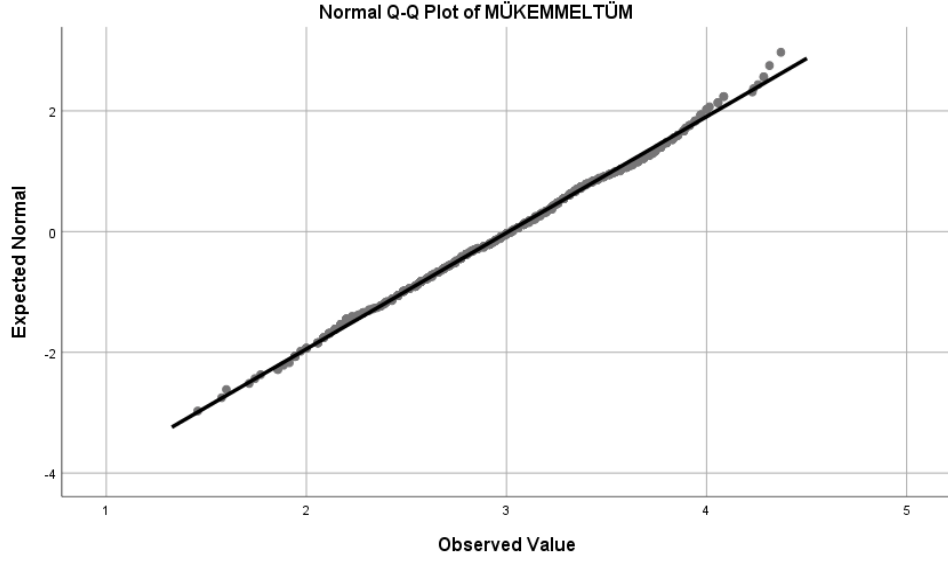
**Tablo 3.2** Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenlerine ilişkin normallik testi sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Skewnes-Std.Error	Kurtosis-Std.Error
	Statistic	df	p		
<b>Mükemmeliyetçilik (Toplam)</b>	,022	672	,200	-0,051 0,094	-0,263 0,188
<b>Yetersizlik (Toplam)</b>	,050	672	,000	0,311 0,094	-0,147 0,188

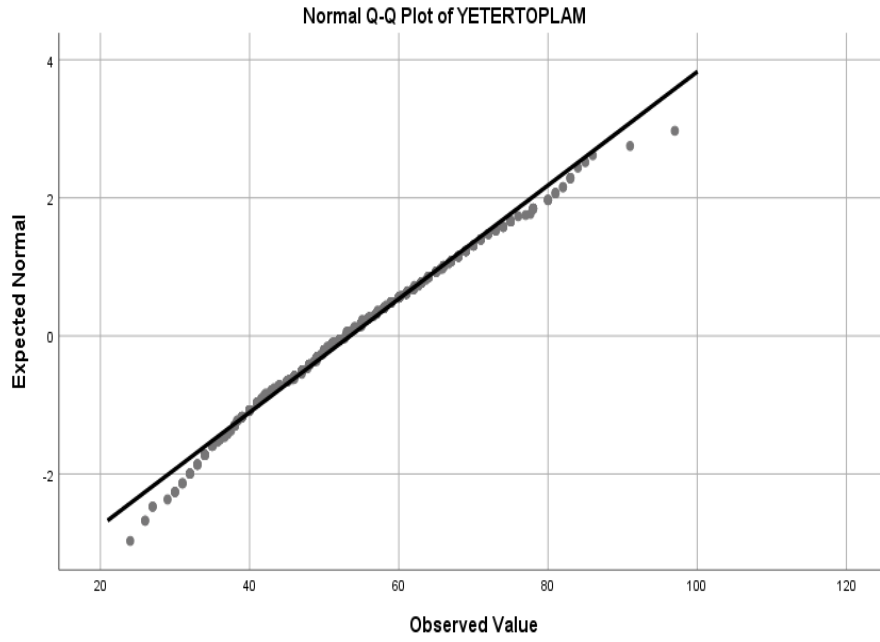
Tablo 3.2'ye bakıldığında bağımlı değişkenin (Mükemmeliyetçilik) Kolmogorov-Smirnov testi p değerinin 0,05'ten büyük olduğu görülmektedir. Ayrıca çarpıklık ve basıklık katsayılarının standart hata katsayısına bölümünden elde edilen değerlerin (bağımlı değişken: çarpıklık için  $-0,051 / -0,094 = 0,54$ ; basıklık için  $0,263 / 0,188 = 1,3$ )  $\pm 1,96$  aralığında olduğu görülmektedir. Ayrıca bağımlı değişkenin normal dağılım gösterdiğine ilişkin Q-Q histogramı da aşağıda verilmiştir. Bağımsız değişkenin (Yetersizlik Duygusu) Kolmogorov-Smirnov testi p değerinin 0,05'ten küçük olduğu görülmektedir. Ancak çarpıklık ve basıklık katsayılarının standart hata katsayısına bölümünden elde edilen değerlerin (bağımsız değişken: çarpıklık için  $0,311 / 0,094 = 3,30$ )  $\pm 1,96$  aralığında olmadığı; basıklık için  $(-0,147 / 0,188 = -0,78) \pm 1,96$  aralığında olduğu görülmektedir. Sonuç olarak araştırma verilerinin bağımlı değişken açısından normallik varsayımını karşıladığı bağımsız değişken açısından karşılamadığı görülmektedir. Hair, Black, Babin ve Anderson (2010) normal olmayan değişkenlerin büyük veri setlerinde problem teşkil etmeyeceğini belirtmiştir.



Şekil 3.1. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin normallik histogramı (Q-Q)



Şekil 3.2. Yetersizlik Duygusu Ölçeğinin normallik histogramı (Q-Q)



Yukarıda verilen Skewness-Kurtosis değerlerinin standart hata katsayısına bölümlerinden elde edilen sonuçlara, Kolmogrov Smirnov testi sonuçlarına ve Q-Q histogramına göre verilerin bağımlı değişken için normal dağıldığı görülmektedir. Bu durumda verilerin analizinde parametrik testler tercih edilmiştir. Bu amaçla mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu puanları arasındaki ilişkinin araştırılmasında Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. Mükemmeliyetçilik özelliklerinin kişisel ve demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğinin test edilmesinde ise, ikili karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t testi, çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) teknikleri kullanılmıştır. Ayrıca varyans analizi sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edildiğinde, hangi gruplar arasında farklılık olduğunu belirlemek amacıyla post hoc testlerinden Tukey testi yapılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkeni olan yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçilik özelliklerini yordama gücünü test etmek amacıyla ise çoklu aşamalı (stepwise) regresyon analizi tekniği kullanılmıştır.

## VI. BÖLÜM

### 4.Bulgular

Araştırma bulguları sunulurken öncelikle araştırma katılımcısı ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri kişisel ve demografik özelliklerine göre farklılık göstermekte midir?’ şeklinde belirtilen birinci alt probleme ilişkin bulgulara yer verilmiştir. İkinci sırada ise ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duyguları arasında ilişki var mıdır?’ sorusuna yanıt verecek nitelikteki bulgular sunulmuştur. En son ise Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duyguları mükemmeliyetçi özelliklerini yordamakta mıdır? sorusuna yanıt veren bulgulara yer verilmiştir.

#### 4.1.Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeylerinin Kişisel ve Demografik Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin; cinsiyet, sınıf düzeyi, kardeş sayısı, doğum sırası, anne babanın beraber veya ayrı olması, algılanan sosyo-ekonomik düzey ve algılanan akademik başarı gibi kişisel ve demografik özelliklere göre farklılık gösterip göstermediğinin test edilmesinde betimsel analiz tekniklerinden yararlanılmıştır.

Araştırmada ele alınan her bir değişkene ilişkin bulgular ayrı ayrı raporlaştırılmıştır.

##### 4.1.1 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesi amacıyla bağımsız örneklem t testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4,1’de verilmiştir.

**Tablo 4.1.**Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin t testi sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Mükemmeliyetçilik (Toplam)	Kadın	485	103,16	18,06	670	-5,145	,000***
	Erkek	187	111,07	17,27			
Düzen	Kadın	485	26,20	3,82	670	3,866	,0000***
	Erkek	187	24,80	5,09			
Hatalara Aşırı İlgi	Kadın	485	22,45	6,80	670	-4,410	,000***
	Erkek	187	25,02	6,66			
Davranışlardan Şüpheli	Kadın	485	13,27	4,16	670	-4,612	,000***
	Erkek	187	14,90	3,96			
Ailesel Beklentiler	Kadın	485	14,57	4,45	670	-4,730	,000***
	Erkek	187	16,33	3,86			
Ailesel Eleştiri	Kadın	485	7,40	3,02	670	-5,777	,000***
	Erkek	187	8,97	3,47			
Kişisel Standartlar	Kadın	485	19,24	4,13	670	-5,072	,000***
	Erkek	187	21,03	3,96			

\* p<.05 \*\* p<.01 \*\*\* p<.001

Tablo 4.1'e göre, üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [t (670) = -5,145, p<.05]. Kadın ve erkek öğrencilerin cinsiyete göre mükemmeliyetçilik puanlarının aritmetik ortalamalarına bakıldığında, erkek üniversite öğrencilerinin ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 111,07$ ) kadın üniversite öğrencilerinden ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 103,16$ ) daha yüksek mükemmeliyetçi özelliklere sahip olduğu görülmektedir. Mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutu da cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermektedir [t (670) = 3,866, p<.05]. Buna göre kadın öğrencilerin ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 26,20$ ) aritmetik ortalamaları erkek öğrencilere ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 24,80$ ) göre daha yüksektir. Hatalara aşırı ilgi boyutunda cinsiyete göre anlamlı fark olduğu [t (670) = -4,410, p<.05] ve erkek öğrencilerin ortalamalarının ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 25,02$ ) kadın öğrencilerin ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 22,45$ ) ortalamasından yüksek olduğu görülmektedir. Davranışlardan şüpheli alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı fark gösterdiği [t (670) = -4,612, p<.05] bu farkın erkekler öğrencilerin ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 14,90$ ) lehine kadınlar öğrencilerden ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 13,27$ ) yüksek olduğu görülmektedir. Ailesel beklentiler alt boyutunda ise erkek öğrencilerin puan ortalamaları ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 16,33$ ) iken kadın öğrencilerin ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 14,57$ ) olarak bulunmuştur. Ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için

yapılan t testi sonucunda ise hesaplanan t değeri [ $t(670) = -4,730, p < .05$ ] farkın anlamlı olduğunu göstermektedir. Ailesel eleştiri alt boyutunun cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği ([ $t(670) = -5,777, p < .05$ ] bulunmuştur ve erkekler öğrencilerin ortalamalarının ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 8,97$ ) kadınlar öğrencilerden ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 7,40$ ) yüksek olduğu görülmektedir. Yine kişisel standartlar alt boyutunda erkek öğrencilerin ortalamalarının ( $\bar{X}_{\text{erkek}} = 21,03$ ) kadın öğrencilerden ( $\bar{X}_{\text{kadın}} = 19,24$ ) yüksek olduğu bulunmuştur ve ortalamalar arasındaki farkın anlamlı olup olmadığını test etmek için yapılan t testi sonucunda hesaplanan t değerinin [ $t(670) = -5,072, p < .05$ ] anlamlı olduğu görülmektedir.

#### 4.1.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri sınıf düzeyine farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesi amacıyla ANOVA testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.2’de verilmiştir.

**Tablo 4.2.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin ANOVA testi sonuçları

	Sınıf Düzeyi	<i>n</i>	$\bar{X}$	S	Kareler Top.	df	Kareler Ort.	F	<i>p</i>	<i>Fark Tukey</i>
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	Birinci	205	108,12	18,05	3057,15	3 668 671	1019,05	3,111	<b>,026</b>	1>3
	İkinci	207	103,78	17,52						
	Üçüncü	118	102,57	20,01						
	Dördüncü	142	106,01	17,29						
	Toplam	672	105,36	18,18						
<b>Düzen</b>	Birinci	205	25,96	4,24	40,91	3 668 671	13,63	,751	,522	
	İkinci	207	25,64	4,01						
	Üçüncü	118	25,47	4,29						
	Dördüncü	142	26,16	4,60						
	Toplam	672	25,82	4,26						
<b>Hatalara Aşırı İlişi</b>	Birinci	205	24,35	7,30	423,81	3 668 671	141,27	3,028	,029	
	İkinci	207	22,63	6,29						
	Üçüncü	118	22,40	7,40						
	Dördüncü	142	22,92	6,38						
	Toplam	672	23,17	6,86						
<b>Davranışları Şüpheli</b>	Birinci	205	14,40	4,19	138,48	3 668 671	46,16	2,67	0,47	
	İkinci	207	13,54	4,10						
	Üçüncü	118	13,43	4,40						
	Dördüncü	142	13,27	3,97						
	Toplam	672	13,73	4,17						
<b>Aile Beklentisi</b>	Birinci	205	15,88	4,16	335,29	3 668 671	111,76	5,990	<b>,000</b>	1>2
	İkinci	207	14,62	4,22						1>3
	Üçüncü	118	13,98	4,33						4>3
	Dördüncü	142	15,44	4,65						
	Toplam	672	15,07	4,37						
<b>Ailesel Eleştirisi</b>	Birinci	205	7,76	3,35	16,87	3 668 671	5,62	,537	,657	
	İkinci	207	7,89	3,18						
	Üçüncü	118	7,60	3,19						
	Dördüncü	142	8,08	3,19						
	Toplam	672	7,84	3,23						
<b>Kişisel Standartlar</b>	Birinci	205	19,79	4,25	41,07	3 668 671	13,69	,789	,500	
	İkinci	207	19,46	3,93						
	Üçüncü	118	19,69	4,57						
	Dördüncü	142	20,15	4,03						
	Toplam	672	19,75	4,16						

Tablo 4.2 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği [ $F(3, 668) = 3,111; p < .05$ ] bulunmuştur. Farkın kaynağına ilişkin yapılan post-hoc testlerinden Tukey'e göre gruplar arası karşılaştırmalarda 1. sınıf düzeyindeki öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanlarının ( $\bar{X}_{1..sınıf} = 108,12$ ) 3. sınıf düzeyindeki öğrencilere göre ( $\bar{X}_{3..sınıf} = 102,57$ ) anlamlı düzeyde daha fazla olduğu bulunmuştur. Ancak mükemmeliyetçilik toplam puanına göre diğer sınıf düzeyleri arasındaki farklılıkların anlamlı olmadığı gözlenmiştir. Düzen alt boyutunda sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık bulunamamıştır [ $F(3, 668) = 0,751; p > .05$ ]. Yine aynı şekilde hatalara aşırı ilgi boyutunda da sınıf düzeyine göre anlamlı fark bulunmamıştır. [ $F(3, 668) = 3,028; p > .05$ ]. Davranışlardan şüphe boyutunun üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir. Aile beklentileri alt boyutu öğrencilerin sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gözlenmektedir [ $F(5, 990) = 3,111; p < .05$ ]. Farkın kaynağına test etmek için yapılan Tukey post-hoc testine göre gruplar arası karşılaştırmalarda 1. sınıf öğrencilerinin düzen alt boyutu puanlarının ( $\bar{X}_{1..sınıf} = 15,88$ ) 2. sınıf öğrencilerinin ( $\bar{X}_{2..sınıf} = 14,62$ ) ve 3. sınıf öğrencilerinin ( $\bar{X}_{3..sınıf} = 13,98$ ) puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca 4. sınıf öğrencilerinin puanları da ( $\bar{X}_{4..sınıf} = 15,43$ ) 3. sınıf öğrencilerinin puanlarından ( $\bar{X}_{3..sınıf} = 13,98$ ) anlamlı düzeyde yüksek olduğu gözlenmektedir. Kişisel Standartlar alt boyutunda ise sınıf düzeyine göre anlamlı fark bulunamamıştır [ $F(3, 668) = 0,789; p > .05$ ].

#### 4.1.3. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kardeş sayısına göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden 'Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri kardeş sayısına göre farklılık göstermekte midir?' probleminin test edilmesi amacıyla ANOVA testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.3'te verilmiştir.

**Tablo 4.3.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kardeş sayısına göre incelenmesine ilişkin ANOVA testi sonuçları

	Kardeş sayı	<i>n</i>	$\bar{X}$	SS	Kareler Top.	df	Kareler Ort.	F	<i>p</i>
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	Tek	30	109,08	21,64	941,04	3 668 671	313,68	,948	,417
	İki	207	103,93	18,06					
	Üç	227	106,02	17,39					
	Dört	208	105,55	18,63					
	Toplam	672	105,37	18,18					
<b>Düzen</b>	Tek	30	25,31	5,02	17,15	3 668 671	5,720	,314	,815
	İki	207	25,68	4,55					
	Üç	227	25,97	3,72					
	Dört	208	25,86	4,42					
	Toplam	672	25,82	4,26					
<b>Hatalara Aşırı İlgi</b>	Tek	30	25,27	7,16	141,93	3 668 671	47,31	1,005	,390
	İki	207	22,97	6,84					
	Üç	227	23,17	7,02					
	Dört	208	23,08	6,67					
	Toplam	672	23,17	6,86					
<b>Davranışlardan Şüpheli</b>	Tek	30	14,87	4,84	46,71	3 668 671	15,57	,894	,444
	İki	207	13,70	4,01					
	Üç	227	13,76	4,29					
	Dört	208	13,54	4,10					
	Toplam	672	13,73	4,17					
<b>Aile Beklentisi</b>	Tek	30	15,07	4,53	92,55	3 668 671	30,85	1,622	,183
	İki	207	14,55	4,21					
	Üç	227	15,46	4,31					
	Dört	208	15,16	4,54					
	Toplam	672	15,07	4,37					
<b>Ailesel Eleştiri</b>	Tek	30	7,91	3,82	21,26	3 668 671	7,08	,677	,567
	İki	207	7,61	2,94					
	Üç	227	7,84	3,49					
	Dört	208	8,06	3,15					
	Toplam	672	7,84	3,23					
<b>Kişisel Standartlar</b>	Tek	30	20,66	5,39	48,90	3 668 671	16,30	,940	,421
	İki	207	19,43	4,04					
	Üç	227	19,82	3,93					
	Dört	208	19,84	4,33					
	Toplam	672	19,75	4,16					



Tablo 4.3'egöre öğrencilerin kardeş sayılarına göre mükemmeliyetçilik özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır [ $F(3, 668) = 0,948; p > .05$ ]. Mükemmeliyetçiliğin, düzen [ $F(3, 668) = 0,314; p > .05$ ], hatalara aşırı ilgi [ $F(3, 668) = 1,005; p > .05$ ], davranışlardan şüphe [ $F(3, 668) = 0,894; p > .05$ ], aile beklentisi [ $F(3, 668) = 1,622; p > .05$ ], ailesel eleştiri [ $F(3, 668) = 0,677; p > .05$ ] ve kişisel standartlar [ $F(3, 668) = 0,940; p > .05$ ] alt boyutlarının da kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

#### 4.1.4. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden 'Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri doğum sırasına farklılık göstermekte midir?' probleminin test edilmesi amacıyla ANOVA testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.4'te verilmiştir.

**Tablo 4.4.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin ANOVA testi sonuçları

	Doğum Sırası	<i>n</i>	$\bar{X}$	SS	Kareler Top.	df	Kareler Ort.	F	<i>p</i>
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	Tek	30	109,08	21,64	0,499	3	0,166	,615	,605
	İlk	239	103,93	18,06					
	Ortanca	180	106,02	17,39					
	Son	223	105,55	18,63					
	Toplam	672	105,37	18,18					
<b>Düzen</b>	Tek	30	25,31	5,02	49,36	3	16,455	,906	,438
	İlk	239	25,68	4,55					
	Ortanca	180	25,97	3,72					
	Son	223	25,86	4,42					
	Toplam	672	25,82	4,26					
<b>Hatalara Aşırı İlgisi</b>	Tek	30	25,27	7,16	226,17	3	75,39	1,606	,187
	İlk	239	22,97	6,84					
	Ortanca	180	23,17	7,02					
	Son	223	23,08	6,67					
	Toplam	672	23,17	6,86					
<b>Davranışlardan Şüphesi</b>	Tek	30	14,87	4,84	54,95	3	18,31	1,052	,369
	İlk	239	13,70	4,01					
	Ortanca	180	13,76	4,29					
	Son	223	13,54	4,10					
	Toplam	672	13,73	4,17					
<b>Aile Beklentisi</b>	Tek	30	15,07	4,53	9,55	3	3,18	,166	,919
	İlk	239	14,55	4,21					
	Ortanca	180	15,46	4,31					
	Son	223	15,16	4,54					
	Toplam	672	15,07	4,37					
<b>Ailesel Eleştirisi</b>	Tek	30	7,91	3,82	4,57	3	1,52	,145	,933
	İlk	239	7,61	2,94					
	Ortanca	180	7,84	3,49					
	Son	223	8,06	3,15					
	Toplam	672	7,84	3,23					
<b>Kişisel Standartlar</b>	Tek	30	20,66	5,39	48,96	3	16,32	,941	,420
	İlk	239	19,43	4,04					
	Ortanca	180	19,82	3,93					
	Son	223	19,84	4,33					
	Toplam	672	19,75	4,16					

Tablo4.4 incelendiğinde öğrencilerin doğum sıraları ile mükemmeliyetçilik özellikleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark yoktur [ $F(3, 668) = 0,615; p > .05$ ]. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının da doğum sırasına göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Düzen [ $F(3, 668) = 0,615; p > .05$ ], hatalara aşırı ilgi [ $F(3, 668) = 1,606; p > .05$ ], davranışlardan şüphe [ $F(3, 668) = 1,052; p > .05$ ], aile beklentisi [ $F(3, 668) = 0,166; p > .05$ ], ailesel eleştiri [ $F(3, 668) = 0,145; p > .05$ ] ve kişisel standartlar [ $F(3, 668) = 0,941; p > .05$ ] alt boyutlarının da kardeş sayısına göre anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir.

4.1.5. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri algılanan sosyo-ekonomik düzeye farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesi amacıyla ANOVA testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.5’te verilmiştir.

**Tablo 4.5.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin ANOVA testi sonuçları

	Sınıflar	<i>n</i>	$\bar{X}$	SS	Kareler Top.	df	Kareler Ort.	F	<i>p</i>	<i>Fark Tukey</i>
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	1.Düşük	110	108,21	18,41	1330,80	2 669 671	665,40	2,018	,134	
	2.Orta	362	105,32	17,71						
	3.Yüksek	200	103,89	18,80						
	Toplam	672	105,37	18,18						
<b>Düzen</b>	1.Düşük	110	25,60	3,87	46,14	2 669 671	23,07	1,272	,281	
	2.Orta	362	26,06	4,20						
	3.Yüksek	200	25,50	4,54						
	Toplam	672	25,82	4,26						
<b>Hatalara Aşırı İlgili</b>	1.Düşük	110	24,33	7,29	315,95	2 669 671	157,97	3,379	<b>,035</b>	1>3
	2.Orta	362	23,32	6,72						
	3.Yüksek	200	22,28	6,79						
	Toplam	672	23,17	6,86						
<b>Davranışlardan Şüpheli</b>	1.Düşük	110	14,35	3,97	80,92	2 669 671	40,46	2,333	0,98	
	2.Orta	362	13,77	4,21						
	3.Yüksek	200	13,29	4,19						
	Toplam	672	13,73	4,17						
<b>Aile Beklentisi</b>	1.Düşük	110	15,32	4,45	10,35	2 669 671	5,175	0,271	,763	
	2.Orta	362	15,06	4,27						
	3.Yüksek	200	14,94	4,51						
	Toplam	672	15,07	4,37						
<b>Ailesel Eleştirisi</b>	1.Düşük	110	8,90	3,53	148,79	2 669 671	74,39	7,244	<b>,001</b>	1>2 1>3
	2.Orta	362	7,62	3,01						
	3.Yüksek	200	7,64	3,35						
	Toplam	672	7,84	3,23						
<b>Kişisel Standartlar</b>	1.Düşük	110	19,71	4,29	71,93	2 669 671	35,96	2,082	,126	
	2.Orta	362	19,49	3,95						
	3.Yüksek	200	20,23	4,44						
	Toplam	672	19,75	4,16						

Tablo 4.5 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre anlamlı olarak farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyansanalizi sonucunda aradaki farkın anlamlı olmadığı görülmektedir [ $F(2, 669) = 2,018$ ;  $p > .05$ ]. Tablo 4.5'e göre mükemmeliyetçiliğin hatalara aşırı ilgi boyutunun algılanan sosyo ekonomik düzeye

göre anlamlı farklılık göstermektedir [F (2,669) = 3,379; p< .05]. Farkın kaynağını anlamak için post hoc testlerinden Tukey yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre sosyo ekonomik düzeyini düşük algılayanların ( $\bar{X}_{\text{düşük}} = 24,33$ ), sosyo ekonomik düzeyini yüksek algılayanlara ( $\bar{X}_{\text{yüksek}} = 22,28$ ), göre hatalara aşırı ilgi boyutu puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ailesel eleştiri boyutunda da algılanan sosyo ekonomik düzeye göre anlamlı fark olduğu görülmektedir [F (2,669) = 7,244; p< .05]. Farkın kaynağını anlamak için yapılan Tukey post hoc testine göre sosyo ekonomik düzeyini düşük ( $\bar{X}_{\text{düşük}} = 8,90$ ), olarak belirtenlerin puan ortalamalarının, orta ( $\bar{X}_{\text{orta}} = 7,62$ ), ve yüksek ( $\bar{X}_{\text{yüksek}} = 7,64$ ), olarak belirtenlerin puan ortalamalarına göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Mükemmeliyetçiliğin düzen alt boyutunda [F (2, 669) = 1,272; p> .05], davranışlardan şüphe alt boyutunda [F (2, 669) = 2,33; p> .05], aile beklentisi alt boyutunda [F (2, 669) = 0,271; p> .05] ve kişisel standartlar alt boyutunda [F (2, 669) = 2,082; p> .05] ise anlamlı farklılık bulunamamıştır.

#### 4.1.6. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeye göre incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri algılanan akademik başarı düzeyine göre farklılık göstermekte midir?’ probleminin test edilmesi amacıyla ANOVA testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.6.’da verilmiştir.

**Tablo 4.6.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre incelenmesine ilişkin ANOVA testi sonuçları

	Sınıflar	<i>n</i>	$\bar{X}$	SS	Kareler Top.	df	Kareler Ort.	F	<i>p</i>	Fark Tukey
<b>Mükemmeliyetçilik</b>	1.Düşük	137	112,10	18,43	8927,391	2 669 671	4463,69	14,023	<b>,000</b>	1>2 1>3
	2.Orta	461	104,23	17,82						
	3.Yüksek	74	100,01	16,82						
	Toplam	672	105,37	18,18						
<b>Düzen</b>	1.Düşük	137	24,78	5,15	93,596	2 669 671	93,59	5,223	<b>,000</b>	2>1 3>1
	2.Orta	461	26,05	3,95						
	3.Yüksek	74	26,27	4,07						
	Toplam	672	25,82	4,26						
<b>Hatalara Aşırı İlgili</b>	1.Düşük	137	26,11	7,25	813,493	2 669 671	813,49	18,163	<b>,000</b>	1>2 1>3
	2.Orta	461	22,63	6,58						
	3.Yüksek	74	21,12	6,26						
	Toplam	672	23,17	6,86						
<b>Davranışlardan Şüpheli</b>	1.Düşük	137	15,16	4,49	214,628	2 669 671	214,62	12,759	<b>,000</b>	1>2 1>3
	2.Orta	461	13,51	3,99						
	3.Yüksek	74	12,42	4,03						
	Toplam	672	13,73	4,17						
<b>Aile Beklentisi</b>	1.Düşük	137	16,49	4,08	223,273	2 669 671	223,27	12,091	<b>,000</b>	1>2 1>3
	2.Orta	461	14,88	4,33						
	3.Yüksek	74	13,63	4,48						
	Toplam	672	15,07	4,37						
<b>Ailesel Eleştirisi</b>	1.Düşük	137	9,10	3,76	164,694	2 669 671	164,69	16,469	<b>,000</b>	1>2 1>3
	2.Orta	461	7,64	2,98						
	3.Yüksek	74	6,72	3,06						
	Toplam	672	7,84	3,23						
<b>Kişisel Standartlar</b>	1.Düşük	137	20,46	4,31	47,730	2 669 671	47,730	2,768	,064	
	2.Orta	461	19,51	4,11						
	3.Yüksek	74	19,86	4,09						
	Toplam	672	19,75	4,16						

Tablo 4.6.'ya göre araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri algılanan akademik başarı düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir [ $F(2, 669) = 14,023; p < .05$ ]. Farkın kaynağına ilişkin yapılan post-hoc testlerinden Tukey'e göre algılanan akademik başarı düzeyini düşük olarak ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=112,09$ ) belirtenlerin orta ( $\bar{X}_{\text{orta}} =104,22$ ) ve yüksek ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}=100,00$ ) olarak belirtenlere göre mükemmeliyetçilik özellikleri puan ortalamalarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4.6 incelendiğinde düzen alt boyutunda da algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı farklılık olduğu görülmektedir [ $F(2, 669) = 5,223; p < .05$ ]. Farkın hangi algılanan akademik başarı düzeyleri arasında olduğunu belirlemek için post hoc Tukey testi uygulanmıştır ve algılanan akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin düzen alt boyutu puan ortalamalarının ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}= 26,26$ ) algılanan akademik başarı düzeyi orta ( $\bar{X}_{\text{orta}} =26,05$ ) ve düşük ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=24,78$ ) olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Hatalara aşırı ilgi boyutunun algılanan akademik başarıya göre anlamlı farklılık gösterdiği [ $F(2, 669) = 18,163; p < .05$ ] ve bu farkın kaynağını anlamak için yapılan Tukey post hoc testine göre de algılanan akademik başarısını düşük olarak belirtenlerin ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=26,11$ ) hatalara aşırı ilgi puan ortalamalarının orta düzeyde ( $\bar{X}_{\text{orta}} =22,63$ ) ve düşük düzeyde ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}= 21,12$ ) belirtenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Davranışlardan şüphe alt boyutunun algılanan akademik başarıya göre gösterdiği farkın anlamlı olduğu görülmektedir [ $F(2, 669) = 12,759; p < .05$ ]. Farkın kaynağını anlamaya yönelik yapılan Tukey post hoc testine göre ise algılanan akademik başarısı düşük ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=15,15$ ) olarak belirtenlerin davranışlardan şüphe boyutu puan ortalamalarının orta ( $\bar{X}_{\text{orta}}=13,50$ ) ve yüksek olarak belirtenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}= 12,41$ ) olduğu bulunmuştur. Aile beklentileri alt boyutunun algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı fark gösterdiği bulunmuştur [ $F(2, 669) = 12,091 p < .05$ ] ve bu farkın kaynağını anlamak için yapılan Tukey post hoc testine göre de algılanan akademik başarı düzeyini düşük olarak belirtenlerin ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=9,10$ ) aile beklentileri puan ortalamalarının orta düzeyde ( $\bar{X}_{\text{orta}} =7,64$ ) ve düşük düzeyde ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}= 6,72$ ) belirtenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Ailesel eleştiri boyutunun algılanan akademik başarıya

göre anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir [F (2, 669) = 16,46 p< .05]. Farkın hangi algılanan akademik başarı düzeyleri arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan Tukey post hoc testine göre algılanan akademik başarısını düşük ( $\bar{X}_{\text{düşük}}=9,10$ ) olarak belirtenlerin ailesel eleştiri puan ortalamalarının orta ( $\bar{X}_{\text{orta}}=7,46$ ) ve yüksek ( $\bar{X}_{\text{yüksek}}= 7,83$ ) olarak belirtenlere göre daha yüksek olduğu gözlenmektedir. Kişisel standartlar boyutunun algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı fark göstermediği görülmektedir [F (2, 768) = 16,46 p> .05]

#### 4.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duygusu arasında bir ilişki var mıdır?’ probleminin test edilmesi amacıyla Pearson Momentler Çarpımı testi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.7.’de verilmiştir.

**Tablo 4.7.** Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duyguları arasındaki ilişkiye gösteren Pearson Momentler Çarpımı Testi sonuçları

	1	2	3	4	5
1.Mükemmeliyetçilik	1	,602**	,461**	,848**	,650**
2. Yetersizlik Duygusu		1	,910*	,471	,740
3.Cesaretin Kırılması			1	,338**	,504**
4.Kendi Değerini Yadsıma				1	,539**
5. Yararsız Üstünlük Çabası					1
<i>n</i> =672, * <i>p</i> <.05, ** <i>p</i> <.01					

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri toplam puanı ile yetersizlik duygusu arasında [*r*= 0,602, *p*<.01] pozitif orta düzey bir ilişki olduğu bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik ile yetersizlik duygusunun alt boyutlarından cesaretin kırılması arasındapozitif orta düzeyde [*r*= 0,461, *p*<.01] kendi değerini yadsıma alt boyutu arasındapozitif yüksek düzeyde [*r*= 0,848, *p*<.01] ve yararsız üstünlük çabası arasında [*r*= 0,650, *p*<.01] pozitif orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Mükemmeliyetçilik ile yetersizlik duygusunun alt boyutlarından en yüksek ilişkinin



kendi deęerini yadsıma en dūřuk iliřkinin ise cesaretin kırılması ile olduęu gōr÷lmektedir.

#### 4.3.Üniversite öğrencilerinde yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçi özellikleriyordayıcılığınailişkin bulgular

Araştırmanın alt problemlerinden ‘Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duyguları mükemmeliyetçi özelliklerini yordamakta mıdır?’ probleminin test edilmesi amacıyla Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi kullanılmış ve bulgular Tablo 4.8.’de verilmiştir. Bu amaçla öncelikle çoklu aşamalı regresyon analizinin varsayımlarından olan çoklu bağlantılılık durumu test edilmiştir. Araştırmanın bir önceki bulgusunda verilen korelasyon değerlerine bakıldığında, mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından cesaretin kırılması ile kendi değerini yadsıma alt boyutları arasında [ $r= 0,338, p<.01$ ], cesaretin kırılması ile yararsız üstün çabası alt boyutları arasında [ $r= 0,504, p<.01$ ] ve kendi değerini yadsıma ile yararsız üstünlük çabası alt boyutları arasında ise [ $r= 0,539, p<.01$ ] düzeyinde ilişkiler olduğu gōr÷lmektedir. Ancak bu ilişki değerleri .80 altında olduğu için regresyona dahil edilecek değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olmadığı (Büyüköztürk, 2013) ve çoklu regresyonun bu varsayımının karşılandığı kabul edilmiştir.

**Tablo 4.8.** Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygularının mükemmeliyetçi özelliklerini yordayıp yordamadığına ilişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi sonuçları

Yordanan Model	B	SH <sub>B</sub>	$\beta$	t	F	p	R	R <sup>2</sup>	Tol.	VIF	Durbin-Watson
(Sabit)	37,922	1,672		22,676	1711,410		.848	.719			
Kendi Değerini Yadsıma	3,3783	0,091	0,848	41,369		0.000 <sup>b</sup>			1.00	1.000	
(Sabit)	28,901	1,673		17,270	1129,435		.878	.772			
Kendi Değerini Yadsıma	.3,127	0,098	0,701	31,947		0.000 <sup>c</sup>			.710	1,409	
Yararsız Üstünlük Çabası	1,118	0,090	0,273	12,440					.710	1,409	2,037
(Sabit)	25,933	1,721		15,065	797,186		.884	.782			
Kendi Değerini Yadsıma	3,078	0,096	0,690	5,576		0.000 <sup>d</sup>			0.704	1.421	
Yararsız Üstünlük Çabası	0,900	0,096	0,220	9,357					0.593	1.687	
Cesaretin Kırılması	0,367	0,066	0,117	5,576					0.740	1,352	

\* p<0,05, \*\*p<0,01

Ayrıca aşamalı çoklu aşamalı regresyon analizi yapılmadan önce cesaretin kırılması, kendi değerini yadsıma, yararsız üstünlük çabası değişkenlerine ilişkin tolerans değerlerinin .59 ile 1.00; varyans artış faktörü (VIF) değerlerinin ise 1.00 ile 1.687 arasında değiştiği görülmektedir. Tolerans değerlerinin .20'den yüksek olması; VIF değerlerinin ise 10'dan düşük olması aşamalı çoklu regresyon için beklenen koşulların sağlandığını göstermektedir (Büyüköztürk,2013). Bunun yanında, Durbin-Watson test sonucu değerlerine bakıldığında modelde oto-korelasyonun bulunmadığı ve Durbin-Watson katsayısının 1.5 ve 2.5 aralığında olduğu görülmektedir. Bu değer aralığı da modelin uyumuna işaret etmektedir. (Montgomery, Peck ve Vining, 2012). Field (2009)'a göre ise 1'den küçük ve 3'ten yüksek değerler model için kesinlikle bir

sorun olduğunu göstermektedir. Değerin 2'ye yakın olmasının örneklem büyüklüğü de göz önünde bulundurulduğunda bir sorun teşkil etmediğini göstermektedir.

Tablo 4.8'de yer alan  $R^2$  değerleri incelendiğinde ilk aşamada mükemmeliyetçilikle en yüksek ilişkiye sahip alt boyut olan kendi değerini yadsıma boyutu analize girmiştir ve toplam varyansın % 72'sini açıkladığı görülmektedir [ $R=.848, R^2=.719(F1,672): 1711,410; p<0,01$ ]. İkinci aşamada ise yararsız üstünlük çabası boyutunun yordamaya katılması ile açıklanan toplam varyans oranı %77'e yükselmiştir [(F2,672): 1129,435;  $p<0,01$ ]. Son olarak cesaretin kırılması boyutunun dayordamaya katılması ile açıklanan toplam varyans oranı %78'e çıkmıştır [(F3,672): 1129,435;  $p<0,01$ ]. Aşamalı çoklu regresyon analizi sonucunda ortaya çıkan  $\beta$  değerlerine bakıldığında mükemmeliyetçiliği en fazla kendi değerini yadsıma boyutunun ( $\beta = 0,690$ ) yordadığı görülmektedir. Daha sonra sırasıyla yararsız üstünlük çabası ( $\beta=0,220$ ) ve cesaretin kırılması boyutları ( $\beta = 0,117$ ) değişkenlerinin geldiği görülmektedir. Değişkenler arasındaki ilişkilerin yönüne bakıldığında cesaretin kırılması, kendi değerini yadsıma ve yararsız üstünlük çabasının üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerini pozitif yönde yordadığı görülmektedir. Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerini açıklamada cesaretin kırılması, kendi değerini yadsıma ve yararsız üstünlük çabasının önemli düzeyde bir açıklama varyansına sahip olduğu görülmektedir.

## V. BÖLÜM

### 5. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın bu bölümünde araştırma bulguları ilgili alan yazına göre tartışılmıştır. Tartışılan bulgular yorumlanmıştır ve son olarak hem araştırmacılara hem de uygulamacılara yönelik önerilere yer verilmiştir.

#### 5.1. Tartışma

Bu bölümde araştırma bulgularının ilgili alan yazın bulguları ile tartışılmasında ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Öncelikle üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kişisel ve demografik bazı değişkenlere göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiş, daha sonra ise üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

##### 5.1.1 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin cinsiyete göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin cinsiyete göre farklılaştığı ve erkeklerin mükemmeliyetçilik özelliklerinin kadınlardan daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alan yazına bakıldığında benzer örneklerle yapılan çalışmalar (Hewitt ve diğerleri, 1991; Mouratidis ve Michou, 2011; Rice ve Richardson, 2014; Maloney ve diğerleri, 2014; Curran ve Hill, 2017) araştırmanın bu bulgusunu desteklemektedir. Ancak kadınların erkeklerden daha mükemmeliyetçi olduklarını gösteren çalışmalar da (Taylor ve diğerleri, 2012; Gnilka ve Novakovic, 2017) bulunmaktadır. Aynı şekilde yurtiçinde yapılan çalışmalarda da araştırma bulgusunu destekleyen bulgular (Mısırlı-Taşdemir, 2003; Zabun, 2011; Büyükbayraktar, 2011; Cesur, 2017) görülmektedir. Araştırma bulgusunun tersine kadınların erkeklerden daha

yüksek mükemmeliyetçilik özelliğine sahip olduğunu ya da bir fark olmadığını gösteren araştırma bulguları da (Tuncer ve Voltan-Acar, 2006; Mascinga ve Dobrita, 2011; Alvan, 2015) alan yazındamevcuttur.

Mükemmeliyetçiliğin düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar alt boyutlarının hepsinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Düzen boyutunda kadınların puan ortalamaları daha yüksekken hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri ailesel eleştiri ve kişisel standartlar boyutunda erkeklerin puan ortalamaları kadınlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Mısırlı Taşdemir (2003) çalışmasında sadece kişisel standartlar, aile beklentileri ve hatalara aşırı ilgi boyutunda cinsiyete göre farklılık olduğunu belirtmiş ve erkeklerin puan ortalamaların bu alt boyutlarda kadınlara göre daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Başer (2007) ise ortaokul öğrencileriyle yaptığı çalışmasında genel mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre anlamlı fark gösterdiği ve erkek öğrencilerin daha mükemmeliyetçi olduğunu ileri sürmüştür. Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarına göre ise hatalara aşırı ilgi davranışlardan şüphe ve aile beklentileri boyutlarında ise erkeklerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Cinsiyetle ilgili birbirinden farklı araştırma sonuçlarındayanarak, çevresel ve kültürel ortamların kadın ve erkeklerin mükemmeliyetçi özelliklerini etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada erkek üniversite öğrencilerinin kadın öğrencilere göre daha fazla mükemmeliyetçi özelliklere sahip olmasını ülkemizin de dahil olduğu daha toplulukçu toplumlar olan doğu toplumlarında erkeklerden beklenen statü, başarı, güç, geleceğe dair planlar gibi toplumsal cinsiyete özgü beklenti ve baskıların kadınlara göre daha fazla olmasıyla açıklanabilir. Özellikle hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri boyutlarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek puana sahip olmaları toplum tarafından erkeğe atfedilen toplumsal cinsiyet rollerinin erkek hata yapmamalı, erkek hep güçlü olmalı, hatalarını ve başarısızlıklarını gizlemeli gibi yargıların sonucu olabileceği söylenebilir.

### 5.1.2 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin sınıf düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin sınıf düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı birinci sınıf düzeyindeki öğrencilerin mükemmeliyetçilik özelliklerinin üçüncü sınıf düzeyindekilere göre anlamlı düzeyde daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazında araştırmanın bu bulgusunu destekleyici bazı araştırma sonuçları bulunmaktadır. Stoeber ve Stoeber 'in (2009) 109 üniversite öğrencisi ve 289 internet kullanıcısı katılımcıda yaş, cinsiyet ve yaşam doyumunun mükemmeliyetçilikle ilişkisini inceledikleri araştırmada mükemmeliyetçilikle yaş arasında yüksek düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur ve üniversite öğrencilerinde yaşla beraber mükemmeliyetçiliğin azaldığı ortaya konulmuştur. Ülkemizde üniversite öğrencileriyle yapılan bir başka çalışmada da mükemmeliyetçi özelliklerin 18–20 yaşlarda daha üst yaşlara göre fazla olduğu raporlaştırılmıştır (Büyükbayraktar, 2011). Bu araştırmanın bulgusundan farklı olarak, Gnilka ve Broda (2018) mükemmeliyetçilik, depresyon ve kaygı ilişkisinde sosyal desteğin aracı rolünü inceledikleri araştırmada yaş ve sınıf düzeyinin anlamlı bir etkisinin olmadığı belirtilmiştir ve sosyal desteğin mükemmeliyetçilik depresyon ve kaygı ilişkisinde kısmi aracı rolü olduğunu belirtmişlerdir. Benzer şekilde mükemmeliyetçiliğin sınıf düzeyine göre farklılaşmadığını gösteren başka bazı araştırma sonuçları da bulunmaktadır (Yaoar, 2008; Cesur, 2017; Gnilka ve Novakovic, 2017 ).

Araştırma bulgusuna göre mükemmeliyetçiliğin sadece aile beklentisi alt boyutunun sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Büyükbayraktar (2011), başkaları tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik özelliğinin sınıf düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiğini ve birinci sınıf öğrencilerinin bu boyutta daha mükemmeliyetçi olduğunu belirtmiştir. Koçubaba (2019) ise üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada mükemmeliyetçiliğin sadece aile beklentileri boyutunun yaşa göre anlamlı fark gösterdiğini ancak bu araştırma bulgusunun aksine 27 yaş ve üstü öğrencilerin 18-20 yaş ve 21-23 yaş aralığındaki öğrencilere göre daha mükemmeliyetçi olduğunu bulmuştur. Lise öğrencileriyle yapılan bir başka araştırmada

da mükemmeliyetçilik özelliklerinin yaş ilerledikçe arttığı bulunmuştur (Oran-Pamir, 2008)

Alan yazında mükemmeliyetçilik özelliklerinin yaşa göre farklılık göstermesine ilişkin farklı bulgular olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın üniversite birinci sınıf düzeyindeki öğrencilerde mükemmeliyetçi özelliklerin daha fazla olduğu bulgusu, üniversite giriş sınavı sürecinden henüz yeni çıkan öğrencilerin sınav sürecinin etkisiyle daha mükemmeliyetçi ve daha idealist olduklarını, ancak zamanla yetişkinliğe geçiş ve özerkliğin de artması ile bu mükemmeliyetçi özellikler yerine daha gerçekçi özelliklerin artıyor olabileceğini düşündürmektedir. Özellikle aile beklentileri ya da başkalarına odaklı mükemmeliyetçilik boyutların da yaşa göre anlamlı farkın oluşması genç yetişkinliğin ilk dönemlerinde Erikson'un gelişim kuramına göre kimlik kazanımına karşı rol karmaşası dönemiyle belirttiği gibi özerk otonom bir kişilik oluşturma isteğiyle açıklanabilir.

### 5.1.3 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin kardeş sayısına ve doğum sırasına göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Araştırmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin kardeş sayısına ve doğum sırasına göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulunmuştur. Alan yazında üniversite öğrencileri örnekleminde kardeş sayısı ve doğum sırasına göre mükemmeliyetçiliğin farklılık gösterdiğini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak lise öğrencileri örnekleminde yapılan birkaç çalışma bu bulguyu destekler niteliktedir. Lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada algılanan sosyo-ekonomik düzey ve kardeş sayısı değişkenlerine göre, mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarında anlamlı farklılık gözlenmediği belirtilmiştir (Koroğlu, 2008). Bu bulgunun aksine alan yazında üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin kardeş sayısına göre farklılık gösterdiğini ortaya koyan bir çalışmaya rastlanmıştır (Parker, 2000; Schuler, 1997). Ülkemizde üstün yetenekli lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada birden fazla kardeşi olanların mükemmeliyetçilik puan ortalamalarının tek çocuk olanlara göre daha düşük olduğu raporlaştırılmıştır (Mısırlı-Taşdemir,2003). Ancak bir başka araştırma bulgusu

ise kardeş sayısı birden fazla olanların daha mükemmeliyetçi olduklarını ortaya koymaktadır (Parker, 1997).

Araştırma, mükemmeliyetçiliğin düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentisi, ailesel eleştiri, kişisel standartlar alt boyutları arasında da kardeş sayısına ve doğum sırasına göre anlamlı farklılık görülmediğini göstermektedir. Alan yazında bu bulguyu destekleyen veya karşı çıkan çalışmalara rastlanmamıştır ancak Rohrer ve arkadaşları (2015), 20000 kişilik bir veritabanını inceleyerek yaptıkları çok kültürlü bir araştırmada doğum sırasının kişilik tipleri ve zeka düzeyiyle ilişkisinin çok düşük düzeyde olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmanın bu bulgusu Adler'in Bireysel Psikoloji kuramına göre değerlendirildiğinde; doğum sırasının ve aile ilişkilerinin özellikle çocukların aile içinde hangi sırada olduklarının değil kendilerini hangi pozisyonda algıladıklarının önemli olduğunu vurgulamıştır. Lise öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin kardeş sayısı ve doğum sırasına göre farklılık göstermesi ancak üniversite döneminde bu farklılığın görülmemesi üniversitede öğrenim gören bireylerin ailelerinden ayrı yaşamaları ve bağımsız bir yaşam sürdürmelerleriyle açıklanabilir. Aileleriyle yaşarken hem ebeveynleri tarafından kardeşleriyle kıyaslanan hem de kendilerini kardeşleriyle kıyaslayan bireyler aileden uzaklaşınca daha çok sosyal çevresindeki arkadaşlarıyla kendini değerlendirme eğiliminde olduğu düşünülebilir.

#### 5.1.4 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin algılanan sosyoekonomik düzeye göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleriyle algılanan sosyoekonomik düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazında bu bulguyu destekleyen araştırmalar mevcuttur (Başer, 2007; Camadan, 2009). Bu araştırma bulgusundan farklı olarak sosyo ekonomik düzeyin ve olumlu aile koşullarının mükemmeliyetçiliği etkilediğini vurgulayan araştırma sonuçları bulunmaktadır (Flett ve diğerleri, 2002; Gnilka ve Noble, 2011). Greenspon (2000),



özellikle ekonomik refahın yüksek olduğu ve olumlu aile koşullarında yetişen üstün yetenekli öğrencilerin daha olumlu mükemmeliyetçi özelliklere ve daha az olumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip olduklarını belirtmiştir. Bu bulgulardan farklı olarak Benk(2006), üniversite öğrencileri örneğinde psikolojik semptomlar ve mükemmeliyetçiliğinsosyo ekonomik düzeye göre farklılaşıp farklılaşmamasını incelediği araştırmasında mükemmeliyetçiliğin toplam ve kendine odaklı mükemmeliyetçilik alt boyutu puanlarında algılanan sosyo ekonomik düzeyi yüksek olanların daha yüksek puanlar aldığını bulmuştur.

Araştırmanın bu bulgusuna göre mükemmeliyetçiliğin hatalara aşırı ilgi boyutunda ve ailesel eleştiri boyutunda algılanan sosyo ekonomik düzeye göre anlamlı farklılıklar görülmektedir. Hatalara aşırı ilgi boyutunda algılanan sosyo ekonomik düzeyini düşük olarak belirtenlerin puan ortalamaları yüksek olarak belirtenlere göre daha yüksektir. Ailesel eleştiri boyutunda ise algılanan sosyo ekonomik düzeyi düşük olanların puan ortalamaları hem orta hem de yüksek olarak belirtenlere göre daha yüksektir. Araştırmanın bu bulgusunun aksine Camadan (2009) ortaöğretim öğrencilerinde mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının algılanan sosyo ekonomik düzeye göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemiş ve düzen ve kişisel standartlar boyutunda sosyo ekonomik düzeye göre farklılık olduğunu ortaya koymuştur. Sosyo ekonomik düzeylerini düşük ve orta olarak belirten öğrenciler yüksek olarak belirtenlere göre mükemmeliyetçilik ölçeğinin düzen alt boyutundan daha yüksek puan almışlardır. Kişisel standartlar alt boyutunda ise sosyo-ekonomik düzeyleri yüksek olarak belirtenler orta olarak belirtenlere göre daha yüksek puanlar almışlardır. Benzer şekilde Tuncer (2006) tarafından üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada, kasabadan ve ilçeden geldiğini belirten öğrencilerin sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik puanları kendilerini kent kökenli algılayanlardan daha yüksek bulunmuştur. Benzer şekilde, Oral'ın (1999) üniversitede okuyan 333 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmada köy kökenli öğrencilerin şehir kökenli öğrencilere göre sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyleride daha yüksek bulunmuştur.

Bu bulgudan yola çıkarak algılanan sosyo ekonomik düzeyi düşük olarak belirten öğrencilerin yakın sosyal çevresindeki insanların beklentilerinden daha çok etkilendiklerini ve bu beklentilere uymak için mükemmel olmak zorunda hissettikleri

söylenbilir. Ayrıca bu öğrenciler hata yapma endişesi ve sahip oldukları düzeni koruma içgüdüleri bakımından da sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlara göre daha hassas oldukları söylenbilir. Özellikle sosyo ekonomik düzeyi düşük olan ailelerde yetişen çocukların daha kontrolcü daha az risk alan ve daha tedbirli olarak yetiştirilmesinden kaynaklandığı söylenbilir.

#### 5.1.5 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre incelenmesine ilişkin bulguların tartışılması

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği, algılanan akademik başarısını düşük olarak belirtenlerin mükemmeliyetçi özelliklerinin, düşük ve orta olarak belirtenlere göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazında mükemmeliyetçilik ve akademik başarı (Werner-Fillon ve Gaudreau, 2010; Blasberg, 2009, Başer, 2007) ve performansla (Besser ve ark, 2004, Yöndem, 2012; Stoeber ve ark, 2015) ilişkisini inceleyen birçok çalışma bulunmaktadır.

Mükemmeliyetçiliğin düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentisi ve ailesel eleştiri boyutlarında akademik başarıya göre anlamlı farklılık bulunmuş yalnızca kişisel standartlar boyutunda anlamlı farklılık gözlenmemiştir. Düzen boyutunda akademik başarısını yüksek olarak belirtenler düşük ve orta olarak belirtenlere göre daha mükemmeliyetçi olduğu görülürken diğer boyutlarda algılanan akademik başarı düzeyini düşük olarak belirtenlerin, orta ve yüksek olarak belirtenlere göre mükemmeliyetçilik puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Alan yazında bu bulguyu destekler araştırmalar mevcuttur (Sarioğlu, 2011; Zabun, 2011).

Blankstein ve Winkworth (2004) özellikle kendine yönelik mükemmeliyetçi özellikleri fazla olan üniversite öğrencilerinin not ortalamalarının daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Araştırma bulgusunun tersine Büyükbayraktar (2011) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada mükemmeliyetçilik arttıkça akademik başarının da arttığını belirtmiştir. Öğrencilerin üniversiteye giriş puanı yükseldikçe toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik özelliğini puanlarının da yükseldiği, genel not ortalamasına göre ise not ortalaması arttıkça kendine odaklı ve diğerlerine odaklı mükemmeliyetçilik boyutları puanlarının da yükseldiğini ortaya koymuştur. 8. Sınıf öğrencileri ile yapılan başka bir araştırmada, mükemmeliyetçilik içeriğinde yer alan

kendini olumlu değerlendirme ve gerçekçi hedefler koyabilme becerilerini geliştirmeye yönelik mükemmeliyetçiliği azaltmaysikoeğitim programı sonucunda, öğrencilerin akademik başarılarının da arttığı gözlenmişti (Şirin, 2011). Yine araştırma bulgusunu destekler nitelikte Bieling ve arkadaşları (2003), üniversite öğrencilerine sınavlardan önce ve sonra mükemmeliyetçilik, başarı, öz sabotaj ve öz düzenleme ölçeklerini uygulamışlar ve mükemmeliyetçiliğin bu kavramlarla ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucunda mükemmeliyetçilik puanları yüksek olan öğrencilerin sınava dair yüksek başarı beklentileri oluşturdukları ve sınav sonrasında istedikleri puanları alıp almalarından bağımsız olarak negatif duygular yaşadıklarını ortaya koymuşlardır. Ayrıca uyumlu mükemmeliyetçiliğin başarı durumlarında ulaşmada daha az negatif sonuç kaygısıyla ilişkili olduğunu belirtmişlerdir

Sonuç olarak araştırmanın algılanan akademik başarısını düşük olarak algılayanlarda mükemmeliyetçilik özellikleri puanlarının yüksek olduğu bulgusu üniversite öğrencilerinin eğitim hayatlarının genelde hep sınav ve performans sonuçlarına göre değerlendirilmesinden bu yüzden öğrencilerin sürekli başarının sonuç boyutuna odaklanmalarının sonucu olabilir. Öğrenciler süreç odaklı değerlendirilmediği ve her öğrencinin başarılı olması beklendiği için öğrencilerde aile ve çevrenin beklentileri sonucu mükemmeliyetçilik özellikleri görülmektedir (Zabun, 2011). Özellikle mükemmeliyetçiliğin düzen gibi içsel boyutunun başarıyla pozitif ilişkili olurken aile beklentileri, hatalara aşırı ilgi, ailesel eleştiri gibi dışsal boyutlarının başarıyla negatif ilişkili olduğu söylenebilir.

#### 5.1.6 Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duygusu arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bulguların tartışılması

Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duyguları arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yetersizlik duygusunun boyutlarının mükemmeliyetçilikle ilişkisine bakıldığında ise kendi değerini yadsıma boyutuyla yüksek düzeyde yararsız üstünlük çabası ve cesaretin kırılması boyutlarıyla da orta düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Alan yazın bakıldığında mükemmeliyetçilik ve yetersizlik duygusuyla ilgili bir tane araştırmaya

rastlanmıştır. Ashby ve Kottman (1996), nevrotik ve normal mükemmeliyetçilik özelliğine göre yetersizlik duygusunun farklılık gösterip göstermediğini araştırmışlardır. Araştırma sonucuna göre nevrotik mükemmeliyetçilik özelliğine sahip öğrencilerin, yetersizlik duygusu puanlarının normal mükemmeliyetçilik gösteren öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yetersizlik duygusunun mükemmeliyetçiliğin düzen boyutuyla negatif ilişkili, çelişki boyutuyla pozitif ilişkili, standartlar boyutuyla ise anlamlı ilişkisinin olmadığı belirtilmiştir. Dunkley ve arkadaşları (2006), ise üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik, öz eleştiri ve üniversiteye uyum düzeylerini incelemişler ve kendini sürekli eleştiren ve birçok konuda yetersiz hisseden öğrencilerin olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerine daha fazla sahip olduklarını ve bu özelliklerinin üniversiteye uyumlarını güçleştirdiğini belirtmişlerdir. Gillman ve Ashby (2003) ergenlerde mükemmeliyetçilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Kendileri için yüksek kişisel standartlar belirleyen ancak sınırlılıklarını kabul eden uyumlu mükemmeliyetçi öğrencilerin diğer öğrencilere göre, bir dizi akademik, sosyal ve kişilerarası beceride anlamlı biçimde yüksek puan aldıklarını ve yaşam doyumlarının yüksek olduğunu ortaya koymuşlardır. Bireyde mükemmeliyetçi özelliklerin görülmesinde ve dönüşmesinde bireyin kendini değerlendirmesi, çocukluk çağından beri oluşturduğu benlik algısının, kendini değerlendirme biçiminin ve çevresiyle kurduğu ilişkide oluşturduğu benlik temsillerinin önemli olduğu söylenebilir. Eğer çocuklar yetersizlik duygularıyla büyürlerse ilerde olumsuz mükemmeliyetçi özelliklere sahip olabilirler ve ulaşamayacakları yüksek standartlarla ve öz eleştiriyle bu duyguyu sürekli hissedebilirler.

Yetersizlik duygusuyla akademik başarının ele alındığı bir araştırmada üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu puanlarına göre düşük, orta ve yüksek diye üç gruba ayrılmış ve gruplar arasında akademik başarı yönünden farklılık olup olmadığı araştırılmıştır. Araştırma sonucuna göre orta düzeyde yetersizlik duygusu hisseden öğrencilerin akademik başarı düzeyleri düşük düzeyde yetersizlik hisseden gruba göre daha yüksek bulunmuş ancak yüksek başarı düzeyine göre anlamlı farklılık görülmemiştir (Strano ve Petrocelli, 2005). Yetersizlik duygusunun intihar (Goodwin ve Marusic, 2003) yalnızlık ( Akdoğan, 2017), kişilik bozuklukları (Eisenmen, 1965) , alkol bağımlılığı (Lamberson ve Wester, 2018), ruminasyon (Çimşir, 2019) gibi psikopatolojik bozukluklarla ilişkisini ortaya koyan araştırmalar da alan yazında

bulunmaktadır. Bu bulgulara bakarak yetersizlik duygusu alan yazında giderek önem kazanan ve araştırılan bir kavram olduğu söylenebilir.

Mükemmeliyetçilik kavramının ve yetersizlik duygusunun temelinde de çocukluk döneminde yaşanan güçlükler, ebeveynle ve çevreyle kurulan ilişkilerdeki çatışmalar, benliği ve kişiliği olumsuz etkileyecek tepkiler ve beklentiler olduğu için bu kavramların orta düzeyde pozitif ilişkili olduğu söylenebilir.

#### 5.1.7 Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygusu alt boyutlarının mükemmeliyetçilik özelliklerini yordayıcılığın incelenmesine yönelik bulguların tartışılması

Araştırmada üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygularının kendi değerini yadsıma, cesaretin kırılması ve yararsız üstünlük çabası alt boyutlarının mükemmeliyetçiliği pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Yapılan çoklu aşamalı regresyon analizi sonucunda kendi değerini yadsıma boyutu mükemmeliyetçiliğin %72'sini, daha sonra yararsız üstünlük çabası boyutu regresyona katılınca %77'sini ardından cesaretin kırılması boyutunun da regresyona dahil edilince toplam varyansın % 78'inin açıklandığı görülmektedir. Alan yazında bu bulguyu destekler herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır ancak başka değişkenlerin mükemmeliyetçiliği yordadığını gösteren araştırmalar mevcuttur. Ergenlerde bağlanma stilleriyle mükemmeliyetçilik ve psikopatoloji ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmada kaçınmacı bağlanma stilinin mükemmeliyetçiliği yordadığı ancak bu etkinin çok güçlü olmadığı bulunmuştur. (Taylor ve ark, 2017). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerle yapılan bir çalışmada ise benlik algısının olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliği düşük düzeyde yordadığı belirtilmiştir (Uzel, Dönmez ve Otrar, 2018). Dilmaç ve arkadaşları ise (2009), ortaokul öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında rasyonel olmayan inançların mükemmeliyetçiliğin hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri kişisel standartlar ve düzen boyutlarını ayrı ayrı yordayıp yordamadığını araştırmışlardır. Araştırma sonucuna göre rasyonel olmayan inançların mükemmeliyetçiliğin bütün boyutlarını yordadığı, en yüksek açıklama değerinin ise hatalara aşırı ilgi boyutunda olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bu bulgusuna bakarak mükemmeliyetçilik özelliklerinin temelinde yetersizlik duygusunun olabileceği özellikle benlik algısı olumsuz, öz güveni düşük, kendi değerini görmezden gelen bireylerin daha mükemmeliyetçi oldukları söylenebilir.

## 5.2. Sonuç ve Öneriler

Bu bölümde araştırmanın bulguları ve sonuçları özetlenmiştir. Bu sonuçlar doğrultusunda, üniversite öğrencileriyle çalışan ruh sağlığı profesyonellerine, yüksek öğretimde çalışan psikolojik danışmanlara ve yeni yapılacak araştırmalara yönelik bazı öneriler sunulmuştur. Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıdaki şekilde özetlenmiştir.

1. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiğierkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre mükemmeliyetçilik özelliklerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin düzen boyutunda kadın öğrenciler erkek öğrencilere göre daha mükemmeliyetçiyken, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri, ailesel eleştiri ve kişisel standartlar alt boyutlarında erkeklerin ortalamaları kadınlarınkinden yüksek olduğu görülmektedir.
2. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özelliklerinin sınıf düzeyine göre farklılık gösterdiği, mükemmeliyetçilik toplam puanında üniversite 1. sınıf düzeyindeki öğrencilerin 3. sınıf düzeyindekilere göre mükemmeliyetçi özelliklerinin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca mükemmeliyetçiliğin sadece aile beklentisi alt boyutunda sınıf düzeyine göre anlamlı fark olduğu gözlenmiş ve 1. Sınıf öğrencilerinin 3. ve 4. sınıflardan; 4. Sınıf öğrencilerinin de 3. Sınıf öğrencilerinden daha yüksek puan ortalamalarına sahip oldukları ortaya konmuştur.
3. Kardeş sayısı ve doğum sırasına göre incelendiğinde üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin ve mükemmeliyetçiliğin düzen, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentisi, ailesel eleştiri, kişisel standartlar alt boyutlarında farklılık göstermediği bulunmuştur.
4. Algılanan sosyo-ekonomik düzeye göre üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ve mükemmeliyetçiliğin düzen, davranışlardan şüphe, aile beklentisi, kişisel standartlar alt boyutları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak hatalara aşırı ilgi boyutunda algılanan sosyo ekonomik düzeyini düşük olarak belirten öğrencilerin yüksek olarak belirtenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği, ailesel eleştiri boyutunda ise algılanan sosyo ekonomik düzeyini düşük olarak belirtenlerin orta ve yüksek olarak belirtenlere göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur.

5. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı farklılık göstermiştir. Algılanan akademik başarısını düşük olarak belirten öğrencilerin orta ve yüksek olarak belirtenlere göre mükemmeliyetçi özelliklerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca mükemmeliyetçiliğin hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentisi ve ailesel eleştiri boyutlarında algılanan akademik başarısını düşük olarak belirten öğrencilerin orta ve yüksek olarak belirten öğrencilere göre daha yüksek puanlar aldığı görülürken düzen boyutunda algılanan akademik başarı düzeyini orta ve yüksek olarak belirten öğrencilerin düşük olarak belirtenlere göre daha yüksek puanlara sahip olduğu bulunmuştur. Kişisel standartlar boyutunda algılanan akademik başarı düzeyine göre anlamlı bir fark bulunamamıştır.

6. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi özellikleri ile yetersizlik duygusu arasında pozitif yönlü orta düzeyde ilişki bulunmuştur. Yine yetersizlik duygusunun alt boyutlarından cesaretin kırılması boyutuyla pozitif yönlü orta düzey, kendi değerini yadsıma boyutuyla pozitif yönlü yüksek düzey, yararsız üstünlük çabası alt boyutuyla da pozitif yönde orta düzey ilişkiler ortaya konmuştur.

7. Üniversite öğrencilerinin yetersizlik duygularının mükemmeliyetçi özelliklerinin önemli bir yordayıcısı olduğu, yetersizlik duygusunun alt boyutları olan, kendi değerini yadsıma, yararsız üstünlük çabası, cesaretin kırılması boyutlarının mükemmeliyetçilik özelliklerinin toplam varyansının %78'ini açıkladığı sonucuna varılmıştır.

Araştırmadan elde edilen bu sonuçlara dayanarak öncelikle üniversite öğrencileriyle çalışan ruhsağlığı profesyonellerine ve yüksek öğretimde psikolojik danışma hizmeti sunan psikolojik danışmanlara, ikinci sırada ise yeni yapılacak araştırmalar için araştırmacılara yönelik bazı öneriler sunulacaktır.

Ruh sağlığı profesyonellerine ve psikolojik danışmanlara yönelik öneriler aşağıda sunulmuştur.

1. Araştırmanın mükemmeliyetçilik özelliklerinin yetersizlik duygusuyla ve özellikle yetersizliğin alt boyutlarından sırasıyla kendi değerini yadsıma, yararsız üstünlük çabası, cesaretin kırılması ile pozitif ilişkili olduğu sonuçları dikkate alınarak, kendilerine yönelik eleştirel değerlendirmeler gibi kendini yıpratıcı içsel konuşmalarının farkında olacakları ve olumlu değişimler yapabilecekleri uzun süreli psikoeğitim ve grup danışmanlığı süreçlerinin yararlı olacağı önerilmektedir.

2. Erkek üniversite öğrencilerinin kız öğrencilere göre daha fazla mükemmeliyetçi özellikler gösterdikleri sonucuna dayanarak, toplumsal cinsiyet rolleri konusunda erkek öğrencilere farkındalık eğitimleri verilmesinin yararlı olacağı önerilmektedir.

3. Üniversiteye yeni başlayan öğrencilerde mükemmeliyetçilik özelliklerinin daha fazla gözlemlendiği sonucuna dayanarak, üniversitelerde sunulan psikolojik danışma hizmetleri kapsamında öğrencilerin hem üniversiteye uyumlarını kolaylaştırmak, hem de akademik başarılarını desteklemek amacıyla uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik konularında bilgilendirmeler yapılması yararlı olabilir.

4. Üniversite öğrencileri için yeni bir çevreye uyum ve sağlıklı ilişkiler sürdürme hem gelişimsel hem de ruh sağlığı açısından önemlidir. Uyumsuz bazı mükemmeliyetçi özellikleri nedeniyle sağlıklı ilişkiler kuramayan öğrencileri belirlemek amacıyla uygun ölçümlerle zaman zaman tarama çalışmaları yapılarak bireysel veya grupta psikolojik danışma, uzun süreli beceri geliştirme grupları, psiko-eğitim grupları gibi psikolojik yardım hizmetleri sunulabilir.

5. Üniversite öğrenimi sürecinde akademik başarı gelecekte kariyer planlamasında belirleyici olabilmektedir. Olumsuz mükemmeliyetçi özellikler aşırı öz eleştirel tutumlar ve diğerleri odaklı kararlar verme eğilimleri öğrencilerin sahip oldukları potansiyelleri açığa çıkarmalarına ya da gerçek performanslarını yansıtmalarına engel olabilmektedir. Bu bakımdan üniversitelerde görev yapan, öğrenci ile etkileşim halindeki öğretim elemanlarının öğrencilerin olumlu mükemmeliyetçi özelliklerini artırıcı ve gelişimini destekleyici şekilde yönlendirmeleri için mükemmeliyetçilik ya da yetersizlik gibi önemli özelliklerle ilgili bilgilendirilmesi yararlı olabilir.

Araştırma bulguları ışığında yeni yapılacak araştırmalar için araştırmacılara öneriler aşağıda verilmiştir.



1. Bu araştırmanın örnekleminin sadece Düzce Üniversitesi'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluştuğu sınırlılığı göz önünde bulundurulduğunda farklı üniversitelerden ve daha büyük örneklerle benzer çalışmaların yapılması yararlı olabilir.
2. Üniversite lise, ortaokul gibi farklı yaş ve gelişim dönemindeki bireyler mükemmeliyetçilik özellikleri ve yetersizlik duyguları yönünden ilişkisini karşılaştıran çalışmaların yapılması farklı gelişim düzeylerinde bu değişkenleri anlamak açısından önemli olabilir.
3. Bu çalışmada Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır. Ancak mükemmeliyetçilikle ilgili güncel araştırma eğilimlerine bakıldığında mükemmeliyetçiliği iki boyutlu (olumlu-olumsuz) ele alan araştırmaların ve ölçme araçlarının daha çok tercih edildiği görülmektedir.
4. Araştırma nicel araştırma yöntemine göre tasarlanmıştır. Mükemmeliyetçi özellikleri yüksek öğrencilerin deneyimlerini ve öznel yaşantılarını belirlemeye ve açıklamaya yönelik nitel çalışmalar da yapılabilir.
5. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin kişisel ve demografik özellikleri ve yetersizlik duygularının mükemmeliyetçi özellikleriyle ilişkisine bakılmıştır. Mükemmeliyetçiliği etkileyebilecek başka değişkenlerin de test edildiği yapısal eşitlik modeli araştırmaları da yapılabilir.
6. Araştırma bulguları sonucunda mükemmeliyetçiliğin olumsuz özelliklerinin üniversite öğrencilerini olumlu ve olumsuz birçok yönden etkileyebildiği bulunmuştur. Mükemmeliyetçiliğin olumsuz etkilerini azaltacak deneysel çalışmaların yapılması da bu konuyla ilgili yeni bilgiler sunacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Adler, A. (1957). *Understanding Life*. Oxford: Oneworld Publications
- Adler, A. (1958). The Feeling of Inferiority and the Striving for Recognition (W. B. Wolfe, Trans.). In C. L. Stacey & M. DeMartino (Eds.), *Understanding human motivation*(pp. 466-473). Cleveland, OH, US: Howard Allen Publishers.
- Adler, A. (2013). *İnsan Tabiatını Tanıma*. (Çev. H. İlhan, )İstanbul: Sayfa Yayınları
- Adler, A. (2015). *Bireysel Psikoloji*. (Çev.A. Kılıçoğlu,) Ankara: Say Yayınları.
- Akdoğan, R. (2012). *Adleryan Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışmanın Üniversite Öğrencilerinin Yetersizlik Duygusu Ve Psikolojik Belirti Düzeylerine Etkisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Akdoğan, R., & Ceyhan, E. (2014). Üniversite Öğrencileri İçin Yetersizlik Duygusu Ölçeği'nin Geliştirilmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* , 117-128.
- Akdoğan, R. (2017). A model proposal on the relationships between loneliness, insecure attachment, and inferiority feelings. *Personality and Individual Differences*, 111, 19-24. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.048>
- Akdoğan, R., Aydın, M., & Eken, H. (2018). Understanding the Contribution of Abnormal Inferiority Feelings on Insecure Attachment Through Gender and Culture: A Study of University Students Seeking Psychological Support. *The Journal of Individual Psychology*, 74(1), 96-116. <https://doi.org/10.1353/jip.2018.0006>
- Alvan, G. (2015).Üniversite Öğrencileri Arasında Mükemmeliyetçilik Ve Algılanan Çocuk Yetiştirme Stili.(Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Andrews, D.M., Burns, L.R. and Duelling, J.K. (2014) Positive Perfectionism: Seeking the Healthy “Should”, or Should We? *Open Journal of Social Sciences*, 2, 27-34. <http://dx.doi.org/10.4236/jss.2014.28005>

- Ansbacher, H., & Ansbacher, R. (1955). *The Individual Psychology Of Alfred Adler*. New York: Basic Books Publishing.
- Ashby, J. S., & Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. *Individual Psychology*, 52(3), 237-245.
- Ashby, J. S., Dickinson, W. L., Gnilka, P. B., & Noble, C. L. (2011). Hope as a Mediator and Moderator of Multidimensional Perfectionism and Depression in Middle School Students. *Journal of Counseling & Development*, 89(2), 131-139. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2011.tb00070.x>
- Ashby, J. S., & Gnilka, P. B. (2017). Multidimensional perfectionism and perceived stress: Group differences and test of a coping mediation model. *Personality and Individual Differences*, 119, 106-111. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.07.012>
- Aydın, A., Boysan, M., Tutarel-Kışlak, Ş., Kalafat, T., Selvi, Y., & Beşiroğlu, L. (2012). Obsesif-kompulsif bozuklukta kişilerarası şemalar, mükemmeliyetçilik ve düşünce-eylem kaynaşmasının yordayıcı rolü. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 108-118. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2012250202>
- Başol, G., & Zabun, E. (2014). The Predictors of Success in Turkish High School Placement Exams: Exam Prep Courses, Perfectionism, Parental Attitudes and Test Anxiety. *Educational Sciences: Theory & Practice*. <https://doi.org/10.12738/estp.2014.1.1980>
- Bellew, R., Gilbert, P., Mills, A., McEwan, K., & Gale, C. (2006). Eating attitudes and striving to avoid inferiority. *Eating Disorders*, 14(4), 313-322.
- Benk, A. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Psikolojik Belirtilerle İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Besser, A., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Guez, J. (2008). Perfectionism, and cognitions, affect, self-esteem, and physiological reactions in a performance situation. *Journal*

of *Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 26, 206–228.  
<http://dx.doi.org/10.1007/s10942-007-0067-0>

- Bitter, R. (2007). Am I an Adlerian? *Journal of Individual Psychology*, 63, 3-31.
- Blankstein, K. R., & Winkworth, G. R. (2004). Dimensions of Perfectionism and Levels of Attributions for Grades: Relations with Dysphoria and Academic Performance. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 22(4), 267-295.  
<https://doi.org/10.1023/B:JORE.0000047312.20212.30>
- Blasberg, J. S. (2009). *Perfectionism and positive and negative outcomes: Can achievement motivation and conscientiousness account for "adaptive" perfectionism?* (Unpublished doctoral thesis). University of British Columbia, Vancouver, British Columbia, Canada.
- Brachfeld, O. (2013). *Inferiority Feelings: In the Individual and the Group*. Routledge.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (İ. D. Erguvan, Çev.) İstanbul: Kaknüs.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 13, 34- 52.
- Büyükbayraktar, Ç. (2011). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Büyüköztürk, Ş. (2013). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. (18. Bs.). Ankara: Pegem Akademi.
- Camadan, F. (2009). *Orta Öğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Castro, J., Soares, M. J., Pereira, A. T., & Macedo, A. (2017). Perfectionism and negative/positive affect associations: the role of cognitive emotion regulation and perceived distress/coping. *Trends in Psychiatry and Psychotherapy*, 39(2), 77-87.  
<https://doi.org/10.1590/2237-6089-2016-0042>

- Cesur, C. (2017). *Bir Grup Çalışan Yetişkinde Kaygı Düzeyi, Mükemmeliyetçilik Ve Öfke Arasındaki İlişki*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cıla, M., S. (2015). *Anadolu Lisesi 9. Ve 10. Sınıf Öğrencilerinin Akademik Başarılarının, Akademik Özyeterlik, Mükemmeliyetçilik Ve Akademik Güdülenmeden Yordlanması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Chang, E. C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychologicalwell-being in a college student sample: A test of a stress-mediationmodel.*Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 1001–1022.<http://dx.doi.org/10.1521/jscp.2006.25.9.1001>
- Cüceloğlu, D. (1991). *İnsan ve Davranışı (2.Baskı)*. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Corey, G. (2015). *Psikolojik Danışma, Psikoterapi Kuram ve Uygulamaları*. (T. Ergene, Çev.) Ankara: Mentis.
- Cox, B. J., Enns, M. W., & Clara, I. P. (2002). The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. *Psychological Assessment*, 14(3), 365-373. doi: 10.1037//1040-3590.14.3.365
- Curran, T.,& Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429. <https://doi.org/10.1037/bul0000138>
- Çimsir, E. (2019). The roles of dispositional rumination, inferiority feelings and gender in interpersonal rumination experiences of college students. *The Journal of General Psychology*, 146(3), 217-233. <https://doi.org/10.1080/00221309.2018.1553844>
- Dilmaç, B., Aydoğan, D., Koruklu, N., & Deniz, M. E. (2009). The Explication of Primary School Students' Perfectionist Properties with Irrational Beliefs. *İlköğretim Online*, 8(3), 720-728.

- Dixon, P. N., & Strano, D. A. (1989). The measurement of inferiority: A review and directions for scale development. *Individual Psychology*, 45(3), 313-322.
- Dreikurs, R., & Soltz, V. (1990). *Children: The Challenge*. New York. Plume.
- Dunkley, D.M., Zuraff, D.C. ve Blankstein, K.R. (2006). Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment. *Personality and Individual Differences*, 40, 665-676.
- Ekşi, H., Sevim, E., & Kurt, B. (2016). Psikolojik Doğum Sırasıyla Yetersizlik Duygusunun Yetişkin Bağlanma Stillerini Yordama Düzeyinin İncelenmesi. *İlköğretim Online*, 15(3). <https://doi.org/10.17051/io.2016.90300>,
- Fernán G. Arana, Kenneth G. Rice & Jeffrey S. Ashby (2017): Perfectionism in Argentina and the United States: Measurement Structure, Invariance, and Implications for Depression, *Journal of Personality Assessment*, DOI: 10.1080/00223891.2017.1296845
- Field, A. P. (2009). *Discovering statistics using SPSS: and sex and drugs and rock 'n' roll (3rd Edition)*. London: Sage.
- Flett, G. L., Endler, N. S., Tassone, C., & Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism and components of state and trait anxiety. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 13, 326-350. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02686891>
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 5-31). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2014). The multidimensional assessment of perfectionistic automatic thoughts: A commentary on "Examining mutual suppression effects in the assessment of perfectionism cognitions: Evidence supporting multidimensional assessment". *Assessment*, 21, 661-665.

- Freud, S. (2001). *Haz İlkesinin Ötesinde*. (Çev. A. Babaoğlu). İstanbul. Metis Yayıncılık.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119-126.
- Fye, H. J., Gnilka, P. B., & McLaulin, S. E. (2018). Perfectionism and School Counselors: Differences in Stress, Coping, and Burnout. *Journal of Counseling & Development*, 96(4), 349-360. <https://doi.org/10.1002/jcad.12218>
- Ganske, K. H., & Ashby, J. S. (2007). Perfectionism and career decision-making self-efficacy. *Journal of Employment Counseling*, 44(1), 17-28. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2007.tb00021.x>
- Gardner, G. E., & Pierce, H. D. (1929). The inferiority feelings of college students. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 24(1), 8-13.
- Gençöz, T., & Dinç, Y. (2006). Moderator Role of Perfectionism between Negative Life Events and Depressive Symptoms among Turkish Youth. *International Journal of Social Psychiatry*, 52(4), 332-342. <https://doi.org/10.1177/0020764006065145>
- Gerber, J. P., Wheeler, L., & Suls, J. (2018). A social comparison theory meta-analysis 60+ years on. *Psychological Bulletin*, 144(2), 177-197. <https://doi.org/10.1037/bul0000127>
- Greenspon, T.S., (2008). Making sense of error: a view of the origins and treatment of perfectionism. *American Journal Psychotherapy*. ;62:263-282
- Gilman, R., & Ashby, J. (2003). A First Study of Perfectionism and Multidimensional Life Satisfaction among Adolescents. *The Journal Of Early Adolescence*. 23(2).218-235

- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2012). Multidimensional Perfectionism and Anxiety: Differences Among Individuals With Perfectionism and Tests of a Coping-Mediation Model. *Journal of Counseling & Development*, 90(4), 427-436. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2012.00054.x>
- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2013). Adaptive and Maladaptive Perfectionism as Mediators of Adult Attachment Styles and Depression, Hopelessness, and Life Satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 91(1), 78-86. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.2013.00074.x>
- Gnilka, P. B., & Novakovic, A. (2017). Gender differences in STEM students' perfectionism, career search self-efficacy, and perception of career barriers. *Journal of Counseling & Development*, 95(1), 56-66.
- Gnilka, P. B., Broda, M.D.(2018). Multidimensional perfectionism, depression, and anxiety: Tests of a social support mediation model. *Personality and Individual Differences*. Volume 139, 81). 295-300.
- Gnilka, P. B., & Broda, M. D. (2019). Multidimensional perfectionism, depression, and anxiety: Tests of a social support mediation model. *Personality and Individual Differences*, 139, 295-300. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.11.031>
- Hair, J. F., Black, W. B., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Multivariate data analysis*.(7th edition). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15(1), 27-33.
- Hart, B. A., Gilner, F. H., Handal, P. J., & Gfeller, J. D. (1998). The relationship between perfectionism and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 109-113. [http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869\(97\)00116-5](http://dx.doi.org/10.1016/S0191-8869(97)00116-5)
- Hays, P. (1977). The determination of inferiority feelings and their contribution to psychiatric morbidity. *British Journal of Addiction*, 72(3), 241-244.



- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Donovan, W.L. & Mikail, S. (1991). The multidimensional perfectionism scale: reliability, validity and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 3(3), 464-468
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Weber, C. (1994). Dimensions of perfectionism and suicide ideation. *Cognitive Therapy and Research*, 18, 439-460. <http://dx.doi.org/10.1007/BF02357753>
- Hewitt, P.L., Caelian, C.F., Flett, G.L., Sherry, S.B., Collins, L. ve diğeri (2002). Perfectionism in children: Associations with depression, anxiety, and anger. *Personality and Individual Differences*, 32 (6), 1049-1061.
- Hirao, K. (2014). Comparison of feelings of inferiority among university students with autotelic, average, and nonautotelic personalities. *North American Journal of Medical Sciences*, 6(9), 440-444.
- Ipsos MORI. (2014). Global Trends Survey. <http://www.ipsosglobaltrends.com/environment.html> sitesinden alınmıştır.
- Jang, H., & Pak, S. (2017). Perfectionism and High School Adjustment: Self-Directed Learning Strategies as a Mediator. *Journal of Asia Pacific Counseling*, 7(1), 63-78. <https://doi.org/10.18401/2017.7.1.6>
- Kağan, M. (2011). Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(3), 192-197.
- Kaya, F. (2015). *Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: Duyusal zekânın aracı rolü*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

- Kaya, F.,& Birol, Z. N. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkide Duygusal Zekânın Aracılık Rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 26, 1793–1802.
- Kırdök, O. (2004). *Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Geliştirme Çalışması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Kottman, T.,& Ashby, J. (2000). Perfectionistic children and adolescents: Implications for school counselors. *Professional School Counseling*, 3(3), 182-188.
- Köroğlu, A (2008). *Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özellikleri İle Rakabetçi Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Lamberson, K. A.,&Wester, K. L. (2018). Feelings of Inferiority: A First Attempt to Define the Construct Empirically. *The Journal of Individual Psychology*, 74(2), 172-187.
- Maloney, G.K, Egan, S. J, Kane, R. T, Rees, C. S (2014). An Etiological Model of Perfectionism. *PLoS ONE* 9(5): e94757. doi:10.1371/journal.pone.0094757
- Mısırlı-Taşdemir, Ö. (2003). *Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik, sınav kaygısı, benlik saygısı, kontrol odağı, özyeterlilik ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi) Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Mızrak, Ö. E. (2006). *Anksiyete bozukluğu ve/veya depresif bozukluk tanısı alan hastalarda çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği uyarlama çalışması* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Montgomery, D., Peck, E., & Vining, G. (2012). Introduction to linear regression analysis. Canada: Wiley.
- Mosak, H. H. (1985). Interrupting a depression: The pushbutton technique. *The Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 41(2), 210-215.

- Mouratidis, A., & Michou, A. (2011). Perfectionism, self-determined motivation, and coping among adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 12(4), 355-367. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.03.006>
- Nelson-Jones, R. (2014). *Theory and Practice of Counselling and Psychotherapy*. New York: Sage Publications.
- Oral, M. (1999). *The Relationship between Dimensions of Perfectionism, Stressful Life Events and Depressive Symptoms in University Students: A Test of Diathesis-Stress Model of Depression*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Rice, K. G., Ashby, J. S., & Preusser, K. J. (1996). Perfectionism, relationships with parents, and self-esteem. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 52(3), 246-260.
- Rice, K.G. ve Preusser, K.J. (2002). The Adaptive/ Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 210- 222.
- Rice, Kenneth G., Jacqueline P. Dellwo. (2002). Perfectionism And Self-Development: Implications For College Adjustment. *Journal of Counseling & Development*. 80(2), 188-196.
- Rice, K. G., Richardson, C. M. E., & Clark, D. (2012). Perfectionism, procrastination, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 288-302. <https://doi.org/10.1037/a0026643>
- Rice, K. G., & Richardson, C. M. E. (2014). Classification challenges in perfectionism. *Journal of Counseling Psychology*, 61(4), 641-648. <https://doi.org/10.1037/cou0000040>
- Roedell, W. C. (1984). Vulnerabilities of highly gifted children. *Roeper Review*, 6(3), 127-130
- Rohrer, J. M., Egloff, B., & Schmukle, S. C. (2015). Examining the effects of birth order on personality. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(46), 14224-14229. <https://doi.org/10.1073/pnas.1506451112>

- Saboonchi, F., & Lundh, L.-G. (2003). Perfectionism, anger, somatic health, and positive affect. *Personality and Individual Differences*, 35(7), 1585-1599. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(02\)00382-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(02)00382-3)
- Schuler, P. A. (1997). *Characteristics and perceptions of perfectionism in gifted adolescents in a rural school environment*. Unpublished doctoral dissertation, University of Connecticut, Storrs, CT.
- Schultz, S. E., & Schultz, D. P. (2001). *Modern Psikoloji Tarihi*. (Y. Aslay, Çev.) İstanbul: Kaknüs.
- Simons, A. M. W., Koster, A., Groffen, D. A. I., & Bosma, H. (2017). Perceived classism and its relation with socioeconomic status, health, health behaviours and perceived inferiority: the Dutch Longitudinal Internet Studies for the Social Sciences (LISS) panel. *International Journal of Public Health*, 62(4), 433-440. <https://doi.org/10.1007/s00038-016-0880-2>
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J., & Ashby, J. S. (2001). The revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 130–145.
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Chen, S., Saklofske, D. H., Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2016). Perfectionism and narcissism: A meta-analytic review. *Journal of Research in Personality*, 64, 90-101. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2016.07.012>
- Smith, M. M., Sherry, S. B., Vidovic, V., Saklofske, D. H., Stoeber, J., & Benoit, A. (2019). Perfectionism and the Five-Factor Model of Personality: A Meta-Analytic Review. *Personality and Social Psychology Review*, 108886831881497. <https://doi.org/10.1177/1088868318814973>
- Stoeber, J. and Joormann, J. (2001). Worry, procrastination, and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety, and depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(1), 49-60.

- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319. [https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004\\_2](https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2)
- Stoeber, J. ve Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 42, 1379-1389.
- Stoeber, J., Haskew, A. E., & Scott, C. (2015). Perfectionism and examperformance: The mediating effect of task-approach goals. *Personality and Individual Differences*, 74, 171–176. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2014.10.016>
- Stoeber, J. (Ed.) (2018). *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications*. London: Routledge.
- Sperry, J., & Sperry, L. (2018). Extending Individual Psychology Theory and Practice. *The Journal of Individual Psychology*, 74(2), 155-156. <https://doi.org/10.1353/jip.2018.0009>
- Strano, D. A., & Dixon, P. N. (1990). The comparative feeling of inferiority index. *Individual Psychology*, 46(1), 29-42.
- Strano, D. A., & Petrocelli, J. V. (2005). A preliminary examination of the role of inferiority feelings in the academic achievement of college students. *Journal of Individual Psychology*, 61(1), 80-89.
- Suh, H., Gnilka, P. B., & Rice, K. G. (2017). Perfectionism and well-being: A positive psychology framework. *Personality and Individual Differences*, 111, 25-30. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.041>
- Sullivan, J. M., & Bratton, S. C. (2016). The courage to be imperfect: A boy's journey toward becoming a child. *Journal of Individual Psychology*, 72, 273-289.
- Şirin, A., B. (2011). *Mükemmeliyetçilikle İlgili Psikoeğitim Programının İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Ve Akademik Başarılarına*

*Etkisi*.(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Tabachnick G. B. & Fidell S. L. (2015). *Çok Değişkenli İstatistiklerin Kullanımı* (6.Baskı), (Çev. Edt., Baloğlu, M.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Taylor, E. P., Couper, R., & Butler, C. M. (2017). Adolescent perfectionism: Structural features of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale and correlates with attachment and psychopathology. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 90(4), 686-704. <https://doi.org/10.1111/papt.12133>

Tuncer, B. & Voltan-Acar, N. (2006). Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 1-17.

Ulu, İ. P. & Tezer, E. (2010). *Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik boyutlarının yetişkin bağlanma boyutları ve beş faktör kişilik özelliklerine göre incelenmesi*. (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.

Uzel, B, Dönmez, D, Otrar, M . (2018). Orta Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Benlik Algılarının Mükemmeliyetçilik Düzeylerini Yordama Gücü. *Humanitas - Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6 (12), 235-254. Doi: 10.20304/Humanitas.445913

Verner-Filion, J., & Gaudreau, P. (2010). From perfectionism to academic adjustment: The mediating role of achievement goals. *Personality and Individual Differences*, 49, 181–186. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2010.03.029>

Watson (2001). Procrastination and the five-factor model: A face level analysis. *Personality and Individual Differences*, 30, 149-158.

Yao, S. N. & Cottraux, J. (2002). Inferiority in normal and anxious populations. *L'Encephale*, 28(4), 321-327.

- Yaoar, A., A. (2008). *Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kişilik özelliği ile empati düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Yöndem, Z. D. (2012). Müzik öğrencilerinde algılanan performans kaygısının fiziksel, davranışsal ve bilişsel özellikleri: Nitel bir çalışma. *Eğitim ve Bilim*, 37 (166). 181-196
- Zabun, E. (2011). *Dershaneye Gitme, Mükemmeliyetçilik, Ana-Baba Tutumu Ve Sınav Kaygısının Öğrencilerin SBS Başarılarını Yordama Gücü*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü Tokat.

## EKLER

### Ek-1. FÇBMÖ Örnek Maddeler

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

1-----2-----3-----4-----5

Kesinlikle Katılmıyorum

Kararsızım

Kesinlikle Katılıyorum

1.Ebeveynlerim benim için çok yüksek standartlar belirler.	1	2	3	4	5
8. Düzenli (temiz) bir insan olmaya gayret ederim	1	2	3	4	5
14.Kısmen başarısız olmak bütünüyle başarısız olmak kadar kötüdür.	1	2	3	4	5
17.Bir şeyi çok dikkatli bir şekilde yapmış olsam bile, çoğu zaman yeterince doğru olmadığı hissine kapılırım.	1	2	3	4	5
22. Asla ebeveynlerim beklentilerini karşıladığımı hissetmedim.	1	2	3	4	5
30. Günlük işlerimde, kendimden birçok insanın gösterdiğinden daha yüksek bir performans beklerim.	1	2	3	4	5
34. Daha az hata yaparsam daha çok insan beni sevecektir.	1	2	3	4	5



## Ek-2. YDÖ Örnek Maddeler

**Açıklama:** Aşağıda bireylerin çeşitli durumlarda yaşadıkları duygu, düşünce ve davranış biçimlerini içeren ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadeleri dikkatle okuyup, ifadedeki durumu ne sıklıkla yaşadığınızı, ifadenin karşısındaki “Her Zaman” “Sık Sık” “Ara Sıra” “Nadiren” “Hiçbir Zaman” seçeneklerinden birinin altındaki parantezin içine (X) işareti koyarak belirtiniz.

İşaretleme yaparken; olmayı istediğiniz veya doğru olduğuna inandığınız ideal durumları değil, genel yaşam biçiminizi dikkate alınız.

Lütfen her madde için sadece bir seçenek işaretleyiniz ve hiçbir maddeyi boş bırakmayınız.

	Hiçbir zaman	Nadiren	Ara sıra	Sık Sık	Her Zaman
3. Sevdiklerimin mutsuzluğundan kendimi sorumlu tutarım.	( )	( )	( )	( )	( )
5. Bir işi istediğim kadar iyi yapamadığımı düşündüğümde kendime kızarım.	( )	( )	( )	( )	( )
9. Kendimi diğerlerinden üstün olmak zorunda hissederim.	( )	( )	( )	( )	( )
10. Daha işe başlamadan kendi kendime başaramayacağımı söylediğim olur.	( )	( )	( )	( )	( )
13. İş en iyi bilen ben olsam da ilk adımı atmak için başkalarının desteğine ihtiyaç duyarım.	( )	( )	( )	( )	( )
16. Başkalarının zayıf yönlerimi görmesinden rahatsız olurum.	( )	( )	( )	( )	( )

## Ek-3. Kişisel-Demografik Bilgi Formu

**Açıklama:** Aşağıda sizinle ilgili bazı sorular bulunmaktadır. Lütfen her soruyu dikkatlice okuyupsize uygun olan cevabı veriniz.

1. Cinsiyet : ( ) Kadın ( ) Erkek
2. Yaş : \_\_\_\_\_
3. Bölüm : \_\_\_\_\_
4. Sınıf düzeyi : \_\_\_\_\_
5. Siz dâhil kaç kardeşsiniz? \_\_\_\_\_
6. Siz kaçıncı kardeşsiniz? \_\_\_\_\_
7. Anneniz: Sağ \_\_\_\_\_ Ölü \_\_\_\_\_
8. Babanız: Sağ \_\_\_\_\_ Ölü \_\_\_\_\_
9. Annem Babam Beraber \_\_\_\_\_ Annem Babam Ayrı \_\_\_\_\_
10. Genel Akademik Not Ortalamanız nedir? \_\_\_\_\_
11. Sizce algıladığımız akademik başarı düzeyiniz aşağıdaki seçeneklerden hangisine uygundur?
  - a) Düşük
  - b) Orta
  - c) Yüksek
12. Sizce ailenizin gelir düzeyi aşağıdaki seçeneklerden hangisine uygundur?
  - a) Düşük
  - b) Orta
  - c) Yüksek

#### Ek-4.Gönüllü Katılım Formu

#### **Değerli Katılımcımız,**

Bu anket Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Prof. Dr. Zeynep DENİZ YÖNDEM danışmanlığında Arş. Gör. Muhammed BAHTİYAR tarafından yürütülen yüksek lisans tezi kapsamında bireylerin yetersizlik duyguları ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla uygulanmaktadır.

Çalışmaya katılım tamamıyla **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Katılım sırasında herhangi bir nedenle ölçekleri cevaplamayı istemediğiniz durumda araştırmacıyı bilgilendirerek bırakabilirsiniz. Bu çalışma kapsamında verdiğiniz bilgiler **gizli** tutulacak, sonuçlar toplu değerlendirilecek ve sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır.

Lütfen ölçeklerde yer alan her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve **boş bırakmayınız**. Maddelerin doğru **veya yanlış cevabı** yoktur. Sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir.

Sizin vereceğiniz **içten yanıtların** araştırma sonuçlarının güvenilirliği açısından önemli olduğunu lütfen unutmayınız.

Katılımınız bu araştırma açısından çok değerlidir. Araştırmaya katılımınız için teşekkür ederiz.

**Arş. Gör. Muhammed BAHTİYAR**  
**E-mail:muhammedbahtiyar@duzce.edu.tr**

#### **Katılımcı Onayı:**

Yukarıdaki metni okudum ve araştırmacının açıklamalarını dinledim. Katılmam beklenen araştırmanın kapsamını, amacını ve gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Bu çalışmaya gönüllü olarak katılıyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı kullanılmasını kabul ediyorum.

**İMZA:**

## Ek-6. Etik Kurul Onay Raporu



**Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi**  
**Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu**

**Araş. Gör. Muhammed BAHTİYAR**  
 Düzce Üniversitesi  
 Eğitim fakültesi  
 Eğitim Bilimleri Bölümü

Sayın **Araş. Gör. Muhammed BAHTİYAR**,

**"Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Yetersizlik Duygusunun Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi"** İnsan Araştırmaları Etik Kuruluna yapmış olduğunuz başvuru (Protokol NO. 2019/01) kurulumuzun 07.02.2019 tarihli ve 2019/01 toplantısında değerlendirilerek etik olarak uygun bulunmuştur. Bilgilerinize sunarız.

  
 Prof. Dr. Hamit COŞKUN (Başkan)

  
 Prof. Dr. Mehmet ERYİĞİT (Üye)

  
 Prof. Dr. Altay EREN (Üye)

  
 Doç. Dr. H. Birol YALÇIN (Üye)

  
 Doç. Dr. Seval ALKOY (Üye)

  
 Doç. Dr. Abdullah DURAKOĞLU (Üye)

Av. Zuhâl Demirci (Üye)



Evrak Tarih ve Sayısı: 01/03/2019-E.13481



T.C.  
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı



Sayı :57909333/302.08.01/  
Konu :Araştırma İzni (Muhammed  
BAHTIYAR)

EĞİTİM FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışma Eğitimi Bilim Dalı tezli yüksek lisans programı öğrencisi Muhammed BAHTIYAR'ın "Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik Özellikleri ve Yetersizlik Duygusunun Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi" konulu tezi için ölçek çalışması talebi uygun bulunmuştur.

Gereğini ve bilgilerinizi rica ederim.

Prof.Dr. İlhan GENÇ  
Rektör V.

EKLER :

- 1- Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Yazısı
- 2- Tez Önerisi
- 3- Veri Toplama Formu ve Araçları
- 4- Kullanılan Ölçeklerin İzinleri
- 5- Etik Kurul Belgesi

DAĞITIM

Eğitim Fakültesi  
İşletme Fakültesi  
Mühendislik Fakültesi  
Tıp Fakültesi  
Fen Edebiyat Fakültesi

<https://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: \*BELCB02C7\*

Konuralp Yerleşkesi Konuralp/DÜZCE 81600

Tel: : 0(380) 542 1118

E-Posta: :  
ogrencisleri@duzce.edu.tr

Faks: 0(380) 542 1119

Elektronik ağı:www.ogrencisleri.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Aysun Özcan



Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

## ÖZGEÇMİŞ

### Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Muhammed BAHTİYAR

Doğum Yeri- Yılı : Sivas, 1988

### İletişim Adresi

E-mail Adresi: muhammedbahtiyar@duzce.edu.tr

### Eğitim Durumu

2002-2006: Cumhuriyet Anadolu Lisesi, Lise, SİVAS.

2007-2011: Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, Lisans, ANKARA.

2013-2019: Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Eğitimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans, BOLU.

### Çalıştığı Kurumlar

2011- 2012 : TED Eskişehir Koleji , Okul Psikolojik Danışmanı, İSTANBUL

2012- 2013 : Galata Mesleki ve Teknik Meslek Lisesi, Okul Psikolojik Danışmanı, İSTANBUL

2013 - .....: Düzce Üniversitesi, Araştırma Görevlisi, DÜZCE