

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FARKLI MESLEK GRUPLARININ NARSİSİSTİK
YAPILANMALARI İLE BEDEN-SELF İLİŞKİSİ VE ÖFKE İFADE
TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Hatice ÇAĞLAR

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Yasin GENÇ

İSTANBUL – 2019

TEZ TANITIM FORMU

- YAZAR ADI SOYADI** : Hatice ÇAĞLAR
- TEZİN DİLİ** : Türkçe
- TEZİN ADI** : Farklı Meslek Gruplarının Narsistik Yapılanmaları İle Beden - Self İlişkisi ve fke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi
- ENSTİTÜ** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
- ANABİLİM DALI** : Psikoloji
- BİLİMDALI** : Klinik Psikoloji
- TEZİN TÜRÜ** : Yüksek Lisans
- TEZİN TARİHİ** : 26/06/2019
- SAYFA SAYISI** : 106
- TEZ DANIŞMANLARI** : Dr. Öğr. Üyesi Yasin GENÇ
- DİZİN TERİMLERİ** : Narsisizm, fke İfade Tarzı, Beden-Kendilik ilişkisi, Meslek Grubu
- TÜRKÇE ÖZET** : Araştırmanın amacı; farklı meslek gruplarında narsistik yapılanma ile öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasında ilişki olup olmadığının ve varsa bu ilişkinin nasıl olduğunun araştırılmasıdır. Çalışmada katılımcı olarak İstanbul ilinde çalışan altı farklı meslek grubundan (ğretmen, psikolojik danışman, polis, doktor, profesyonel sporcu, avukat) 18 yaş ve üzeri kişiler seçilmiştir. Katılımcılara; Kişisel Bilgi Formu, Patolojik Narsisizm leği, Sürekli fke ve fke İfade Tarzı leği ve çok Yönlü Beden Self İlişkileri leği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda; narsisizm, öfke ifade tarzı ve beden-self ilişkisi değişkenlerinin alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Öfke ifade tarzlarının mesleğe göre ortalamaları incelendiğinde; sürekli öfke alt boyutunda anlamlı farklılaşma olduğu dikkat çekmektedir. Narsistik yapılanmanın mesleğe

göre ortalamaları incelendiğinde; koşullara dayalı, kendilik saygısı, yetkili olma öfkesi avukatlarda, insanları sömürücölük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantezi, kendini azımsama, narsistik yapılanma genel puanlarının sporcularda daha yüksek olduğu görölmüştür. Beden self ilişkisinin mesleğe göre ortalamaları incelendiğinde, görünüş yönelimi, fiziksel yeterliği değerlendirme ve fiziksel yeterlik yöneliminin sporcularda daha yüksek olduğu saptanmıştır.

DAĞITIM LİSTESİ

- : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

Hatice ÇAĞLAR

T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

FARKLI MESLEK GRUPLARININ NARSİSİSTİK
YAPILANMALARI İLE BEDEN-SELF İLİŞKİSİ VE ÖFKE İFADE
TARZLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
Hatice ÇAĞLAR

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Yasin GENÇ

İSTANBUL – 2019

BEYAN

Bu tezin hazırlanmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğu kullanılan verilerde herhangi tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez olarak sunulmadığını beyan ederim.

Hatice ÇAĞLAR

...../...../2019



JÜRİ ÜYELERİNİN KABUL VE ONAY SAYFASI
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Hatice ÇAĞLAR'ın "**Farklı Meslek Gruplarının Narsisistik Yapılanmaları İle Beden Self İlişkisi Ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan _____

Dr. Öğr. Üyesi Yasin GENÇ
(Danışman)

Üye _____

Dr. Öğr. Üyesi Fatih BAL

Üye _____

Dr. Öğr. Üyesi Hasan SEZEROĞLU

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

... / ... / 2019

Prof.Dr. İzzet GÜMÜŞ
Enstitü Müdürü

ÖZET

Araştırmanın amacı; farklı meslek gruplarında narsistik yapılanma ile öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasında ilişki olup olmadığının ve varsa bu ilişkinin nasıl olduğunun araştırılmasıdır. Çalışmada katılımcı olarak İstanbul ilinde çalışan altı farklı meslek grubundan (öğretmen, psikolojik danışman, polis, doktor, profesyonel sporcu, avukat) 18 yaş ve üzeri kişiler seçilmiştir. Katılımcılar belirlenirken kadın ve erkek sayısı dengede tutulmaya çalışılmış ölççekler 117 erkek, 181 kadına olmak üzere toplam 298 kişiye uygulanmıştır. İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak Scheffe testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmada meslek gruplarına göre; değişkenlerin ortalamaları ise, Kovaryans analizi ile karşılaştırılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, narsistik yapılanma ile öfke ifade tarzları alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Narsistik yapılanma ile beden self ilişkisi alt boyutlarından; görünüş yönelimi, sağlık değerlendirmesi, beden alanlarından doyum arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Mesleklere göre incelendiğinde; sürekli öfke, narsisizm alt boyutları, narsistik yapılanma genel, beden self ilişkisi alt boyutları ile meslek grupları arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Narsisizm, Öfke İfade Tarzı, Beden-Self İlişkisi, Meslek

Grubu

SUMMARY

The objective of this research is to investigate whether there is a significant relationship between narcissistic structuring and anger expression style and body self relationship in different occupational groups. Participants were selected from six different occupational groups (teachers, counselors, police, doctors, professional athletes, lawyers) aged 18 and over in İstanbul. In participants selection process, the number of males and females participants were tried to be kept in balance. The scale was applied to a total of 298 people, of which 117 were male and 181 were female. The t-test was used to compare the quantitative data between two independent groups. The One Way Anova test was used to compare the quantitative data between two independent groups. Scheffe test was used as complementary post-hoc analysis to determine the differences after the Anova test. Pearson correlation and regression analysis were applied to the continuous variables of the study. According to the occupational groups in the research; The average of the variables were compared with the Covariance analysis.

According to the results of the research, meaningful relationships were found between the subdimensions of narcissistic structuring and anger-expression styles. From the subdimensions of the body self-relationship with narcissistic structuring; A significant relationship was found between the appearance orientation, health assessment, and body areas. When examined according to Profesfactors; With constant anger, sub-dimensions of narcissism, general of narcissistic structuring, body self-relationship with sub-dimensions, meaningful relationships between profession groups were found.

Key Words: Narcissism, Anger Expression Style, Body-Self Relationship, Profession Group

İÇİNDEKİLER

	SAYFA
ÖZET.....	I
SUMMARY	III
İÇİNDEKİLER.....	IV
TABLolar LİSTESİ	VII
EKLER LİSTESİ	IX
ÖNSÖZ.....	X
GİRİŞ.....	1
BİRİNCİ BÖLÜM: ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ.....	6
1.1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ.....	6
1.1.1. Araştırmanın Alt Problemleri.....	7
1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ.....	7
1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	8
1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ	8
1.5. VARSAYIMLAR	9
1.6. SINIRLILIKLAR.....	9
İKİNCİ BÖLÜM: NARSİSİZM.....	11
2.1. NARSİSİZM KAVRAMI VE TARİHÇESİ	11
2.2. NARSİSİZM KAVRAMI VE PSİKANALİTİK YAKLAŞIM	12
2.2.1.Kohut ve Kendilik Psikolojisi.....	16
2.2.2.Kernberg ve Patolojik Narsisizm Kuramı	17
2.2.3.Andre Green ve Narsisizm.....	18
2.3. NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU TANI ÖLÇÜTLERİ	18
2.4. NARSİSİZMDE KIRILGANLIK VE GRADİYÖZİTE EKSENLERİ.....	19
2.5. NARSİSİZM VE SOSYAL İLİŞKİLER.....	20
2.6. NARSİSİZMİN ÖLÇÜLMESİ.....	22
2.7. NARSİSİZM VE İŞ HAYATI	22
2.8. NARSİSİZM VE 21.YÜZYIL.....	23
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM:ÖFKE	24
3.1. ÖFKENİN TANIMI	24
3.2. ÖFKENİN NEDENLERİ	26
3.3. ÖFKENİN İŞLEVLERİ	27

3.4. ÖFKENİN BOYUTLARI	27
3.5. ÖFKE İFADE TARZLARI	29
3.5.1. Dışa Yönelen Öfke.....	30
3.5.2. İçe Yönelen Öfke	31
3.5.3. Öfke Kontrolü.....	32
3.6. ÖFKE TÜRLERİ	33
3.6.1. Sürekli Öfke	33
3.6.2. Durumluluk Öfke	34
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BEDENSEL İLİŞKİSİ	35
4.1. BEDEN ALGISI	35
4.2. BENLİK ALGISI	38
4.3. BEDEN-SELF İLİŞKİSİ	42
BEŞİNCİ BÖLÜM: YÖNTEM	44
5.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ	44
5.2. EVREN VE ÖRNEKLEM	45
5.3. VERİ TOPLAMA ARACI	45
5.3.1. Patolojik Narsisizm Envanteri(PNE)	45
5.3.2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği(SÖÖİTÖ)	45
5.3.3. Çok Yönlü Beden Self İlişkileri Ölçeği.....	45
5.3.4. Kişisel Bilgi Formu... ..	46
5.4. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ	46
ALTINCI BÖLÜM: BULGULAR VE YORUMLAR	47
6.1. NARSİSTİK YAPILANMA, ÖFKE İFADE TARZLARI VE BEDEN SELF İLİŞKİSİ PUAN ORTALAMALARI	48
6.2. NARSİSTİK YAPILANMA, ÖFKE İFADE TARZLARI VE BEDEN SELF İLİŞKİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER	49
6.2.1. Narsistik Yapılanmanın Öfke İfade Tarzları Üzerine Etkisi	60
6.2.2. Narsistik Yapılanmanın Beden Self İlişkisi Üzerine Etkisi.....	65
6.3. MESLEK GRUPLARINA GÖRE NARSİSTİK YAPILANMA ÖFKE İFADE TARZLARI İLİŞKİSİ	73
6.4. MESLEK GRUPLARINA GÖRE NARSİSTİK YAPILANMA BEDEN SELF İLİŞKİSİ	77
6.5. ÖFKE İFADE TARZLARININ TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI	78
6.6. NARSİSTİK YAPILANMANIN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE	

KARŞILAŞTIRILMASI	80
6.7. BEDEN SELF İLİŞKİSİNİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI	87
TARTIŞMA ve SONUÇ	91
KAYNAKÇA	97
EKLER.....	-



TABLolar LİSTESİ

SAYFA

Tablo 1. Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı	45
Tablo 2. Öfke İfade Tarzları Puan Ortalamaları	48
Tablo 3. Narsistik Yapılanma Puan Ortalamaları	48
Tablo 4. Beden Self İlişkisi Puan Ortalamaları.....	49
Tablo 5. Narsistik Yapılanma, Öfke İfade Tarzları ve Beden Self İlişkisi Puanları Arasında Korelasyon Analizi.....	50
Tablo 6. Narsistik Yapılanmanın Sürekli Öfke Üzerine Etkisi.....	60
Tablo 7. Narsistik Yapılanmanın Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisi.....	60
Tablo 8. Narsistik Yapılanmanın Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisi	60
Tablo 9. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisi	61
Tablo 10. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sürekli Öfke Üzerine Etkisi.....	61
Tablo 11. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisi	61
Tablo 12. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisi..	63
Tablo 13. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisi	64
Tablo 14. Narsistik Yapılanmanın Görünüşü Değerlendirme Üzerine Etkisi.....	65
Tablo 15. Narsistik Yapılanmanın Görünüş Yönelimi Üzerine Etkisi	65
Tablo 16. Narsistik Yapılanmanın Fiziksel Yeterliği Değerlendirme Üzerine Etkisi..	65
Tablo 17. Narsistik Yapılanmanın Fiziksel Yeterlik Yönelimi Üzerine Etkisi	65
Tablo 18. Narsistik Yapılanmanın Sağlık Değerlendirmesi Üzerine Etkisi.....	66
Tablo 19. Narsistik Yapılanmanın Sağlık Yönelimi Üzerine Etkisi.....	66
Tablo 20. Narsistik Yapılanmanın Beden Alanlarından Doyum Üzerine Etkisi	66
Tablo 21. Narsistik Yapılanmanın Beden Self İlişkisi Toplam Üzerine Etkisi.....	67
Tablo 22. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Görünüşü Değerlendirme Üzerine Etkisi	67
Tablo 23. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Görünüş Yönelimi Üzerine Etkisi.....	68
Tablo 24. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Fiziksel Yeterliği Değerlendirme Üzerine Etkisi	69

Tablo 25. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Fiziksel Yeterlik Yönelimi Üzerine Etkisi	69
Tablo 26. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sağlık Değerlendirmesi Üzerine Etkisi	70
Tablo 27. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sağlık Yönelimi Üzerine Etkisi.....	71
Tablo 28. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Beden Alanlarından Doyum Üzerine Etkisi	71
Tablo 29. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Beden Self İlişkisi Toplam Üzerine Etkisi	72
Tablo 30. Gruplara Göre Sürekli Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Sürekli Öfke Ortalama Puanları	73
Tablo 31. Narsistik Yapılanmanın Sürekli Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları.....	73
Tablo 32. Gruplara Göre Kontrol Altına Alınmış Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Kontrol Altına Alınmış Öfke Ortalama Puanları.....	73
Tablo 33. Narsistik Yapılanmanın Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları.....	74
Tablo 34. Gruplara Göre Dışa Vurulan Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Dışa Vurulan Öfke Ortalama Puanları.....	74
Tablo 35. Narsistik Yapılanmanın Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları.....	75
Tablo 36. Gruplara Göre İçte Tutulan Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş İçte Tutulan Öfke Ortalama Puanları.....	75
Tablo 37. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları.....	75
Tablo 38. Gruplara Göre Beden Self İlişkisi Ortalama Ve Düzeltilmiş Beden Self İlişkisi Ortalama Puanları.....	77
Tablo 39. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları.....	77
Tablo 40. Öfke İfade Tarzlarının Mesleğe Göre Ortalamaları	78
Tablo 41. Öfke İfade Tarzlarının Yaşa Göre Ortalamaları.....	79
Tablo 42. Öfke İfade Tarzlarının Cinsiyete Göre Ortalamaları	79
Tablo 43. Narsistik Yapılanmanın Mesleğe Göre Ortalamaları	80
Tablo 44. Narsistik Yapılanmanın Yaşa Göre Ortalamaları	83
Tablo 45. Narsistik Yapılanmanın Cinsiyete Göre Ortalamaları	84

Tablo 46. Beden Self İlişkisinin Mesleğe Göre Ortalamaları	85
Tablo 47. Beden Self İlişkisinin Yaşa Göre Ortalamaları	87
Tablo 48. Beden Self İlişkisinin Cinsiyete Göre Ortalamaları	89



EKLER LİSTESİ

EK A: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

EK B : PATOLOJİK NARSİZM ANKETİ

EK C: SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZLARI ÖLÇEĞİ

EK D: BEDEN SELF İLİŞKİSİ ÖLÇEĞİ

EK E: ETİK KURUL RAPORU



ÖNSÖZ

Yüksek lisans tezi araştırma sürecimi yürütürken, yaşadığım tüm zorluk ve olumsuzlukları yüzümde koca bir gülümseme ile atlatmamı sağlayan yol arkadaşlarım Elif Nazlı YAŞA ve Didem TUNÇ'a,

Yine bu süreçte desteklerini sürekli olarak hissettiğim meslektaş arkadaşlarım; Betül İNAL, Beyza Betül DOĞAN, Meryem Duygu YILMAZ ve Saliha Sena BAŞARAN'a,

Kaygı ve stres düzeyinin yükseldiği bu süreçte iş hayatımda beni anlayışla karşılayan, yardımlarını esirgemeyen sevgili zümrem Ebru BEKAROĞLU'na,

Hayat yolumu çizirken ilham kaynağım olan, genç yetişkinlik idolüm sevgili hocam Seval YARIŞ BAKIR'a,

Beni yetiştiren, bugünlere getiren, her zaman yanımda olan aileme, babam İlhan ÇAĞLAR, annem Afife ÇAĞLAR, kardeşlerim Elvan ÇAĞLAR ve Mustafa ÇAĞLAR'a,

Tez savunma sürecimde desteklerini benden esirgemeyen, çocukluk arkadaşım Fatih GÖK'e,

Araştırma sürecimde bana yol gösteren ve desteğini esirgemeyen değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Yasin GENÇ'e,

Araştırma sürecim boyunca yanımda olan, destek olan tüm dostlarım ve sevdiklerime teşekkürlerimi sunuyorum.

Hatice ÇAĞLAR

GİRİŞ

Kişilik; bireye özgü özelliklerin çeşitli çevresel ve genetik faktörlerle birlikte oluşturduğu bütün olarak tanımlanmaktadır. Kişilik yapısı bir insanın hayatının şekillenmesinde büyük ölçüde etkilidir. Kişilik gelişimi ise; insan davranışlarını ve davranışların altında yatan zihinsel süreçleri inceleyen psikoloji biliminin başlıca konularından birisi olmuştur. Bu bağlamda psikoloji kuramları kişilik gelişimini açıklamak üzerine geliştirilmiştir.

Kişilik gelişiminde bireyin içinde yetiştiği aile kadar doğduğu ve yaşamını sürdürdüğü dönem de etkilidir. Günümüzde narsisizm kavramı ve kişiliğin narsistik yönü giderek ön plana çıkmaktadır. Bu durumun nedeni ile ilgili çeşitli görüşler ileri sürülmektedir. Bu görüşlerden biri de günlük hayatımızı oluşturan öğelerin patolojik narsisizmi beslediği yönündedir. Narsisizmin modern hayatın güçlükleri ile baş etmede kullanılan bir yöntem olarak görülmeye başlanmıştır. Bu durumun bireylerin içinde farklı derecelerde var olan narsisizmin dışavurumunu kolaylaştırdığı düşünülmektedir.¹ Çağımızda iş ortamlarında aşırı rekabetin, düşmanca ilişkilerin ve aynı zamanda genel yaşamda bir karşılaştırma yarışının olmasının narsistik eğilimlerin artmasına neden olduğu görülmektedir. Tüketim toplumunda insanlar ister çalışan, ister tüketici rolünde olsun, birbirlerini her açıdan kıyaslamakta, kendi benliklerini eşya gibi biçimlendirmektedirler. Aynı zamanda klinik araştırmalar narsistik kişilikle sosyoekonomik düzey arasında da ilişkinin olduğunu göstermektedir. Nitekim, para arzusu ve bunun getirdiği güç; tüketim kültürünün statü sahibi olmak, itibar kazanmak ve tüketmek için teşvik ettiği bir şey olmakla beraber, narsisizmin de bir parçasıdır. Tüketim kültürünün yaygınlaşması toplumda narsistik kişiliklerin artmasına neden olmuştur. Hatta bir diğer çalışmada narsisizm "çağımızın kişilik yapılanması olarak bilinen narsisizm" şeklinde tanımlanmaktadır². Gerçekten de günümüz insanı toplumda sosyal statü edinmek veya kimlik edinmek için sistemin ondan beklediklerini yerine getirmektedir. Sistem de gereklilikleri yerine getirdiği için kişiyi ödüllendirdiği halde birey bir türlü tatmini yakalayamamakta, içsel huzuru hissedememektedir. Birey kendini daha çok boş, anlamsız ve sıkıntılı insan olarak görmektedir. Narsistik kişilerin de yüksek egoları ya da benlik değerlerinin şişkin olması nedeniyle hak ettikleri ya da inandıkları mevkilerde olmadığını düşünüp ve tatminsizlik yaşadıkları görülmektedir.

¹ Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası*, Metis Yayınları, Ankara, 2002, s.25.

²Meryem Karaaziz vd., "Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme", *Nesne*, 2013, 1(2):s. 44-59.

Narsistik kişilik yapısı olan bireylerin çalışma yaşamındaki rolleri bakıldığında ortaya çıkan bazı özellikler göze çarpmaktadır. Narsistik kişilik yapılanmasına sahip kişilerin motivasyonunun yüksek olduğu koşullarda, liderlik rolünü üstlenme istekleri ve başarılı bir biçimde yürütmeleri, performansları üzerinde de olumlu etki edeceği için örgütsel davranış ile narsistik yapılanma arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır³. Fakat, narsistik kişilik yapısına sahip kişilerin benlik değerinin ve algılarının oldukça yüksek olması nedeni ile kendilerinin hak ettiklerini düşündükleri mevkilerde olmamaları ve bu hakkı çevrelerinde bulunan bireylerden alamadıklarında iş hayatlarında yüksek düzeyde tatminsizlik hissini de beraberinde getirebilir. Bu bağlamda işletmelerde şiddet ve narsisizm arasında direkt bir ilişki bulunduğu hatırlanmalıdır⁴ (Penney, 2002). Bu doğrultuda yapılmış olan birçok bilimsel araştırmada narsisizm ve iş doyumu arasında güçlü ve negatif yönlü ilişki olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Narsistik kişilik örgütlenmesi olan kişilerin, kişiler arası ilişkilerinde sömürmecilik ve yetki alma eğilimleri fazladır. Bundan dolayı bu yapıda olan kişiliklerle çalışılırken, şirket içindeki denetimin dikkatli bir biçimde yürütülmesi sağlanmalıdır. Buna karşılık narsistik bireylerin empati yapamamalarından kaynaklanan duygusal olmayan gerçekçi kararlar almada fazlasıyla başarılı oldukları bilinmekte ve gözlemlenmektedir. Aynı zamanda, içinde buldukları başarısızlık korkusu sebebiyle olası risklere dair daha dikkatli değerlendirmeler yapmakta ve tüm bu risklere karşı önlem almakta oldukça başarılı oldukları gözlemlenmektedir.

DSM-5 (2011), kimlik ve benlik-denetimi gibi kişisel işleyişlerdeki bozulmaların bilinmesinin narsistik kişilik bozukluğu teşhisi için önemli olduğunu vurgulamaktadır. Narsistik kişilerin, benlik değerini, kimliğini ve özgüvenini inşa etmek için başkalarıyla konuşurken aşırı derecede kendisinden bahsetmeleri, şişirilmiş, sönmüş ya da bu ikisi arasında dalgalanan benlik algısına bakılmaksızın abartılmış bir benliğe sahip olmaları ve duygu düzenlemedeki dalgalanmaları kimlik alanındaki bozulmaları yansıtmaktadır. Diğerlerinin onayını almak için hedef belirlemeleri ve benlik ile ilgili farkındalığa sahip olmamaları, çok yüksek ya da çok düşük kişisel standartlara sahip olabilmeleri benlik-denetimi alanındaki bozulmayı işaret etmektedir⁵.

³Salim Atay, **Çalışan Narsist**,1. Baskı. Namar Yayınları: İstanbul, 2010, s.32

⁴Lisa Penney, Workplace Incivility and Counterproductive Workplace Behavior (Cwb): What Is The Relationship And Does Personality Play A Role, Psychology College of Arts and Sciences University of South Florida,2002,s.23.(**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

⁵Sam Vaknin, Cyber (Internet) Narcissist and Psychopaths. Malignant Self Love: Narcissism Revisited,2013, Retrieved from: www.narcissisticabuse.com/journal67.html(Erişim tarihi: 20.05 2018).

Utanç, gurur, öfke gibi duygular hem teorik hem ampirik olarak narsisizmle ilişkili duygulardır. Broucek (1982) utanç duygusu ile nasıl başa çıkıldığının farklı narsistik türlerin oluşmasında etkili olduğunu dile getirmiştir⁶. Narsistik kişilik yapılanması olan kişiler bir engellenme yaşadıklarında buna öfke ile karşılık vermektedir⁷. Öfke duygusunun nasıl yaşandığı ve ne şekillerde ifade edildiği narsistik özelliklere göre değişkenlik gösterebilir. Bir araştırmada utancın ve öfkenin kırılğan narsisizm ve saldırganlık arasındaki ilişkide aracı bir rolü olduğu bulunmuştur⁸. Ancak, henüz literatürde bütün bu duyguları, duygu düzenleme güçlüklerini ve farklı narsistik türleri içeren daha kapsayıcı bir araştırma bulunmamaktadır.

Narsisistik eğilimleri olan kişiler özel haklar ve ayrıcalıklara hakkı olduğuna inandığı için bencil, sorumluluklarını yerine getirmeden özel iyilik bekleyen, kendini abartılı bir anlamda önemli sergilemeye eğilimli kişiliğe sahiptirler. Hayatın içinde olanlar onların isteklerine uygun olmadığında kendilerini başarısız hissetmekte ve öfke ile karşılıkvermektedirler⁹.

Genellikle hayal kırıklığı yaşayan bireylerde benlik imajı veya benlik değeri üzerindeki ruhsal yaralanmalar Pearlstein'in da belirttiği gibi, narsistik şiddet ve öfkeyle doruğa ulaşır ve sonlanır. Bu öfke ve şiddet duygusuyla kişi bu yaraya neden olan (bilinçli veya bilinçdışı), ona bu yarayı hatırlatan kişisel ve toplumsal değerlere veya toplumun bir kesimine hatta tüm dünyaya tepki verebilir. Dolayısıyla bu narsistik yapılanma içinde bulunduğu çevreyi de etkiler ve öfkesi aşırı şiddete dönüşebilir¹⁰.

Meier ve Semmer (2013) ofis çalışanları üzerinde yaptığı araştırmada narsistik kişilerin daha yüksek öfke düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır¹¹. Papps ve O'Carroll (1998) tarafından yapılan bir diğer çalışmada da öfke düzeyi

⁶Francis J. Broucek, "Shame and its relationship to early narcissistic developments." , *The International Journal of Psychoanalysis*,1982, 63(3), s.369-378.

⁷Frederick Rhodewalt, Carolyn Morf,"On self-aggrandizement and anger: a temporal analysis of narcissism and affective reactions to success and failure",. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998, 74(3),s. 672-685.

⁸Shung Chan Ghim vd., "The relationship between covert narcissism and relational aggression in adolescents: mediating effects of internalized shame and anger rumination.", *International Journal of Information and Education Technology*, 2015,5(1), s.21-26.

⁹Michael H. Stone, "Normal Narcissism", In E. F. Ronningstam (Ed), *Disorders Of Narcissism: Diagnostic, Clinical, and Empirical Implications.*, *American Psychiatric Press*, Washington,1998, s.7-28.

¹⁰Abdülkadir Çevik, *Türk Milletine Başarı Gerekli*, Dost Kitapevi,Ankara, 2010 ,s.102.

¹¹Laurenz Meier, N.K. Semmer, "Lack of reciprocity, narcissism, anger, and instigated workplace incivility: A moderated mediation model.", *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 2013,22(4), s.461-475.

yüksek kişilerin daha fazla narsistik yapıda oldukları bulgusu elde edilmiştir¹². Düşmanlık ile narsisizm arasındaki ilişkiyi incelen araştırmalardan Ruiz ve arkadaşlarının (2001) lisans öğrencileri ile yaptığı çalışmada narsistik kişilik özelliği yüksek olan kişilerin daha fazla düşmanlık düzeyine sahip olduğu görülmüştür¹³. Yine aynı şekilde Hart ve Joubert (1996) çalışmasında da narsisizm ile düşmanlık arasında aynı yönlü ilişkiler tespit edilmiştir¹⁴.

Sağlam bir kendilik değerine sahip kişi eleştiri ve reddedilmeye keder ve öfke ile tepki gösterebilir ama varoluşsal bir sorgulamaya girip kendine olan sevgisini yitirmemektedir. Narsistik kişiyse kendine olan güvenini çok çabuk yitirip hayatının anlamını, yaşamayı hak edip hak etmediğini sorgulayacak kadar ileri gidebilmektedir. Kendini seven, olduğu gibi kabul edebilen, kendine ve çevresine güvenebilen kişi; özel becerileri ve performansı ya da mükemmel bir dış görünüşü ile kendini sevilir kılmak için ve eksik olan özgüvenini dengelemek için uğraşmaz. Beden imgesi, öznenin kendi bedenine ve beden kısımlarına yaptığı narsist yatırım derecesinin temsili veya haritasıdır. Bedenin, her günkü eylem ve işlemlerinde psikik olduğu kadar fizyolojik olarak da uğradığı değişimleri ölçen; öznenin deneyimlediği yeğlilik derecesinin farklılaşmış ve durmadan değişken kaydırıcıdır¹⁵.

Narsisist kişiliklerde görülen davranış bozuklukları “sürekli kendinden söz etme, büyülenmeci bir övünme içine girme, kendinin aşırı farkında olma ve kendini izleme, zedelenebileceği ortamdaki kaçınma, savunmaya yönelik kibir, uzaklık ve soğukluk, belirti düzeyinde beden sağlığıyla aşırı ilgililik ve buna bağlı kaygı, kendilik duygusunun kaybıdır.”¹⁶. Narsist kişilik bozukluğunda ayna bir imge olarak kullanılır. Narsizmin geçtiği yerde bir aksis vardır. Çünkü birey aynada kendi aksini görmektedir.

Ülkemizde narsistik yapılanma ile ilgili yapılan çalışmalar vardır^{17,18}. Bu çalışmaların sınırlı olması nedeni ile narsisizmin başka değişkenlerle ilişkisini araştıran çalışmalar yapılması bu konuya katkı sağlayacaktır.

¹²Benjamin P. Papps, Ronan E. O'Carroll, “Extremes of self-esteem and narcissism and the experience and expression of anger and aggression. *Aggressive Behavior*: “, **Official Journal of the International Society for Research on Aggression**, 1998,24(6), s.421-438.

¹³John M. Ruiz vd., “Distinguishing narcissism and hostility: Similarities and differences in interpersonal circumplex and five-factor correlates.”, **Journal of Personality Assessment**, 2001, 76(3),s. 537-555.

¹⁴Peggy L. Hart, Charles E. Joubert, “Narcissism and hostility”, **Psychological Reports**, 1996,79(1), s.161-162.

¹⁵Alper Hasanoğlu, **İlişkilerin Günlük Hayatı**, Remzi Kitapevi, İstanbul, 2013, s. 32.

¹⁶Nuran Özlük, “Psikanalitik Edebiyat Eleştirisi Açısından Gayya Mefhumunun Şiire Yansımaları.”, **Turkish Studies**, 2013, s. 2093-2110.

¹⁷Cemil Kiraz, Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik eğilimleri ile Narsistik kişilik özellikleri. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Yüksek Lisans Programı,, İstanbul, 2011, s.22 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

¹⁸N. Gülmez, **Narsistik Liderlik**, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2009,s.56 (**Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi**).

Literatür tarandığında ülkemizde narsisizm kavramı ve narsistik yapılanma ile ilgili yapılan çalışmaların yetersiz olduğu görölmüştür. Bu çalışmada kişiliğin narsistik yönünün, beden self ilişkisi ve öfke ifade tarzı ile bağlantılı olduğu düşüncesinden yola çıkılmış; bu alanda literatüre katkı sağlamak amaçlanmıştır.

Bu çalışmada, kişiliğin narsistik yönünün, beden kendilik ilişkisi ve öfke ifade tarzı ile olan ilişkisi araştırılmıştır. Konu farklı meslek grupları ve cinsiyet değişkenleri açısından incelenmiştir. Meslek grubunun değişken olarak belirlenmesinin nedeni meslek seçiminin kişiliğin bir ifadesi olarak görülmesidir. Holland'a göre bir kimse bir mesleğe belli kişilik özellikleri ve özgeçmişini ile girmişse her meslek benzer kişilik özelliklerine sahip kişileri çekecek ve kişiler o meslekte kalacaktır¹⁹. Farklı meslek grupları üzerinde yapılan araştırmalarda, aynı meslek grubundan olan insanların benzer yaşam öyküleri olduğu görölmüştür²⁰. Holland bu nedenle mesleki kalıpların önemli psikolojik ve sosyolojik anlamları olduğu görüşünü ileri sürer. Bu nedenle bu araştırmanın konusu olan narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasındaki ilişkinin farklı meslek gruplarında farklı özellikler gösterebileceği düşünölmüştür.

¹⁹ Binnur Yeşilyaprak, *Mesleki Rehberlik ve Kariyer Danışmanlığı-Kuramdan Uygulamaya*, Pegem Akademi Yayınları, Ankara, 2011, s.107-110.

²⁰ Yeşilyaprak, a.g.e., s.107-110.

BİRİNCİ BÖLÜM

ARAŞTIRMANIN ÖZELLİKLERİ

1. 1. ARAŞTIRMANIN PROBLEMİ

Araştırmanın problemi; narsistik yapılanma ile öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasındaki ilişkinin var olup olmadığı ve farklı meslek gruplarında bu ilişkinin nasıl olduğunun araştırılmasıdır. Araştırma konusu belirlenirken güncel bir problem olması gerektiği düşünülmüştür. Narsistik kişilik yapısının, öfke ve öfke ifade tarzının ve beden algısı ile beden self ilişkisinin, günümüzde tüm dünyada ve ülkemizde öne çıkan başlıca konu başlıklar arasında olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde narsisizm kavramı son yıllarda başta ABD olmak üzere birçok ülkede araştırmalara konu olmuştur. Doğal olarak psikoloji bilimi de narsisizm kavramı ile yakından ilgilenmektedir. Ayrıca internet ve sosyal medyanın hatta çok daha önce televizyonun hayatımıza girmesiyle, kişilerin fiziki kaygıları belirgin şekilde artmaya başlamış; kişilerin beden imgesi, beden algısı eskiye nazaran çok daha önemli hale gelmiştir. Narsistik kişilik yapısındaki insanların beden-kendilik ilişkilerinin nasıl olduğunun belirlenmesi de çözülmesi gereken problemlerden biri olarak görülmektedir. Öfke ve öfke ifade tarzı kavramı ise bireyin kişilik yapısı, hayatındaki değişimler, toplumsal olaylar vb. durumlarla değişiklik gösterebilen bir durumdur. Yine narsistik kişilik özellikleri gösteren insanların öfke ifade tarzlarının nasıl olduğu araştırmanın problemlerinden biri olarak belirlenmiştir. Bu üç konunun birbiri ile olan bağlantısının hangi grup üzerinde araştırılacağı konusuna gelindiğinde ise farklı meslek gruplarındaki yetişkinlerde konunun araştırılmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Çünkü narsistik kişilik yapılanmasının farklı meslek gruplarında nasıl seyrettiğinin belirlenmesi; meslek seçimi ve kişilik, mesleklerin kişilik üzerindeki etkisi, kişilik örüntülerinin meslek seçimi ile ilişkisi, toplumun farklı alanlarında çalışan ve yaşayan bir yetişkin grubu üzerinde çalışılması gibi konularda önemli bir veri kaynağı olacağı öngörülmektedir. Son olarak farklı meslek gruplarından yetişkinlerin narsistik kişilik yapılarının, öfke ifade tarzlarının ve beden-kendilik ilişkilerinin nasıl olduğunun belirlenmesi de araştırmanın ana problemini oluşturmaktadır.

Bugün içinde yaşadığımız toplumda bunlar gibi birçok konunun anlaşılması ve yaşanan birçok sorunun çözülmesi için bu üç konu başlığının iyi anlaşılması ve üzerinde çalışılması gerektiği düşünülmektedir. Araştırmanın sonucunda hem klinik psikoloji hem sosyal psikoloji için bir veri kaynağı oluşacak aynı zamanda da

narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasındaki ilişkinin farklı meslek gruplarında nasıl seyrettiğine dair betimsel bir tablo ortaya çıkacaktır. Daha önce yapılan araştırmalar incelendiğinde, narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi konuları ile ilgili ayrı ayrı yapılan çalışmalara ya da bu üç konunun farklı konularla ilişkilendirildiği çalışmalara rastlanmıştır; ancak bu üç konunun birbiri ile ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Altı farklı meslek grubundan (öğretmen, polis, doktor, profesyonel sporcu, avukat, psikolojik danışan) 298 örnekleme ulaşılarak yapılacak araştırmanın analizleri sonucunda problem durumunun çözülmesi hedeflenmiştir.

1.1. Araştırmanın Alt Problemleri

- Narsistik yapılanma öfke ifade tarzlarını anlamlı biçimde yordamakta mıdır?
- Narsistik yapılanma beden self ilişkisini anlamlı biçimde yordamakta mıdır?
- Narsistik yapılanma kontrol edildiğinde sürekli öfke meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Narsistik yapılanma kontrol edildiğinde beden self ilişkisi meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Narsistik yapılanma tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Öfke ifade tarzları tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Beden self ilişkisi tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.2. ARAŞTIRMANIN HİPOTEZLERİ

Araştırma sonucu değişkenlerin analizi ile doğrulanan hipotezler aşağıda belirtilmiştir:

H1: Narsistik yapılanma öfke ifade tarzlarını anlamlı biçimde yordamaktadır.

H2: Narsistik yapılanma beden self ilişkisini anlamlı biçimde yordamaktadır.

H3: Narsistik yapılanma kontrol edildiğinde sürekli öfke meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H4: Narsistik yapılanma kontrol edildiğinde beden self ilişkisi meslek gruplarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H5: Narsistik yapılanma tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H6: Öfke ifade tarzları tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H7: Beden self ilişkisi tanımlayıcı özelliklere göre anlamlı farklılık göstermektedir.

1.3. ARAŞTIRMANIN AMACI

Araştırmanın amacı; farklı meslek gruplarında narsistik yapılanma ile öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasında ilişki olup olmadığının ve varsa bu ilişkinin nasıl olduğunun araştırılmasıdır. Alt amaçlar ise şu şekilde ifade edilebilir:

-Narsistik kişilik yapısı, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi değişkenleri arasındaki ilişkinin incelenmesi,

-Farklı meslek gruplarının narsistik yapılanmaları, öfke ifade tarzları ve beden self ilişkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi,

-Cinsiyet, yaş öğrenim durumu gibi değişkenler açısından incelendiğinde narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasındaki ilişki nasıl olduğunun incelenmesi.

Araştırmanın çıkış noktası ve amacı belirlenirken narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi konularının son yıllarda oldukça önem kazanması ve ülkemizde bu üç konu ile ilgili yapılan araştırmaların sınırlı olması etkili olmuştur. Ayrıca farklı meslek grupları üzerinde bu konuların farklılık gösterip göstermediğinin daha önce incelenmemiş olması da göz önünde bulundurulmuştur. Amaç klinik psikoloji için literatüre bu alanlarda katkı sağlamak, güncel ve etkili olduğu düşünülen konuların bir yönüyle aydınlatılmasına yardımcı olmaktır.

1.4. ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Narsistik kişilik yapısının, öfke ve öfke ifade tarzının ve beden algısı ile beden self ilişkisinin, günümüzde tüm dünyada ve ülkemizde öne çıkan başlıca konulardan olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde narsisizm kavramı son yıllarda başta ABD olmak üzere birçok ülkede araştırmalara konu olmuştur. ABD'li yazar Jean M. Twenge, "Ben Nesli" adlı eserinde (2009), 1970'lerin ortalarından itibaren doğan kuşakları "Ben Nesli" olarak adlandırmıştır ve X,Y ve nihayet Z kuşağına geldiğimizde giderek daha kendine odaklı nesillerle karşılaştığımızı belirtmiştir. Doğal olarak psikoloji bilimi de narsisizm kavramı ile yakından ilgilenmektedir.

Kökenini mitolojiden alan narsisizm kavramı psikolojide ilk kez Albert Ellis tarafından 1898'te kullanılmıştır. Daha sonra 1914'te Sigmund Freud konu ile ilgili bir makale yayınlamıştır. 1980'de ise Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının 3. baskısında, Patolojik Narsisizm ilk kez bir kişilik bozukluğu olarak yer almıştır. Kişi kendisine odaklandıkça başkaları tarafından ilk dikkat çeken özellik olan fiziksel görünüş de daha çok önem kazanmaktadır. Fiziksel olarak ne kadar olumlu dönüt alırsa, kendisini o kadar iyi hissetmektedir. Olumsuz dönüt aldığı anda ise bu durumun tam tersi yaşanmaktadır. Bu durum kişinin beden algısının, kendilik algısıyla doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Özellikle internet ve sosyal medyanın hatta çok daha önce televizyonun hayatımıza girmesiyle, kişilerin fiziki kaygıları belirgin şekilde artmaya başlamıştır. Sosyal medya mecralarında "Ben özelim ve eşsizim" vurgusu fazlasıyla yapılmakta bu nedenle insanlar kendini özel ve kusursuz olmaya zorlamaktadırlar. Bu durum medyanın dayattığı fiziki kalıplara uymayan insanların mutsuz ve benlik saygıları düşük hale gelmelerine sebep olabilmektedir. Peki tüm bunlar yaşanırken insanlar hoşlanmadıkları bu tarz durumlara nasıl tepki göstermektedir? İşte bu noktada devreye öfke ve öfke ifade tarzı girmektedir. Yaşanan gelişmeler insanları daha tahammülsüz hale mi getirdi yoksa daha hoşgörülü mü? Tüm bunlar bu üç konunun birbiri ile olan bağlantısını göstermektedir. Bugün içinde yaşadığımız toplumda bunlar gibi birçok konunun anlaşılması ve yaşanan birçok sorunun çözülmesi için bu üç konu başlığının iyi anlaşılması ve üzerinde çalışılması gerektiği düşünülmektedir. Araştırmanın sonucunda hem klinik psikoloji hem sosyal psikoloji için bir veri kaynağı oluşacak aynı zamanda da narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasındaki ilişkinin farklı meslek gruplarında nasıl seyrettiğine dair betimsel bir tablo ortaya çıkacaktır. Daha önce yapılan araştırmalar incelendiğinde, narsistik yapılanma, öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi konuları ile ilgili ayrı ayrı yapılan çalışmalara ya da bu üç konunun farklı konularla ilişkilendirildiği çalışmalara rastlanmıştır; ancak bu üç konunun birbiri ile ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır.

1.5. VARSAYIMLAR

Araştırmanın temel varsayımını, narsistik kişilik yapısı ile öfke ifade tarzı ve beden self ilişkisi arasında anlamlı bir ilişki olduğu; farklı meslek gruplarının narsistik yapılanmaları, öfke ifade tarzları ve beden self ilişkileri arasındaki ilişkinin ise meslek gruplarına göre değişkenlik gösterdiği varsayımları oluşturmaktadır. Araştırmanın diğer varsayımları ise;

Araştırmanın yapıldığı örneklemin, evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlardan toplanan verilerin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmıştır.

Araştırmaya katılan katılımcıların, araştırma için kullanılan ölçme araçlarını içtenlikle cevapladıkları varsayılmıştır.

1.6. SINIRLILIKLAR

Bu araştırma üzerinde çalışılırken yeterli örneklem sayısına ulaşma konusunda çeşitli güçlüklerle karşılaşmıştır. Öncelikle araştırma için belirlenen farklı meslek gruplarının (öğretmen, psikolojik danışman, avukat,doktor, polis, sporcu) çok geniş bir evren oluşturması yeterli örneklem belirleme konusunda zorluk yaşanmasına neden olmuştur. Ayrıca farklı meslek gruplarının çalışma alanlarının çok farklı ve bağımsız olması da yine çeşitli güçlüklerle yol açmıştır.

Araştırma sırasında karşılaşılan bir diğer güçlük de araştırmanın değişkenleri olan narsisizm, öfke ifade tarzı ve beden-self ilişkisi ile ilgili literatür taraması yapılırken yeterli veriye ulaşmakta olmuştur. Narsisizm ve öfke konu başlıklarında özellikle son yıllarda yapılan çalışmalar artmış olsa da, beden-self ilişkisi ile ilgili literatürde oldukça sınırlı sayıda araştırma olduğu görülmüştür. Literatürde beden algısı ve benlik saygısı konularında daha fazla kaynağa ulaşılmış ancak bu iki başlığın birleşimi olarak görülebilecek beden-kendilik ilişkisi ile ilgili kaynaklar oldukça kısıtlıdır.

Araştırma, İstanbul' da yaşayan 298 meslek sahibi bireyle sınırlıdır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından edinilen bilgiler, bireylerin bu ölçeklere verdiği cevaplarla ve ölçeklerin ölçtüğü özelliklerle sınırlıdır.

Araştırmanın metin kısmı ulaşılabilen yayınlarla sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

NARSİSİZM

2.1. NARSİSİZM KAVRAMI VETARİHÇESİ

Narsisizm; dilimize Fransızca “narcissisme” sözcüğünden gelmiştir ve TDK sözlüğünde narsisizm özseverlik olarak tanımlanmaktadır. Narsisizm kavramı köken olarak Yunanca “narke” kelimesinden gelir. “Narke” duygusal küntlük anlamındadır.

Narsisizm kavramının tarihçesi incelendiğinde karşımıza Yunan mitolojisindeki Narkissos’un öyküsü çıkar. Tanrılar tarafından cezalandırılan, konuşma yeteneği alınmış olan Ekho; artık yalnızca diğerlerinin cümlelerinin son kelimelerini tekrar ederek konuşabilecektir. Ekho, bu durumdan dolayı derin bir hüznün içinde ormanda yürürken avcı Narkissos ile karşılaşır. Narkissos; tam olarak göremediği Ekho’ya “Orada biri mi var?” diye seslenir. Ekho sadece “Var!” şeklinde cevap verir. Ancak Narkissos Ekho’ya yanıt vermez ve oradan uzaklaşır. Ekho bu durumdan çok etkilenir ve üzüntü içinde ölür. Afrodit ise Ekho’nun intikamını almak için Narkissos’u “kendisinden başka birine sevgi veremez” birisine dönüştürür. Narkissos, su içmeye bir ırmak kenarına gittiğinde suya yansıyan görüntüsüne aşık olur. Saatler boyunca kendi aksini seyretmekten ırmak kenarından ayrılamaz. En sonunda sudaki yansımasına kavuşmak için suya atlar ve boğularak can verir. Tanrılar onu Nergis çiçeğine dönüştürerek ölümsüz hale getirirler.²¹

Bu mitolojik öykünün bir farklı versiyonunda ise; doğduğunda bir kahin Narkissos için eğer kendini tanımazsa uzun bir ömür süreceğini söyler. Narkissos büyüdüğünde çok yakışıklı bir genç adam olur ve ona aşık olan sayısız kişi vardır. Narkissos aşıklarının hepsini reddeder. Ameinius adındaki aşığı reddedilince daha önceden Narkissos’tan aldığı kılıçla yaşamını sonlandırır. İntikam tanrıçası Nemesis, bu durumdan dolayı Narkissos’u “Kimseyi sevemesin, kendisinden başka” diyerek cezalandırır. Daha sonra sudaki yansımasına aşık olan Narkissos, çektiği aşk acısına daha fazla dayanamaz ve intihar eder.

Narkissos’un hikayesini incelediğimizde narsisizm kavramının özelliklerini görebiliriz. Benmerkezcilik, özseverlik, diğer insanlara karşı duyarsız kalma gibi özellikler narsistik kişilik örüntüsüne sahip kişilerde karşılaşılan özelliklerdir.

²¹ <http://yunanmitolojisi.blogspot.com/2007/09/mitolojide-narsizm-narkissos.html> (Erişim tarihi : 20.05.2018).

Narsisizm kavramı, ilk kez 1898 yılında Havelock Ellis'in "Narcissus-Like" kavramını kullanması sonucu psikolojiye girmiştir. Ellis, bu kavramı, cinsel obje olarak başkaları yerine kendisini görme durumunu açıklamak üzere Autoerotizm: A Psychological Study adlı eserinde kullanmıştır.²² Ellis narsisizmin daha çok kadınlarda görüldüğünü söylemiştir.

1899 yılında Paul Nacke narsisizmi, "kendi bedenine genellikle cinsel bir nesne bedenine davranıldığı gibi davranan, yani kendi bedenine tam bir tatmin elde edene kadar bakan, onu okşayan, seven bir insanın tutumunu tanımlamak üzere" kullanmıştır.²³ Nacke, "narcissismus" kavramını kullanırken cinsel anlamda bir sapkınlığı açıklamayı amaçlamıştır.

1908 yılında Sadger bir sunum için hazırlanan makalesinde narsisizm kavramını kullanmasıyla, narsisizmi psikanaliz literatürüne dahil etmiş oldu. Sadger, narsisizmden gelişim sürecinin bir parçası olarak bahsetmiştir.

2.2. NARSİSİZM KAVRAMI VE PSİKANALİTİK YAKLAŞIM

Narsisizm kavramı psikanaliz dile ilk kez Isidor Isaac Sadger'in 1908 yılındaki bir konuşmasıyla dahil olmuştur. Sadger'in bu konuşmasından iki yıl sonra sonra Sigmund Freud Sadger'in yazdığı bir makaleden bahsetmiş ve onun narsisizm kavramını gündeme getiren kişi olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Sadger'in görüşlerini değerli bulduğunu ifade etmiştir.

Sadger; gelişim sürecini açıklarken narsisizme değinmiştir.1910 yılında yayınladığı Freud'un sözünü ettiği makalesinde yer alan "Cinselliğe uzanan yol her zaman narsisizm üzerinden geçer; bir başka deyişle, kişinin kendini sevmesi üzerinden."²⁴ cümlesi onun narsisizmi patolojik olmayan normal bir kavram olarak ele almasının görülmesi bakımından örnek teşkil etmektedir

Freud; narsisizm kavramından oldukça etkilenmiştir ve ilk kez Cinsellik Üzerine Üç Deneme adlı yayınına 1910 yılında bir dipnot ekleyerek kavramı kullanmıştır. Freud burada narsisizm kavramını eşcinsellik ile ilişkilendirerek açıklamıştır. Eşcinsel erkeklerin nesne seçiminde narsisizm algılarının önemli olduğunu vurgulamıştır. Nesne seçimlerinde kendilerine benzeyen ve kendilerini anneleri gibi sevebilecek bir erkek aradıklarını ifade etmiştir.

²² Engin Gençtan, *Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar*, 17. Basım, Yayıncılık Matbaacılık Ltd., İstanbul,2004, s.254.

²³ Sigmund Freud, *Narsisizm Üzerine: Bir Giriş*, Oda Yayınları, İstanbul, 2018, s.32.

²⁴ Özge Kocakula, Narsistik ve Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluklarının Karar Sürecine Etkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın, 2012, s. 75 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

1914 yılında “Zur Einführung der Narzissmus” (Narsisizm Üzerine Bir Giriş) adlı makalesi ile Freud narsisizm kavramını ilk kez ayrıntılı olarak ele almıştır. Freud’a göre narsisizm normal şartlarda dış dünyaya yapılması gereken libido yatırımının çeşitli nedenlerle kişinin kendine yöneltmesi şeklinde açıklanabilmektedir. İki tür narsisizmden bahsetmektedir.²⁵

Birincil narsisizm adı verilen evrede; bebeğin aşk nesnesi olarak bir başkasını seçmeden önce kendi bedenini nesne olarak görmesi durumuyla oluşan bir gelişim evresidir. Birincil narsisizmde çocuk omnipotans bir düşünce içerisindedir. Tüm güçlü ve mükemmel olduğu algısı gelişim devam ettikçe başkalaşır. Bu başkalaşım çocuğun gerçeklik ilkesi ile tanışması ile başlamaktadır. Kişi yetişkin bir birey olduğunda tüm aşk ilişkileri bu ilk nesne seçimleri doğrultusunda belirlenecektir.

İkincil narsisizm; ilişkilerde yaşanan çeşitli problemler, hayal kırıklıkları vb. durumlardan sonra kişinin dış nesnelere kendi içine, kendi benliğine yönelmesi olarak açıklanabilmektedir. Freud, ikincil narsisizm kavramını benlik ideali ile ilişkilendirerek açıklamıştır. Toplumsal değerler ile libidonun isteklerinin uyuşmadığı durumlarda bireyin benlik ideali oluşturduğundan söz etmiştir.

Freud için narsisizm kavramı birden farklı durum ve evrede farklı anlamlar içinde ele alınmıştır. Narsisizmi açıklamak için şizofreniden yararlanmıştır. Şizofrenide görülen “içe çekilme” durumuna dikkat çekmiştir. Ayrıca hipokondria ve bazı hastalıkların da “içe çekilme”ye sebep olduğunu açıklamıştır. Burada önemli olan acı çekme durumu ve acı çeken bireyin dış nesnelere libido yatırımı yapamaması durumu olarak açıklanabilir.

Freud uyku halinin de bu durumla benzer olduğunu açıklamıştır. Uyku halindeyken de bir tür içe çekilme yaşarız ve ancak uyandıığımızda tekrar dış dünyaya ile bağlantı kurabiliriz.

Freud’un narsisizm kavramı üzerine getirdiği açıklamalar bazı kuramcılar tarafından biraz eksik ve hatalı bulunmuş olsa da, narsisizm kavramı Freud’un tanımlamaları temel alınarak diğer psikanalitik yönelimli kuramcılar tarafından geliştirilmeye devam edilmiştir.

Narsisizm terim olarak psikanalizde beş farklı kavramı karşılamak üzere kullanılmaktadır. Pervert davranış olarak narsisizm, regresif bir durum olarak narsisizm, gelişim döneminin bir parçası olarak narsisizm, nesne ilişkileri bağlamında narsisizm, benlik değeri açısından narsisizm.

Freud narsistik kişilerin sevgi nesnelere çeşitli unsurlarla belirlediğini ifade etmiştir. Bu unsurları; kendilerine en çok benzeyen kişiler, kendisinin olmak

²⁵ Freud,a.g.e.,s.55.

istediğine en yakın kişiler, kendi geçmişine en yakın gördükleri kişiler, kendisinden bir parça taşıyan kişiler olarak tanımlamıştır.

Freud, 1931 yılında ilk kez narsisizmi bir kişilik tipi olarak tanımlamıştır.

Narsisizm kavramını psikanalitik olarak yorumlayan ilk kişi Otto Rank'tır. 1911 yılında bir makalesinde narsisizmden bahsetmiştir. Tanımlamalarında öz sevgi üzerinde durmuş, ayrıca Ellis'ten farklı olarak büyükleme, kendine hayranlık gibi kavramlardan da söz etmiştir.

1913 yılında Ernest Jones, "tanrı karmaşası" kavramını narsisizmi açıklamak için kullanmıştır.²⁶ Bu tanımın omnipotans düşümler, kendi dışındaki bilgi kaynaklarına önem vermeme, aşırı sevilme, övgü ve onay beklentisi gibi özellikleri içerdiğini belirtmiştir.

Narsisizmin önemini ön plana çıkaran ilk yazar Wilhelm Reich'tir. 1933'te yazdığı Karakter Analizi adlı kitabında tasvir ettiği narsistik karakteri gururlu, her an savunma halinde olan, eleştiri toleransı düşük, bağımlılığa yatkın, riskli cinsel davranışlarda bulunan kişiler olarak bahsetmiştir. Günümüz psikopatolojisi açısından bakıldığında aslında Reich sınır kişilik özellikleri gösteren narsistlerden söz etmiştir. Reich temelde yatan duygunun aşağılık duygusu olduğunu söylemiştir.

Melanie Klein narsisizm üzerinde çalışmalar yaparken Freud'un görüşlerinden yararlanmış ancak belirli noktalarda görüşleri farklılaşmıştır. Klein; birincil narsisizm kavramını reddeder. Çünkü Klein'a göre nesne ilişkileri insan yaşamının başından itibaren vardır. Narsisizm kavramını Freud'un ikincil narsisizm kavramının karşıladığını belirtmiştir. Klein narsisizmi beş basamakta açıklamıştır:

- Birinci basamakta; nesne ilişkileri çocuklukta ve yetişkin yaşamında farklılık gösterir. Yetişkin kendinden bağımsız bir nesnenin farkındadır.
- İkinci basamakta; yansıtımlı özdeşleşme kavramının gelişmesidir. Klein bu kavramı narsisizmi karşılamak için kullanır. Klein'ın yaklaşımında temel aldığı evrelerden "paranoid şizoid" evresi narsistik bir evredir.
- Üçüncü basamakta; haset kavramından söz edilmiştir. Klein'a göre hasetten korunmak için narsisizm savunma mekanizması olarak kullanılmaktadır.
- Dördüncü basamakta; narsisizmin iki temel ögesi vardır. Libidinal ögesinde kendine duyduğu aşırı sevgi ve değer vurgulanır. Yıkıcı ögede ise, benliğin yıkıcı tarafı fazla değerli bulunur.

²⁶ Kocakula, a.g.e., s.76.

- Son aşamada Klein, narsisistik kişilik yapısını açıklar. Açıklarken haset kavramından yararlanır. Bireyin haset duygusunu tolere edebilmek için narsisistik bir kişilik geliştirdiğini ifade eder. Sınır işleyiş gösteren bireylerde, bireyin içindeki kötü nesnesi ile sürekli olarak savaş halinde olduğunu belirtir.

Nesne ilişkileri ekolünün önemli isimlerinden birisi de Donald Winnicott'tur. Winnicott nesne ilişkilerini anne ve bebek ilişkisi üzerinden incelemiştir. Ayrıca anne-bebek ilişkisini dış çevre ile ilişkilendirmiştir. Winnicott'a göre gelişimin olumlu şekilde seyretmesi için çevrenin de olumlu katkısı gerekmektedir. Benlik gelişimini birincil narsisizm kavramına dayandırarak açıklamıştır. Bebeğin yetişkin yaşamındaki aşk ilişkileri de seçtiği nesne ilişkilerine göre şekillenecektir.

Heinz Kohut ve Otto Kernberg'i narsisizm kavramına en büyük katkıyı yapan uzmanlardan olduklarını söyleyebiliriz. Kohut narsisizme aktarım ilişkisi üzerinden açıklama getirmiştir. Bu ilişki içerisinde danışanın terapist karşısındaki yoğun bir onay ve takdir beklentisi içinde olmasının narsisizmin en önemli işaretlerinden biri olarak belirtmiştir. Kernberg ise, narsisizm kavramının daha çok yapısal olduğunu ifade etmiştir.

2.2.1. Kohut ve Kendilik Psikolojisi

Kohut narsisizmin normal gelişim dönemlerinde yaşanan bazı takılmalar sonucu geliştiğini belirtmiştir. Patolojik narsisizmi "kendilik bozukluğu" olarak açıklamıştır. Bu durumun Kohut'un kuramının temel kavramı olan "kendilik nesnesi"nin çocuğun ihtiyaçlarını doyurucu şekilde karşılayamaması sonucu oluştuğunu belirtmiştir.

Kohut, klasik psikanalizin narsisizm görüşlerinden belirli noktalarda ayrılmıştır. Nesne ilişkilerinin ve narsisizmin farklı yollardan geliştiğini ve birbiriyle bağlantısız olduğunu açıklamıştır. Kohut, narsisistik kişilik bozukluğunun analiz edilebileceğini söyleyen ve kavrama yaptığı katkılarla bunun mümkün olduğunu gösteren ilk kuramcıdır.²⁷

Ebeveynler, çocuğun büyülenmeci gereksinimlerini doğru şekilde karşılayamazlarsa çocuk bu durumla baş etmek için yetişkin olduğunda iki farklı yol geliştirir. Birincisinde; benliğini aşırı değerli görür ve kendisini yüceltir. İkincisinde; aşağılık hisleri yaşar.

Freud narsistik hastaların terapi sürecinde aktarım ilişkisi kuramayacaklarından dolayı onların analizle iyileştirilemeyeceğini ifade etmiştir.

²⁷ Ahmet Dilsiz, Ataman Tangör, "Kohut ve Kendilik Psikolojisi", **Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları-Narsisistik Kişilik Bozukluğu**, Ege Üniversitesi Basımevi, İzmir, 1996, s.367-395.

Kohut narsistik hastaların diğer hastaların kurduğu aktarım ilişkisinden farklı bir aktarım ilişkisi içinde olduklarını belirtmiştir. Kendilik nesnesi üzerinden gelişen aktarımda narsisizm gelişimleri kesintiye uğrayan danışanların bu süreçlerinin terapi sırasında yeniden işlenmesi söz konusudur.

Kohut'a göre narsistik danışanların en önemli belirtisi terapistte danışanın uzantısı olması duygusunu oluşturan aktarımdır. Terapide gelişim dönemlerinde yaşanan bu takılmaların onarılması için çalışılır.

2.2.2. Kernberg ve Patolojik Narsisizm Kuramı

Kernberg'in üzerinde çalıştığı hastalar sınır kişilik yapısındaki gruptur. Hastalarla çalışırken sınır işleyiş özelliklerini tam olarak karşılamayan bazı hastalar olduğunu fark etmiştir. Bu danışanlar, sınır işleyiş yapısındaki danışanlarla benzerlikler göstermektedir. Sınır işleyiş yapısındaki danışanlarda nesne algısı tamamen iyi ya da kötü olarak ayrılmıştır. Narsistik danışanlarda, kendilik gelişmiştir ancak gelişim sürecinde bazı sorunlar oluşmuştur.²⁸

Fazla sevgi veremeyen mesafeli bir anne tarafından ihtiyaçları karşılanamayan çocuk bu durumu telafi etmek için grandiyöz self (büyüklenmeci benlik) geliştirir. Bu durum bir tür savunma mekanizması olarak kabul edilmektedir.

Kohut'a göre narsisizm normal gelişim dönemindeki takılmalardan kaynaklanır. Kernberg ise bu narsisizmi bir patoloji olarak görmektedir.

Kernberg narsisizmi üç düzeyde açıklamıştır. Birinci düzeydeki danışanlar, sosyal uyum konusunda yeterlidirler. Narsisizimleri ile ilgili az da olsa farkındalığa sahiptirler. Bazı semptomlarından rahatsızdırlar. Kısa dönemli terapi almaları bu düzeydeki danışanlar için yararlı olabilir.

İkinci düzeydeki danışanlarda ise; narsisizm patolojik olarak yerleşmiştir. Bu danışanlarda nesne ilişkilerinde problemler ve oldukça karmaşık semptomlar görülür. Bu hastaların analizden geçmesi yararlı olabilir.

Üçüncü düzeydeki danışanlarda, sınır kişilik özellikleri gösterirler. Bu grup danışanlar için destekleyici terapi önerilmektedir.

Kernberg patolojik narsisizmde iyi nesnenin (iyi ebeveyn) in içsel olarak yerleşmediğini ve bağ kurma konusunda problemler yaşadığını belirtmektedir. Ayrıca Kernberg sınır yapıdaki danışanlara göre narsistik olanların benlik (ego) yapılarının daha belirgin olduğunu belirtmiştir. Ancak ideal benlik, idealleştirilen nesne ve gerçek benlik imajları dış dünyaya karşı bir savunma amacıyla birbirine girmiş ve ayrışamamış durumdadır. Bu durum hem dışsal dünyanın değersiz hale

²⁸ M. Levent Kayaalp vd., "Psikanaliz Buluşmaları 7 - Narsisizm", Bağlam Yayıncılık, 2013, s.24.

gelmesine yol açarken, bir yandan da içselliğin de değersiz hale gelmesine neden olmaktadır.

Kernberg'in tedavi ve terapi yöntemi, öfkeyi açığa çıkarmak ve içsel-dışsal çatışmaları işleyebilmek için patolojik durumu yorumlamayı, böylelikle bölünen benlik imajlarının onarılmasını içermektedir.

2.2.3. Andre Green ve Narsisizm

Green narsisizm kavramını açıklarken, yaşam narsisizmi ve ölüm narsisizmi şeklinde iki ayrı kavram kullanmıştır. Narsisizmde nesnenin benlikle kurduğu ilişkinin çatışmalı olduğu düşünülür; bu durum arzu nesnesinin benlik nesnesine dönüşmesine neden olmaktadır. Özdeşim sürecinde benliğin kendini diğerinden ayırmaya başladığında bir çok yıkım ile karşılaşacağını bu durumun ise nesneye güveni yok ederek benliğin yalnızca kendisine yatırım yapması sonucunu doğurmaktadır. Green bu duruma yaşam narsisizmi adını vermiştir. Yaşam narsisizminde birey nesnelere karşılayamadığı ihtiyaçları sebebiyle başarısız olduğunda; benlik bir yok olma, hiçlik durumuna geçiş yapmaktadır. Green bu durumun ruhsal açıdan bir ölüm olduğunu belirterek bu yok olma durumunu, ölüm narsisizmi kavramı ile açıklamıştır.²⁹

2.3. NARSİSİSTİK KİŞİLİK BOZUKLUĞU TANI ÖLÇÜTLERİ

Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından 1980 de yayınlanan Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının 3.baskısında, Patolojik Narsisizm ilk kez bir kişilik bozukluğu olarak yer almıştır. Bu durumun birsonucu olarak narsisizmi ölçmek için çalışmalara başlandı ve konu ile ilgili bir çok ölçek geliştirildi. Narsisizm normal narsisizm ve patolojik narsisizm olarak iki farklı şekilde incelenebilir. Narsisizm kişilik yapımızın bir yönüdür. Kişiliğimizin buyönünü gelişmesi sağlıklı bir kişilik oluşturulması için gereklidir. Ancak bu durumun uç noktalara gelmesi -DSM-V tanı kriterleri- patolojik narsisizmi karşılar. Düşükbenlik saygısı , değersizlik gibi kusurlara karşı geliştirilen bir savunma mekanizması olarak da açıklanabilir.

DSM-V'te (2013) ise tanı kitabının eksen yapısındaki değişikliklerle birlikte patolojik narsisizm kavramını karşıladığı düşünülen narsistik kişilik bozukluğu, genç yetişkinlik döneminde başlayan ve çeşitli koşullarda kendini gösteren

²⁹ Kayaalp, a.g.e.,s.26.

büyüklenmeciliği, hayranlık gereksinimini, empati yoksunluğunu içeren ve aşağıdaki kriterlerden en az beşini kapsayan yaygın bir örüntü şeklinde yer bulmuştur.

Narsistik Kişilik Bozukluğu Dsm-V Tanı Ölçütleri :

- Büyüklenirler (örn. Başarılarını ve yeteneklerini abartır, gösterdiği başarılarla oransız biçimde üstün biri olarak görünme beklentisi içindedir.).
- Sınırsız başarı, güç, zeka, güzellik ya da yüce bir sevgi düşlemleriyle uğraşır durur.
- Özel ve eşi benzeri bulunmaz biri olduğuna ve ancak özel ya da üstün diğer kişilerce ya da kurumlarca anlaşılacağına ve ancak onlarla ilişki kurması gerektiğine inanır.
- Çok beğenilmek ister.
- Hak ettiği duygusu içindedir (özellikle kayırılacak bir tedavi göreceğine ya da her ne istiyorsa yapılacağına ilişkin anlamsız beklentiler içinde olma).
- Kendi çıkarı için başkalarını kullanır.
- Eş duyum yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini anlamak istemez.
- Sıklıkla başkalarını kıskanır ya da başkalarının kendisini kıskandığını düşünür.
- Başkalarına saygısız davranır, kendini beğenmiş davranışlar ya da tutumlar sergiler.
- Yukarıdaki maddelerin beşi ya da daha fazlasına sahip olan kişilere narsistik diyebiliriz.³⁰

Narsisizm kavramının kişilik yapılanmasını ve psikopatolojiyi anlamadaki rolü fark edildikçe kavrama olan ilgi giderek artmaya başlamıştır. Bu ilgi sadece klinik psikolojiyi değil, psikiyatryi hatta toplum bilimlerini de kapsamaktadır.

2.4. NARSİSİZMDE KIRILGANLIK VE GRADİYÖZİTE EKSENLERİ

Narsistik kişilik bozukluğunun tanılanırken DSM kriterleri incelendiğinde, narsisizm kavramının daha çok grandiyözite(büyüklenme) boyutunun ön plana çıkarıldığı görülmektedir. Ancak son dönemde yapılan araştırmalarda narsisizmin kırılabilirlik boyutunun da en az grandiyözite kadar önemli olduğu vurgulanmaya

³⁰ Amerikan Psikiyatri Birliği, "Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5) Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı"ndan çev. Köroğlu E., Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.

başlanmıştır. Hatta bu iki başlık narsisizmin iki ayrı türü olarak kabul edilmeye başlanmıştır.

Narsisizmin bu iki boyutu ilk kez 1991 yılında Wink tarafından tanımlanmıştır. Narsisizmin grandiyöz boyutu baskın olan bireylerde; büyüklenme, gösteriş, gösterme ve sergileme merakı, diğerlerine karşı daha ilgisiz tutum gibi özellikler görülmektedir. Kırılganlık boyutu baskın olan narsistlerde ise; çabuk zedelenen özsaygı, özellikle kendini diğer insanlara göre üstün ya da aşağı görme konusundaki ambivalans duygular, grandiyöz düşüncelerin sadece zihinsel boyutta kalması gibi özellikler görülmektedir.

2.5. NARSİSİZM VE SOSYAL İLİŞKİLER

Narsistik yapıdaki kişiler sosyal ilişkilerinde diğer kişilere göre farklılıklar göstermektedirler. Genel anlamda ilişkilerde güvensizdirler bundan dolayı da şüpheli tavırlar içerisinde olmaktadır. Güvensizlikleri diğer insanlarla derin sevgi bağı kurmalarını engellemektedir. İnsanlara karşı küçümseyici tavırlar içerisinde oldukları görülmektedir. İnsan ilişkilerinde onay arayışı içerisindeydirler. Dışarıdan gelen onaylanma ve beğenilme narsistik özellikler gösteren insanlar için çok önemlidir. Kendi içerisindeki yoğun değersizlik hissini ancak bu şekilde tolere edebilmektedirler. Narsist kişiler, sosyal çevrelerini güçlü olma hislerini besleyebilecek ve başarılarını gösterebilecekleri bir alan olarak görmektedirler. Bu bağlamda incelendiğinde narsistlerin, sosyal çevrelerini çeşitli duygularını ve içsel boşluklarını süreli olarak besleyecek bir araç olarak gördükleri söylenebilir.

Narsistler diğer insanlar tarafından sakin, özgüvenli, kendinden emin kişiler olarak algılanmaktadır. Bu nitelikteki insanlar çok verici olmayan ancak karşı taraftan genelde beklenti içerisinde olan bir yapıdadırlar. Bu benmerkezci tutum sosyal ilişkilerde bir süre sonra çeşitli sorunlara yol açmaktadır.

Narsist kişiler toplum içerisinde diğer insanlardan farklı muamele görmeyi hak ettiklerini düşünmektedirler. Bu durum fiziksel ve ruhsal açıdan diğer insanlara göre daha üstün olduklarını düşünmelerinden ileri gelmektedir. Hak ettikleri ilgiyi ve değeri görmedikleri takdirde yoğun bir hayal kırıklığı ve incinme yaşamaktadırlar. Çünkü kendilik saygıları ancak bu dayanaklarla ayakta durabilmektedir. Eleştiriye karşı tahammülsüzdürler ve takdir edilmeye açtırlar. Tüm bunlar narsist bireylerin, benmerkezci yapılarını açıklamakta ve dışarıdan algılanma biçimlerini ortaya koymaktadır.

Narsistik kişiler romantik ilişkiler açısından değerlendirildiklerinde ise; fiziksel olarak çekiciliği yüksek, sosyal statü açısından kendine iyi bir yer edinmiş partner

arayışı içerisinde oldukları görülmektedir. Mükemmel kişileri hak ettiklerini düşünmektedirler. Ancak bazı durumlarda, partnerlerinin fiziksel ve/veya statü bağlamında kendilerinden daha üstün bir konumda olması durumunu kabullenemedikleri için, çeşitli yönleri ile kendilerinden daha üstün gördükleri kişilerle ilişki yaşamayı tercih etmedikleri de gözlemlenmektedir. Yapılan araştırmalar da bu durumu destekler niteliktedir. Narsisistik özellikleri fazla olan bireylerden, partnerleri ile kendilerinin değerlendirilmeleri istendiğinde, kendilerinde partnerlerinden daha çok olumlu özellik bulunduğunu belirtmişlerdir.³¹

2.6. NARSİSİZMİN ÖLÇÜLMESİ

Narsisizm düzeyini ölçen bir envanter 1980 yılına gelene kadar geliştirilememiştir. 1979 yılında Raskin ve Hall "Narcissistic Personality Inventory" (NPI) adlı ölçeği geliştirmişlerdir. Bu ölçeğin geliştirilmesinde DSM-3'te yer alan narsisistik kişilik bozukluğu tanı kriterleri baz alınmıştır. 220 madde şeklinde hazırlanan ölçek geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları yapılarak 80 maddeye indirilmiştir. Raskin ve Terry ise yaptıkları çalışmalarla madde sayısını 40'a düşürmüşlerdir. 40 maddelik bu formula narsisizm 7 boyutla ölçülmektedir. Bu boyutlar; üstünlük, sömürücülük, otorite, hak iddia etme, kendine yeterlilik, teşhircilik, kendini beğenme olarak belirlenmiştir.³² Envanterin bir de 16 maddelik kısa form hali oluşturulmuştur. Bu forma kendini beğenme boyutu dahil edilmemiştir.³³ Narsisistik Kişilik Envanteri'nin dilimize çevirisi ve standardizasyonu Hakan KIZILTAN tarafından 2000 yılında tez çalışması sonucu yapılmıştır. 16 maddelik kısa formunun Türkçeye çevirisi ve standardizasyonu ise 2009 yılında Salim ATAY tarafından yapılmıştır.³⁴

2009 yılında Pincus vd. tarafından Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE) geliştirilmiştir. Patolojik Narsisizm Ölçeği 52 maddeden oluşmaktadır. 0(Sıfır) dan başlayarak 5'e kadar oluşturulan dereceli puanlama yöntemi ile değerlendirilmektedir. Narsisistik Kişilik Envanteri' ne benzer şekilde 7 boyutla ölçülmektedir. Bu boyutlar; koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük,

³¹ Keith Campbell vd., Narcissism, Self Esteem, And The Positivity of Self-Views: Two Portraits of Self Love, *University of Southampton*, March, 2002.

³² Raskin R., Terry H., A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence Of Its Construct Validity, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 1988, s.890-902.

³³ Daniel R. Ames vd. , "The NPI-16 as a Short Measure of Narcissism", *Journal of Research in Personality*, Vol.40, (2006), s.441.

³⁴ Salim Atay, Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçeye Standardizasyonu, *Gazi Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2009, s.181-196.

özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantezi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi olarak belirlenmiştir.³⁵

Narsisizm ile ilgili sık kullanılan ölçeklerden biri de Rorschach Testi'dir. Projektif bir değerlendirme yöntemi olan 10 karttan oluşan bu testte, kişiye mürekkep lekelerinden oluşan şekiller gösterilmektedir. Verilen yanıtlara göre kişilik özellikleri ile ilgili çıkarımlarda bulunmaktadır.

2.7. NARSİSİZM VE İŞ HAYATI

Narsisizm kavramının günümüzde daha sık kullanılması, narsisistik özellikler gösteren bireylerin gün geçtikçe artması, konuya ilişkin çeşitli alanlarda yapılan araştırmaların sayısının artmasına yol açmıştır. Bu alanlardan birisi de kuşkusuz iş hayatıdır. İş hayatında narsisistik özellikler gösteren bireylerin bu özelliklerinin çalışma ortamına olumlu olumsuz yansımaları kaçınılmaz olmaktadır. Bazı araştırmacılar günümüzde narsisizmin iş hayatına olumlu etkileri olabileceğini belirtmiştir. Yakın ve derin ilişki kurmakta zorlanan narsistler iş ilişkilerini rekabete dayalı şekilde yürütmeye eğilimlidirler. Rekabet halinde oldukları iş arkadaşları arasında kendilerinden daha yetersiz gördükleri kişilerle kıyaslanmak onlar için hoş giden bir durum olarak kabul edilirken, kendilerinde daha üstün olduğunu düşündükleri kişilerle kıyaslandıklarında öfke, kızgınlık gibi düşmanca duygular besleyebildikleri görülmektedir.

Narsisistik kişilerin zorlayıcı görevler karşısında diğer çalışanlara göre daha iyi performans gösterdikleri belirlenmiştir. Onay alma, takdir edilme, göz önünde olma gibi durumlar narsistler için önem taşıdığı için başarılarını gösterebilecekleri iş alanlarına yönelmektedirler. Narsisizm düzeyleri düşük olan bireylerde, başarısız olma korkusu risk almalarına -büyük oynamalarına- engel olmaktadır.³⁶

Narsist bireylerin yüksek benlik saygısına sahip kişilere göre iş hayatında başarıya ulaşmak için daha hırslı ve ısrarcı oldukları gözlemlenmiştir. Başarısız olduklarında ise bunu doğal karşılamaları oldukça zor olmaktadır ve genellikle başarısızlık nedenlerini dışsal nedenlerle açıklamaktadırlar.

Grup çalışmaları, takım performansı gibi durumlarda narsistlerin uyum gösterme konusunda çok başarılı olamadıkları gözlemlenmiştir. Narsistlerin empati yeteneklerinin zayıf olması, diğer insanları amaçlarına ulaşmak için bir araç olarak görme eğilimleri, kendini üstün görme tutumları gibi nedenlerle grup içerisinde uyum

³⁵ Aslı Büyüküngör, The Turkish Adaptation Of The Pathological Narcissism Inventory (PNI), Ocak 2016, s.35.

³⁶ Harry Wallace, Roy Baumeister; The Performance Of Narcissists Rises Of Falls With Perceived Opportunity for Glory, *Journal Of Personality And Social Psychology*, No:5, 2002, s. 831.

sağlamakta zorlanmaktadırlar. Bazı durumlarda narsist bireylerin grup performansına olumlu etkileri de olmaktadır. Özellikle çekingen, fikirlerini belirtmekten sakınan bireylerin yer aldığı gruplarda, umarsız ve özgüvenli tavırlarıyla narsist bireyler fikirlerini, önerilerini rahatlıkla ifade edebilmektedirler. Ayrıca göz önünde olma istekleri grubu yönlendirme, verilen görevi başarıyla bitirme gibi konularda gruba destek sağlamaktadır.

Narsist bireylerin iş yaşamlarında aldıkları olumlu geribildirimler onların performansları açısından önem taşımaktadır. Bu olumlu geribildirimleri almak ve takdir edilmek için oldukça farklı stratejiler geliştirebilmektedirler. Ancak bir eleştiri ya da olumsuz geribildirimle karşılaştıklarında bununla başa çıkabilmeleri oldukça zordur. Bu nedenle düşmanca tutumlar geliştirebilirler.

Narsist bireyler mesleki anlamda kendini geliştirme konusunda genellikle isteksizdirler. Bu noktada kendilerinin zaten yeterince yetkin olduklarını düşünmeleri ve kendilerini üstün görme özellikleri etkili olmaktadır.

2.8. NARSİZM VE 21.YÜZYIL

Günümüz dünyasında, bireyselleşmenin ön plana çıktığı görülmekle birlikte insanların var olduklarının ve özdeğerlerinin farkına varabilmeleri için başkalarına diğer zamanlara göre çok daha fazla ihtiyaç duymaktadırlar. Sosyal medyanın aktif kullanımının artışına bağlı olarak, diğer insanların beğeni ve onaylarının bireylerin yaşantısı üzerinde giderek çoğalan bir etkiye sahip olduğu gözlemlenmektedir. Bazı araştırmacılar tarafından özellikle Y ve Z kuşağı olarak adlandırılan 1980 ve sonrasında doğan kuşaklar için "ben nesli" adlandırması yapılmıştır.³⁷ Bu adlandırma 1980 sonrası kuşaklarda narsisistik özelliklerin artış göstermesinin bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Bu kuşaklarda narsisistik özelliklerin artmasına ise kapitalizm sisteminin getirdiği tüketim kültürü neden olmaktadır. Tüketim kültüründe her şey çok hızlı bir şekilde sürekli bir değişim halindedir. İnsan ruhsallığı bu hıza ayak uydurabilmek için çeşitli uyum sağlama stratejileri geliştirmektedir. Günümüzde insanların toplum içerisinde sürekli onay ve beğeni arayışı bu büyük hızla değişen ve tükenen dünyada var olma çabasıyla kaynaklanmaktadır. Sosyal medya platformları ise tamamen bu beğeni ve onaylanma kültürü üzerine kurulmuştur. Sosyal medya aynı zamanda insanlara olmak istedikleri "ideal ben" lerini sanal ortamda yaratabilme imkanı sunmaktadır. Bu durum bireylerin sanal ortamda

³⁷ Jean M. Twenge, "*Ben Nesli-Bugünün Gençleri Niçin Bu Kadar Özgüvenli ve İddialı Fakat Bir O Kadar da Depresif ve Kaygılı*", Kaknüs Yayınları, İstanbul, 2009, s. 18.

narsisistik doyum sağlamalarına da yolağmaktadır.Ancak “sanal” bir doyum olduğu için bireyde daha büyük narsisistik yaralara nedenolabilmektedir.

Tüm bu gelişme ve değişmeler göz önüne alındığında narsisizm kavramının günümüz dünyasındaki önemi daha da ön plana çıkmaktadır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ÖFKE

3.1. ÖFKENİN TANIMI

Öfke, kişinin genellikle rahatsız edici bir durumla karşılaştığında, engellendiğinde, hayal kırıklığına uğradığında, haksızlığa uğradığını düşündüğünde ortaya çıkan tepkisel olarak nitelendirebileceğimiz temel duygularımızdan biridir. Öfke insanın doğasında bulunan, evrensel bir duygudur. Geçtan'ın tanımlamasına göre öfke; çevremizde bulunan insanların bizim beklentilerimiz yönünde ilerlemediğinde ve/veya hak ettiğimiz şeyleri elde edemediğimizde oluşan bir duygudur.³⁸ Öfke duygusunun altında onaylanma isteği, engellenme, kusursuz olma isteği, sosyal kabul isteği gibi alt nedenler yatabilmektedir. Bu düşünceler bireyin benliği üzerinde bir tür baskı oluşturmakta ve öfke duygusuna yol açabilmektedir.³⁹

Türk Dil Kurumu'nun tanımlamasına göre öfke; "engelleme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi, kızgınlık, hışım, hiddet, gazap" olarak açıklanmıştır.

Öfke kimi araştırmacılar tarafından sağlıklı,olumlu ve gerekli bir duygu olarak tanımlanırken, kimi araştırmacılar tarafından olumsuz bir duygu olarak hatta iletişim becerisi eksikliğinden kaynaklanan bir tepki olarak kabul edilmektedir.

Russell ve Mehrabian, 1974 yılında yaptıkları çalışmalarda öfke ve anksiyete kavramlarını ve bu kavramların birbirleri ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırma sonucu olarak iki kavramın birbiriyle ortak özellikleri olduğu tespit edilmiş, anksiyetenin öfkeye göre daha çekingen özelliklere sahip olduğunu, öfkenin ise anksiyeteye göre daha baskın özellikler gösterdiğibelirlenmiştir.⁴⁰

Öfke duygusunun dünya çapında dikkat çekerek, araştırılma ihtiyacı duyulması, kadın erkek eşitliği, insan hakları gibi konularda verilen mücadeleler sonucu ortaya çıkmıştır. Bu durum aynı zamanda öfke duygusunun olumlu bir amaç için yönlendirilebileceğini de ortaya çıkarmıştır. Öfkenin bir duygu olarak kabul edilmesi ile incelenmesi arasında uzun bir süre geçmiş ve incelenmesi ilk olarak 1970'li yıllara denk gelmektedir.Bilimsel anlamda öfkeye duyulan ilgi 1975 yılında Novaco'nun araştırmaları ile başlamıştır. Daha önceki yıllarda öfke ve saldırganlık kavramları çoğunlukla birbiri yerine kullanılmış ya da öfke saldırganlığın bir boyutu olarak kabul edilmiştir. Bu bakış açısının oluşmasında psikanalitik kuramın öfkeyi iki

³⁸ Engin Geçtan, *Psikanaliz ve Sonrası*, Metis Yayınları, 2004,s.57.

³⁹ Özer Ak, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31),1994, s.26-35.

⁴⁰ Cemal Uzun, Kişilerarası ilişkiler, öfke, benlik algısı ve anksiyete, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü , Ankara.2008,s 59 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

temel dürtüden biri olan saldırganlık dürtüsünün içinde açıklaması etkili olmuştur. Psikanalitik kuramda öfke daha çok katarsis kavramı ile ele alınmıştır. Bireyin ihtiyaçları söz konusu olduğunda yaşanan gerilimden kurtulmak için biriken enerjiyi doğru şekilde aktarması gerekmektedir. Öfke de bu enerji boşaltımının bir alternatifi olarak görülmektedir. ⁴¹ Freud öfkeyi temel dürtülerden biri olarak kabul etmiştir. Saldırganlık kavramını öfkenin, sağlıklı olmayan bir ifade biçimi olarak kabul etmiştir. Freud, saldırganlığı ölüm dürtüsü ile ilişkilendirmiştir. İnsan doğası gereği öfkeye eğilimlidir, öfke ve saldırganlık dürtüleri bilindiğinde sürekli olarak bulunmaktadır. Bu nedenle yaşamın bütün dönemlerinde öfke duygusu görülmektedir. Önceleri bu libidinal enerji bireyin kendisine yöneltilirken, daha sonra dış çevreye yöneltilmektedir. Psikanalitik kuram öfkenin temellerini oral ve anal evreye dayandırmaktadır. ⁴² Öfkenin sağlıklı yollarla ifade edilmediği takdirde olumsuz sonuçlara yol açacak şekilde bazı krizlerle -şiddet ve saldırganlık yoluyla ortaya çıkabileceği belirtilmektedir.

Son yıllarda araştırmalarda çoğunlukla öfke kavramı şiddet, saldırganlık, suç eğilimli olma gibi değişkenler açısından incelenmektedir. Lyn ve Burton, 2005 yılında yaptıkları çalışmada suç işlemiş bireylerin, öfke seviyelerinin yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Chereji, Pinteş ve David, 2012 yılında yaptıkları çalışmada şiddet davranışının ortaya çıkmasındaki önemli etkenlerden birisinin öfke olduğunu tespit etmişlerdir.⁴³

1997 yılında Karagüven öfke, eğitim düzeyi, kaygı ve stres kavramlarının iş kazaları ile ilişkisini araştırmıştır. Çalışmasında iş kazaları ile öfke düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir.⁴⁴

Davranışçı yaklaşım öfkeyi uyarıcı karşısında öğrenilmemiş şekilde verilen tepki olarak açıklamaktadır. Öfke koşullanmamış refleks olarak görülmektedir. Skinner ise, öfkeyi diğer davranışlar gibi öğrendiğimizi ileri sürmektedir. Edimsel

⁴¹ Ahmet Özmen, Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 39.1,2006,s.45.

⁴²Ahmet Özmen, Seçim kuramına ve gerçeklik terapisine dayalı öfkeyle başa çıkma eğitimi programının ve etkileşim grubu uygulamasının üniversite öğrencilerinin öfkeyle başa çıkma becerileri üzerindeki etkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Ankara,2004,s. 20-21(Yayımlanmamış Doktora Tezi).

⁴³ Chereji vd.,The Relationship Of Anger And Cognitive Distortions With Violence In Violent Offenders' Population: A Meta-Analytic Review,The *European Journal of Psychology Applied to Legal Context*,4(1),2012,s. 59-77.

⁴⁴Hülya Ünal Karagüven, İş kazaları ile stres, kaygı ve öfke kavramları arasındaki ilişkinin incelenmesi: 9 Türk ve 2 İngiliz tekstil fabrikasında yapılan bir araştırma, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, 1997,s.24(Yayımlanmamış Doktora Tezi).

koşullanma kavramına dayanarak, verdiği örnekte bir çocuk öfkelenildiği zaman istediği şeye ulaştığını deneyimlediğinde bunu ileriki yaşantısında da tekrar eder.⁴⁵

Bilişsel davranışçı kuram öfkeyi bilişteki aşırı uyarılmanın bir sonucu olarak görmektedir. Yani öfkenin ortaya çıkmasındaki en büyük etken zihinsel süreçlerimizdir. Bilişsel davranışçı kuramda bireyin dış dünyada yaşadıkları değil onlara zihninde yüklemiş olduğu anlamlar önemli görülmektedir.Öfke ile baş etmek için akılcı olmayan düşüncelerin değiştirilerek yerine akılcı düşüncelerin yerleştirilmesi gerektiğini belirtilmektedir.

Sosyal öğrenme kuramına göre öfke, kişinin çevresinden model alma. taklit etme gibi davranışlarla sonradan öğrenmiş olduğu tepkiler olarak görülmektedir. Özellikle anne-baba davranışları çocuk için önem taşımaktadır ve onların çeşitli durumlar karşısında gösterdikleri tepkileri dönüt olarak kullanarak kendi davranış sistemini geliştirmektedir.⁴⁶

Engellenme - saldırganlık kuramına göre öfke engellenmekten kaynaklanmaktadır. Psikanalitik temellidir.Kuram öfke ve saldırganlığı bir arada ele almaktadır. Bu iki duygunun insanın doğasında olduğunu savunur ve bir tür libidinal enerji olarak kabul eder. İnsanın her engellendiğinde ortaya öfke çıkması gerekmediğini ve engellenmenin farklı duygulara da yol açabileceği görüşünü savunmaktadır. Bu görüşe bazı kuramlar karşı çıkmışlardır. Bunun nedeni ise, engellenme sonucu öfkenin ortaya çıkması durumunun genellenemeyeceğidir.⁴⁷

3.2. ÖFKENİN NEDENLERİ

Öfkeye neden olan birçok faktör bulunmaktadır. Bunların bir kısmı çevresel faktörler içinde yer alırken (bireyin içine doğduğu sosyokültürel çevre, eğitim gördüğü kurumlar vb.); bir kısmı da biyopsikogenetik faktörler(aile özellikleri, biyolojik nedenler vb.) içerisinde yer alır. Ancak öfkeye neden olan etkenler araştırıldığında en önemli etkenin bireyin yaşadığı engellenme duygusu olduğu görülmektedir.

Özer 1994 yılında yaptığı araştırmada, öfke kavramını bilişsel olarak ele almış ve kaygı,depresyon gibi kavramlarla ilişkilendirerek incelemiştir. Bu duyguların bilişsel kaynağını bulmaya çalışmış olup öfkenin kaynağının hata yapmaktan korkan, mükemmeliyetçi düşünce yapısı olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Gentry ise

⁴⁵Çağla Büyükbayraktar,Üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve öfke ilişkisi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2011, s.33(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁴⁶Büyükbayraktar, a.g.e.,s.35.

⁴⁷ Özmen, a.g.e., s.22.

öfkenin kaynaklarını; benlik saygısına yönelik algılanan tehdit, engellenme, saygısızlığa maruz kalma, çaresizlik olarak dört durumda belirtmiştir.⁴⁸

Bireyin yaşadığı mükemmel olma arzusu, dış dünyadan beklediği aşırı onaylanma isteği ve diğer insanların gözünde saygın kalma çabası da öfkeye neden olan etmenler olarak görülmektedir. Sözü edilen etmenler göz önüne alındığında narsistik özellikler gösteren bireylerde bu durumların fazlasıyla görüldüğü belirlenmiştir. Bu durumun bu araştırmanın konusu içerisinde yer alan bireylerin narsisizm düzeyi ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki hakkında bazı çıkarımlarda bulunarak araştırmaya katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Tüm bu faktörlere ek olarak bireyin yaşadığı kayıplar, çeşitli korkular, çeşitli stres unsurları, çatışma, ve reddedilme yaşantıları da öfkeye neden olan etmenler arasındadır.

3.3. ÖFKENİN İŞLEVLERİ

İnsanın temel duygularından biri olan öfkenin, yaşantımız üzerinde oldukça önemli etkileri bulunmaktadır. Genel anlamda öfke olumsuz durumlar ve duygular ile ilişkilendirilmektedir. Ancak öfke, bu olumsuz durumların yanında yapıcı ve işlevsel özellikler göstermektedir. Öfke duygusunun yapıcı olarak işlendiğinde olayların kontrolünün sağlanması, çatışma çözme, insan ilişkileri gibi konularda olumlu etkileri olduğu gibi bireyin var olduğunu ifade etmesi açısından da önemli katkıları bulunmaktadır. Öfkenin doğru şekilde ifadesinin bireyin benlik algısı ile de ilişkisi bulunmaktadır.

Novaco 1975 yılında öfkenin altı işlevi bulunduğunu belirtmiştir. Bu işlevler günümüzde de büyük ölçüde kabul görmektedir. Novaco'nun açıkladığı bu işlevler şöyle açıklanabilir;

- Öfke bireyin yaşadığı problemleri çözmesi için gerekli olan motivasyonu sağlamasına yardımcı olmakta aynı zamanda bireyin yaşama adaptasyonunu geliştirmektedir.
- Öfke bireyin yaşadığı durumlarda bir sorun oluştuğunda bunu keşfetmesi için bir işaret olarak görülmektedir.
- Öfke sürekli devam eden bir durumun ortadan kalkmasında etkilidir.
- Öfke insan ilişkilerinde yaşanan iletişim problemlerinin çözmek için etkili yöntemlerden biri olarak kabul edilebilir.
- Öfke egonun korunması için kullanılan bir savunma olarak görülebilmektedir.

⁴⁸ W.Doyle Gentry with Gill Bloxham, Anger Management For Dummies, John Wiley & Sons, 2010, s.11-17.

- Öfke kişinin haklı olduğu ve/veya hakkını savunmakta olduğunu farkında olması açısından önemli görülmektedir.⁴⁹

Öfke duygusu eğer sağlıklı şekilde ifade edilemezse, bireyin bastıracağı bu öfke daha sonra çok daha şiddetli ve yıkıcı bir şekilde ortaya çıkabilir. Öfke tüm bu işlevler açısından değerlendirildiğinde bireyin yaşamı için önemli ve gerekli bir duygu olarak kabul edilmektedir.

3.4. ÖFKENİN BOYUTLARI

Öfke kavramı fiziksel, duygusal-davranışsal ve sosyal-bilişsel olmak üzere üç boyut açısından değerlendirilerek açıklanabilmektedir. Bu boyutlar birbiriyle iç içedir ve birbirlerini etkilemektedir. Bu boyutlar şu şekilde açıklanmıştır;

Fiziksel boyut: Öfke duygusu hissedilmeye başladığında bireyde fizyolojik açıdan çeşitli değişiklikler görülmektedir. Birey öfkelenildiğinde vücutta adrenalin hormonu salgılanmaya başlar. Adrenalin salgılandığında sempatik sinir sistemi harekete geçer. Bu durum dikkat, hafıza, odaklanmaya olumlu etki etmektedir. Ayrıca birey öfkelenildiğinde kas gerilmesi, baş dönmesi, kızarma, dişleri sıkma gibi belirtiler görülmektedir. 1982 yılında Tavis laboratuvar ortamında, öfkenin biyolojik ve fizyolojik boyutlarını incelemiştir. Öfke duygusu hissedildiğinde insan vücudunda meydana gelen değişiklikler üzerinde durmuştur.⁵⁰

Sosyal-bilişsel boyut: Bireyin öfke duygusu yaşadığında bunu algılama şekli bilişsel boyutu ifade etmektedir. Ayrıca bireyin sosyal çevresinin öfkeyi algılama ve yansıtma biçimleri de öfkeyi algılama ve yansıtma durumunu etkilemektedir. Bu noktada sosyal öğrenme kuramında öne çıkan kavramlar olan model alma, taklit etme gibi durumlar önemli olmaktadır.⁵¹

Duygusal-davranışsal boyut: Birey öfkelenildiğinde bu durum onun affektif durumuna ve davranışlarına da yansımaktadır. Bu boyut öfkeyi ifade etme biçimleri ile ilişkilendirilmektedir. Bazı bireyler öfke durumunda içe atma ve bastırma

⁴⁹ Fatma Selda Öz, Öfke yönetimi eğitiminin ergenlerde öfke ile başa çıkma ve iletişim becerilerine etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, İzmir, 2008 s. 22 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵⁰ Elvan Ulutürk, Antihipertansif kullanan bireylerin öfke ve öfke duygusunu ifade düzeylerinin belirlenmesi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir, 2006, s.24 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵¹ Akt. Emine Yıldırım, Yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin incelenmesi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, İstanbul, 2006, s.43 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

davranışı gösterirken, bazı bireyler öfkeyi dışa yansıtma ve ifade etme davranışı göstermektedir.⁵²

3.5. ÖFKE İFADE TARZLARI

Birey öfke duygusunu hissettiğinde, öfkesini bilinçli ya da bilinçdışı farklı şekillerde ifade etmektedir. Öfkenin doğru ve sağlıklı şekilde ifade edilmesi, birey ve toplum için son derece önemlidir. Olmaması gereken şekilde ifade edilen öfke kişiye ve çevresindekilere zarar verebilmektedir. Kişiler öfkelendiklerinde içinde yaşadıkları toplum, büyütüldükleri ebeveynler, sosyo kültürel çevre, öznel yaşantılar, biyo-genetik özellikler gibi birçok faktörün etkisiyle öfkelerini ifade ederken farklı yollara başvururlar.

1983 yılında Averill, öfke duygusu ile cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiyi incelemiş ve anlamlı bulgular tespit etmiştir. Öfke duygusunun nedenleri ve öfkelenme sıklığı açısından cinsiyetler açısından benzerlik olduğu görülmüştür. Ancak öfkeyi ifade etme biçimleri açısından cinsiyetlerin farklı ifade biçimlerine eğilimli olduğunu belirlemiştir.⁵³

Milovchevich, Howels & Day 2001 yılında yaptıkları araştırmada öfke ifade biçimlerinin cinsiyetten çok cinsiyet rolleri ile ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Kadınsı cinsiyet rolü ve erkeksi cinsiyet rolü incelendiğinde, erkeksi cinsiyet rolünün dışa yönelen öfke ifade tarzına daha eğilimli oldukları görülmüştür.⁵⁴

Cummings, Vogel, Cummings, & Sheikh 1989 yılında yaptıkları araştırmada öfke ifade tarzlarını ebeveyn çocuk ilişkisi bağlamında ele almıştır. Yetişkinlerin öfke düzeylerinin ve ifade biçimlerinin çocukların öfke düzeyini etkilediği tespit edilmiştir.

55

2002 yılında Güleç, yaptığı araştırmada öfke ifade tarzlarını benlik ve akademik başarı değişkenleri açısından incelemiş; akademik başarı ile benlik algısı arasında ile ters ancak anlamlı bir ilişkiye ulaşımıştır.⁵⁶

2003 yılında Balkaya ve Şahin, "Çok Boyutlu Öfke Ölçeği" geliştirme çalışmalarında yaş ve cinsiyet gibi değişkenlerin öfke alt boyutları ile ilişkisini

⁵²İbrahim Kışaç, Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, 1997, s.25-29 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵³ James R Averill, Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion, *American psychologist* 38.11, 1983, s.1145.

⁵⁴Milovchevich Darryl vd., "Sex and gender role differences in anger: An Australian community study, *Personality and Individual differences* 31.2, 2001, s.118.

⁵⁵E. Mark Cummings, vd., Children's Responses to Different Forms of Expression of Anger between Adults, *Child Development*, vol. 60, no. 6, 1989, s. 1392–1404.

⁵⁶Yeşim Güleç, Ergenlerin öfke yaşantıları, benlik algıları ve akademik başarı ilişkileri, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2002, s.22 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

incelemişlerdir. Yapılan araştırmada cinsiyet farklılığının öfke semptomları açısından belirgin bir farka yol amadığı, öfke ile ilişkili davranışlar açısından değerlendirildiğinde erkeklerin kadınlara göre öfkeyi daha saldırgan bir şekilde ifade ettikleri, yař değişkeni açısından incelendiğinde öfke düzeyinin yař ile ters orantılı bir ilişkisi olduğu, öfke ile ilişkili dūřünceler açısından incelendiğinde depresyon, intihar, somatizasyon, kaygı, dūřmancıl tutumlar, olumsuz benlik dūřünceleri ile öfke arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulgularına ulaşılmıştır.⁵⁷

2003 yılında İmamoğlu yaptığı çalışmasında, öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi öretmen adayları üzerinde incelemiştir. Öfke kontrolünü sağlamada daha başarılı olan bireylerin, güvenli bağlanma stilleri olduğu bulgusuna ulaşılmıştır.⁵⁸

Kanada'da 2010 yılında yapılan bir araştırmada bağlanmastillerinin öfkeyi ifade etme biçimini etkilediği konusu üzerinde durulmuştur. Farklı bağlanma stillerinin farklı öfke ifade tarzlarına eğilimli oldukları tespit edilmiştir.

Öfkenin yorumlanması ve değerlendirilmesi öfkenin ifade biçimleri ile birlikte ele alınmaktadır. Öfke ifade tarzları; dışa yönelen öfke, ie yönelen öfke ve öfke kontrolü olmak üzere üç başlıkta değerlendirilmektedir.⁵⁹

3.5.1. Dışa Yönelen Öfke

Öfkenin ifade ediliş tarzı dışa yönelik ise, birey öfkelendiğinde bunu çevresine yansıtmakta ve ifade etmektedir. Bu noktada öfkenin dışa vuruluşu makul bir sözel açıklama ile olabileceği gibi ciddi bir yıkıcılık içeren saldırgan davranışlar ile de olabilmektedir. Birey bu ifade biçimleri arasında geniş bir spektrum içerisinde herhangi bir noktada yer alabilmektedir. Bu spektrumda birey, uygun sözel ifadelere ne kadar yakınsa kişilerarası ilişkilerde ve/veya var olan problemleri çözmekte daha başarılı olmakta; saldırgan davranışlar içerisinde şiddetli patlamalar şeklinde ifade ettiğinde ise var olan problemlili durumun daha da artmasına ve çatışmaların özölemeyip daha kötü bir hale gelmesine neden olabilmektedir. Bu durumda öfkenin dışavurumunun kontrolünün sağlanması gerekmektedir. Öfkenin kontrollü şekilde ifade edilmesi sağlanamadığında birey çevresi tarafından dışlanabilmekte ve sosyal olarak izole bir yaşantı içerisine girebilmektedir. Bu durum ise onun öfke hissini daha sık ve yoğun şekilde yaşamasını kolaylaştıracak ve birey için öfke

⁵⁷Feza Balkaya ve Nesrin şahin,çok Boyutlu Öfke Ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 2003, s.192-202.

⁵⁸Seval İmamoğlu, öretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul,2003 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁵⁹Nihal Bostancı vd., Üniversite örencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri, *Kriz Dergisi*, Ankara,2006,14.3, s.9-18.

duygusu başa çıkılması mümkün olmayan bir duygu haline gelecektir. Öfkenin kontrolünü sağlamada çeşitli sportif ve sanatsal faaliyetler yarar sağlamaktadır.⁶⁰Bunun yanı sıra etkili iletişim yöntemlerinin benimsenip kullanılması da öfke kontrolünün sağlanması açısından önemli görülmektedir.Öfkenin kontrollü bir şekilde dışa yöneltilmesi kişinin gerilimden kurtulması açısından yararlı olmaktadır. Bireyin yetiştiği aile yapısı da öfke ifade tarzında etkili olmaktadır. Elkin ve Karadağlı'nın 2015 yılında yaptıkları araştırmada üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları incelenmiş olup annelerini öfkeli olarak belirten öğrencilerin öfke ifade tarzlarının dışa dönük olduğu belirlenmiştir.

3.5.2. İçe Yönelen Öfke

Öfke ifade ediliş tarzı içe yönelik ise, birey öfkelendiğinde bunu dışarıya ifade edememekte, bastırmakta, içe atma davranışı geliştirmektedir. bazı durumlarda ise yaşadığı öfke duygusu tamamen yok sayılmakta, inkar mekanizması kullanılmaktadır. Bu ifade tarzı; öfkenin sağlıklı şekilde ifade edilmesinde bir engel taşımaktadır. Öfkesini bastırılan birey, ilk bakışta kontrollü bir görünüm sergilemekte ancak daha sonraları bastırılan bu duygu birikimleri umulmadık öfke patlamalarına, çeşitli psikosomatik rahatsızlıklara(migren,çeşitli mide ve cilt hastalıkları vb.) neden olabilmektedir. Bu noktada bireyin öfkesini uygun şekilde ifade edebilmeyi öğrenmesi yaşam kalitesi ve kişilerarası iletişim açısından önem taşımaktadır.⁶¹

Koh 2003 yılında yaptığı çalışmada öfke ile somatik belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İçe yönelen öfke ifade biçiminde somatik belirtilerin daha çok görüldüğü tespit edilmiştir.

Öfkenin içe yönelmesi, zamanla öfke duygusunun giderek artmasına ve bireyin öfke duyduğu kişiye yönelik kin tutma gibi tutumlar geliştirmesine neden olabilmektedir. Bireyler öfkelerini ifade edebilmek için güvenli bir alan aramaktadırlar. Cüceloğlu'na göre içe yönelen öfke kendisine iki şekilde yol bulmaktadır. Birincisi öfkelenilen durumun yok sayılması, ikincisi ise öfkenilen durumu direkt olarak ifade etmek yerine dolaylı yollarla, sitem, suçlama vb. şekilde ifade edilmesidir. ⁶²Öfkenin sağlıklı olarak ifade edilmesi yapıcı tartışma yöntemi ile gerçekleştirilebilir. Yapıcı tartışma için etkili iletişim yöntemlerinin kullanılması gerekmektedir.

⁶⁰ Özmen, a.g.e., s.40.

⁶¹ Çağrı Önem, Üniversite öğrencilerinin öfke ve öfkeyi ifade etme biçimlerinin akılcı olmayan inançlar ve bazı değişkenler açısından incelenmesi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Konya, 2010, s.47-52 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁶² Doğan Cüceloğlu, **İnsan ve Davranışı**, Remzi Kitabevi, İstanbul, 1991, s.67.

Öfkenin içe yönelmesi kültürel öğeler, cinsiyet gibi değişkenlerle de ilgilidir. Bazı kültürlerde öfkenin içe yöneltmesi kadınlar için uygun ve olumlu bir davranış olarak kabul görülmektedir. Bazı kültürlerde ise yaş faktörü önemli olmakta ve yaşça küçük olan kişilerin yaşça büyük olanların yanında öfkesini içe yöneltmesi uygun görülmektedir. Ülkemizin kültürel yapısı incelendiğinde öfke ifadesinde belirtilen durumlara benzer özellikler gözlenmektedir.

3.5.3. Öfke Kontrolü

Öfke kontrolü, öfke duygusunun doğru şekilde ve uygun zamanlama ile ifade edilmesi olarak tanımlanmaktadır. Öfke kontrolü, öfke duygusunun bastırılmasını değil sağlıklı şekilde ifade edilmesini içeren bir kavramdır. Öfke kontrolü durumunda; birey öfke denetimini yapabilmekte ve öfkesini gerekli hallerde kontrol altında tutabilmektedir. Bu ifade tarzı dışa yönelen ve içe yönelen öfke ifade tarzları ile birlikte ele alındığında bu iki ucun orta noktasında yer almakta ve öfke duygusunun en makul ve sağlıklı ifade tarzını açıklamaktadır. Bu durumda saldırganlık davranışlarının daha az görüldüğü, çatışma çözme konusunda daha başarılı olduğu, kişilerarası ilişkilerde olumlu etkileri olduğu gözlemlenmektedir. Öfke duygusu sonucunda verilen tepkiler öğrenilmiştir. Doğal olarak öğrenilen davranışların değiştirilmesi ve olumsuz davranışların yapıcı bir ifade şekline dönüştürülmesi mümkün olmaktadır.⁶³

1974 yılında Thomas; öfke kontrol düzeyi ile eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemiştir. İki değişken arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.⁶⁴

Spielberger; yaptığı araştırmalarda öfkeyi durumsal olarak değerlendirmiştir. Buna bağlı olarak öfke duygusunu sürekli ve durumsal olmak üzere iki grupta incelemiştir. Durumsal öfkede birey; yaşadığı bir engellenme, sosyal ilişkilerde yaşadığı bir sorun vb. nedenlerle hissettiği kızgınlık duygusunu ifade etmektedir. Sürekli öfke ise, bireyin öfkelenme sıklığı ile ilgili bir kavramdır.⁶⁵

Phillips, Henry, Hosie ve Milne 2006 yılında yaptıkları araştırmada öfke kavramını yaş bağlamında incelemişlerdir. Yaş ilerledikçe bireylerin öfkelerini daha makul ve sağlıklı ifade ettikleri ve öfke kontrolü açısından daha başarılı oldukları tespit edilmiştir.⁶⁶

⁶³Fatma Kocaman, Hekimlerin Mobbing Algıları ile Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkiler, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, 2018,s.49.(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

⁶⁴ Ulutürk, a.g.e., s.21.

⁶⁵ Ak, a.g.e., s.26-35.

⁶⁶Louise Helen Phillips vd., Age, anger regulation and well-being, *Aging and Mental Health* 10.3,2006, s.250-256.

Günümüzde yaşam koşullarının zorlaşması, değişen ekonomik ve sosyal şartlar, internet ve bilişim teknolojilerinin hayatımızda edindiği yer vb. faktörler bireylerin gündelik yaşantılarındaki stres, tahammülsüzlük, engellenme yaşantılarının artmasına neden olmaktadır. Bu durum bireylerin daha kolay öfkelenmesine, öfke duygusunu daha yoğun yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu nedenle öfke kontrolü daha önemli hale gelmektedir.

3.6. ÖFKE TÜRLERİ

3.6.1.Sürekli Öfke

Sürekli öfke, belirli durumlarda yaşanan öfke duygusunun ve öfkelenme durumunun sürekli hale gelmesi olarak tanımlanmaktadır. Bireyin yaşantısının her alanına öfke duygusu yayılmış haldedir ve öfke duygusu geçmemektedir. Öfkeli olma durumu birey tarafından olağan hale gelmekte ve bu nedenden dolayı birey öfkeli olduğunukabuletmemektedir. Öfkenin kaynağı genellikle korku olarak görülmektedir.İncinme ya da hayal kırıklığına uğrama gibi korkulan durumlarla karşılaşmak istemedikleri için çevrelerindeki insanların bu durumları yaşamalarını yeğlemektedirler. Kendilerini öfkelenedikleri durumlarla ilgili haklı görmekte yaşadıkları öfkenin normal olduğunu düşünebilmektedirler. Sürekli öfke durumdaki bireyler öfkelerini çevrelerine yansıtmaya eğilimlidirler. Öfke kontrolü sağlamakta zorluk yaşamaktadırlar. Sürekli öfkenin yıkıcılığa dönüşmesi oldukça kolay olabilmektedir. Bu nedenlerden dolayı çevrelerindeki insanların bu kişilerden uzaklaşma ihtimali artmaktadır. Çevresindeki insanların uzaklaşması bireyi yalnızlaştıracak ve öfkelerinin asıl kaynağı olan korkuları ile yeniden karşılaşmalarına neden olacaktır. Bu durumda onların yeniden öfkelenmelerine ve bunun bir döngü şeklinde ilerlemesine yol açacaktır. Sürekli öfke durumundaki bireylerin öfke kontrolünü sağlamaları, sosyal ilişkilerini düzenlemeleri gibi açılardan psikolojik yardım almaları gerekmektedir.⁶⁷

⁶⁷ Kübra Salt, Yetişkin kadınların tükettikleri besinler ile öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi, Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, 2018,s.10 (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

3.6.2. Durumluluk Öfke

Durumluluk öfke sürekli öfkenin aksine bireyin belirli durum ve olaylar karşısında yaşadığı öfke hali olarak açıklanmaktadır. Bu öfke halinde birey duygusunu genellikle kontrol edebilmektedir. Birey yaşadığı öfke hissini kaynağının farkında olduğu için öfke karşısında yoğun bir stres yaşamamaktadır. Aynı zamanda akılcı düşünce sistemini koruyabilmektedir. Durumluluk öfke bazı görüşlere göre öfkenin bir türü olarak görülmesinden ziyade bireyin yaşadığı engellemeler ya da hayal kırıklığı sonucu ortaya çıkan duygusal durumun devamı olarak görülmektedir.⁶⁸ Durumluluk öfke birikimli olarak ilerlemektedir. Durumluluk öfke kontrol edilemeyip dışarı yöneltildiğinde kişilerde sonrasında bir utanç hissi oluşabilmektedir. Durumluluk öfke yaşayan bireylerin öfkelenmelerinde genellikle haklı ve geçerli nedenleri olabilmektedir. Birey yapıcı bir şekilde öfkesini kabul edip ve mantık çerçevesine oturttuğunda sakinleşebilmektedir.

Öfke ile ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde; öfke kavramının ne olduğu, öfke kavramının diğer kavramlarla ilişkisi(örn. öfke ve anksiyete, öfke ve saldırganlık vb.), bireylerin öfke düzeyleri,öfkeyi ifade etme biçimleri, öfkeyi ölçen envanterlerin geliştirilmesi,öfkenin çeşitli hastalıklar ile bağlantısı gibi başlıkların ön plana çıktığı görülmektedir. Bu araştırmanın konusunu ise farklı meslek gruplarının öfke ifade tarzları ve bunun narsisizm, beden self ilişkisi gibi değişkenlerle olan ilişkileri oluşturmaktadır.

⁶⁸ Turan Sezan, Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,2016, s.10. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM BEDEN SELF İLİŞKİSİ

4.1. BEDEN ALGISI

Algı, farkındalık ile ilgili bir kavramdır. Algılama, duyu organlarımız vasıtası ile edinilen bilgilerin bilinç düzeyinde işlenmesi olarak tanımlanabilmektedir. Beden algısı ise, kişinin bedenini kendi zihninde algılama biçimidir.

1935 yılında ilk kez Paul Schilder beden imgesi kavramından söz etmiştir.

Salter; beden algısını kişinin bedenine dair edinmiş olduğu izlenimlerin tümü olarak tanımlamıştır.⁶⁹ Bu izlenimler bilinçli ya da bilinçdışı olabilir.

Freud ise beden algısını ego kavramı ile ilişkilendirmiştir. Beden algısının kişinin zihnindeki "ben" ile ilgili olduğunu açıklamıştır.⁷⁰

Bireyin beden algısı, bebeğin kendisini annesinden ayrı bir birey olarak algılaması sonrası oluşmaya başlamaktadır. Ancak beden algısından tam olarak söz edilebilmesi için bireyin ergenlik dönemine girmesi buna bağlı olarak da soyut düşünebilme yetisinin gelişmesi gerekmektedir. Gelişim ilerledikçe beden ile ilgili algı da gelişmektedir ve kişi bedeni ile ilgili genel bir algıya ulaşmaktadır. Beden algısı değişmez değildir, zamanla olumlu ya da olumsuz şekilde değişim gösterebilir, bireyin bedenini algılama biçimi tamamen farklılaşabilir. Beden algısı her yaş döneminde farklılaşabilmektedir. Yeni doğan bir bebeğin ben ve beden imgesi bakım veren kişilerin bebeğe gösterdiği değer ile oluşmaya başlamaktadır. Okul öncesi dönemde ise çocuk cinsiyet kavramının farkına varmaya ve cinsiyetlerin bedensel özelliklerini keşfetmeye başlamaktadır. Okul döneminde çocuk için bedensel özellikler; öğrenme ilişkileri ve akran ile ilişkiler, oyun içerisindeki bedensel performans(çok hızlı koşabilmek vb.) ile önem kazanmaktadır.. Ergenlik dönemi, bedensel değişimlerin yaşandığı, bedene olan ilginin ve yatırımın arttığı, beden algısının geliştiği bir dönemdir. Yetişkin beden algısının temelleri bu dönemde atılmaktadır. Genç yetişkinlikte yerleşmiş bir beden algısı vardır. Orta yaş döneminde bedenin yavaş yavaş yaşlanma belirtileri göstermesi nedeniyle bazı bireylerde olumsuz beden algısı oluşabilir. Yaşlılık evresinde ise birey fiziksel olarak güçsüzeleşir, benmerkezcilik ve depresif ruh hali artar. Bu dönemde bireyler beden imajından çok işlevselliğin azalmasına odaklanmaktadır.

⁶⁹ Ece Ergür ve E. Ergür, Üniversite Öğrencilerinde Beden-Benlik Algısı İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki, Ege Üniversitesi, İzmir, 1996 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷⁰ A. Ziyalar, Beden İmajı Kavramı. Yeni Sempozyum, 1983:1-2, s.31-37; **aktaran** Uğur Abakay vd., "Üniversite Öğrencilerinin Beden Algısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi." *Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi* , 2017, 9, s. 12-18.

Beden algısının oluşumunda; bireyin içinde büyüdüğü aile, sosyal çevresi, içinde yaşadığı toplumsal ve kültürel normlar, bireyin yaşadığı çeşitli sağlık problemleri, bireyin ruhsallığı gibi bir çok faktör etkili olmaktadır. Beden algısı tüm bu faktörlerden bağımsız olarak gelişemez. Beden algısı sadece fiziksel görünüşle değil, bedenin fonksiyonelliği ile de ilişkili bir kavramdır. Beden algısı tamamen kişiye özgüdür. Beden algısı, gerçeklikle bağlantılı ya da gerçeklikten kopuk olabilmektedir. Bunun oranı biraz önce sözü edilen faktörlerle ilintili olarak değişmektedir. Bireyin beden algısı, onun benliğiyle ve kendilik algısı ile de yakından ilişkilidir.

Beden algısı üç ögenin birleşmesinden oluşan bir kavramdır. Bunlardan birincisi gerçek bedendir. Gerçek beden bireyin bedeninin fiziksel olarak ölçülebilen somut halidir. İkincisi beden idealidir. Beden ideali, bireyin olmasını istediği beden imajinasyonudur.⁷¹ Üçüncüsü ise beden sunumu olarak adlandırılan öğedir. Beden sunumu gerçek bedenin beden idealine dönüşmesi için verilen uğraşlar bütünüdür.⁷² Bireyin idealize ettiği beden ile gerçek bedeni arasındaki fark ne kadar büyük ise, bireyin beden algısı olumsuz olma eğilimi o derece artmaktadır. Bazı durumlarda beden algısının tamamen bozulduğu ve gerçeklikle ilişkilendirilmede problemler yaşandığı görülmektedir. Yeme bozukluklarında da sıkça görülen, beden kitle indeksi ölçütlerine göre zayıf ya da normal kiloda olan bireylerin kendilerini aşırı kilolu algılamaları gibi algı bozuklukları bu duruma örnekgösterilebilir.

Olumlu beden algısına sahip bireylerin, kendilerine olan güvenlerinin daha yüksek olumsuz beden algısına sahip olan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir.⁷³ Ayrıca olumlu beden algısı olumlu benlik algısı ile ilişkilendirilmektedir. Beden algısı bireyin sosyal ilişkilerini de doğrudan ya da dolaylı olarak etkilemektedir.

Günümüzde internet ve sosyal medyanın bireylerin beden algıları üzerinde tartışmasız oldukça ciddi etkileri olmaktadır. Sosyal medyada “kusursuz beden ” imgesi yoğun bir şekilde vurgulanmaktadır. Moda sektöründe çalışan modeller için belirlenen standardize edilmiş beden ölçülerinin çeşitli medya kanalları aracılığı ile sıkça kullanılması, bireylerde olması gereken beden imgesinin bu olduğu algısını yaratabilmektedir. Bu durum bireylerin kendi bedenlerini sürekli olarak “kusursuz” hale getirmeye çabalamalarına ya da beden algılarının olumsuz hale gelmesine

⁷¹ Ünsal Tazegül, **Spor Narsisizm ve Beden Algısı**, Detay Yayıncılık, 2018, s.45.

⁷² Morrison vd, "Obesity and the metabolic syndrome in children and adolescents" **New England Journal Of Medicine**, 2004, 350(23), 2362-2374, s.?

⁷³ Bengü Yanarca Uras, Body satisfaction and depression systems relationship among university students: The mediating of self esteem/ Beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisi: Özgüvenin bu ilişkide oynadığı aracı rol, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü, Ankara, 2004, s.92-99 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

neden olabilmektedir. Aynı zamanda bedenlerine daha fazla özen göstermeleri, daha sağlıklı beslenme eğilimi, bedensel aktivitelerde artış gibi bir takım olumlu etkiler gözlemlenmektedir.

Beden algısının değişimine sanat ve sanat tarihi açısından bakıldığında, tarihsel süreç boyunca insan bedeninin, sanat nesnesi olarak kabul edildiği görülmektedir. Ancak bu nesnenin niteliği ve anlayışı dönemler boyunca sürekli değişikliğe uğramaktadır. 21. yüzyılın ortalarında insan bedeninin olabilecek en gerçekçi formlarının sanat eserine aktarılması anlayışı yetersiz kalmaya başlamış, sanatçılar artık bedenün görünmeyen iç yüzünü ve tamamlayıcılarını da eserlerine yansıtmak istemişlerdir. Bu durum kalıpların yıkılması anlamına gelmektedir. Bu aşkınlık duygusu sonrası işler tersine dönmeye başlamış, insan bedenini sanat eserine aktarmak yerine bedeni direkt olarak bir sanat eserine dönüştürme düşüncesi gelişmeye başlamıştır. Bireylerin bedenleri üzerinde istedikleri gibi değişiklik yapma özgürlüğü ile, bedenün kimlik ve kişiliğin önemli bir parçası olduğu gerçeği vurgulanmıştır. Kısacası klasik sanatta beden bir sonuç olarak düşünülürken modern sanatta beden amaç haline dönüşmüştür. Bu durum beden algısının değişimi hakkında bize önemli bilgiler vermektedir.⁷⁴

Beden algısını etkileyen faktörler incelendiğinde; yaş grubu, cinsiyet, özsaygı gibi değişkenlerin ve toplumsal normların bireylerin beden algısı ile ilişkili olduğu görülmektedir. Bu faktörleri inceleyecek olursak;

Cinsiyet; beden algısı konusunda cinsiyetler arasındaki belirgin farklılıklar olduğu görülmektedir. Kadınlar erkeklere göre daha fazla olumsuz beden algısına sahiptirler. Bu durum bir çok farklı nedenden kaynaklanmaktadır. Medyanın kadınlar üzerindeki etkisi, kadınlar için ideal beden ölçülerinin fazlaca vurgulanması, toplumsal açıdan kadınların fiziksel kusurlarının erkeklere göre daha fazla göze batması ve fiziksel özellikleri nedeniyle hem hemcinsleri hem de karşı cins tarafından sıkça yargılanmaları gibi nedenler kadınların olumsuz beden algılarını beslemekte, toplumun ideal bedenine ulaşmak için yoğun bir baskı hissetmekte, bedenlerine olan hoşnutsuzlukları artmaktadır. Yapılan araştırmalar bu durumu destekler niteliktedir. Örsel ve arkadaşları tarafından 2004 yılında lise öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, daha zayıf olmak isteyen kız öğrencilerin oranı %43 iken, bu oran erkek öğrencilerde %18,3 olarak belirlenmiştir.⁷⁵

⁷⁴ Hülya Duru, 1950'den Sonra Sanatta İnsan Bedeni, Marmara Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, İstanbul, 2011 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷⁵ Sibel Örsel vd., "Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması", *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2004, 15(1), s.5-15.

Yaş grubu değişkeni açısından incelendiğinde, beden algısının en çok önem kazandığı yaş döneminin ergenlik dönemi olduğu görülmektedir. Yeme bozukluklarının ve beden üzerinde yapılan değişikliklerin(dövme, piercing, diyet vb.) ergenlik döneminde daha fazla görülmesi bu durumu destekler niteliktedir. Ayrıca yapılan araştırmalarda ergenlik dönemine erken ya da geç girilmesinin de beden algısını oldukça etkilediği görülmüştür. Akranlarına göre daha erken ergenliğe giren kızların beden algılarının daha olumsuz, bedenlerinden daha hoşnutsuz olmaya eğilimli, daha az özgüvenli oldukları belirlenmiştir. Bu durum erkek ergenlerde tam tersi şekilde işlemektedir.

Vücut ağırlığı açısından incelendiğinde, beden kitle endeksinin artışı olumsuz beden algısına neden olmaktadır. Obezite hastalarının beden algılarının olumsuz olduğu, sosyal çekilme gibi davranışlar geliştirdikleri ve depresyona yatkın oldukları tespit edilmiştir.⁷⁶ Yapılan araştırmalar sonucunda obezite ve diğer yeme bozukluğu hastalarında depresyonun sıklıkla görüldüğü belirlenmiştir.⁷⁷

Özsaygı açısından değerlendirildiğinde, düşük özsaygı düzeyine sahip olan bireylerin olumsuz beden algısına sahip oldukları görülmektedir.

Toplumsal ve kültürel normlar açısından değerlendirildiğinde, toplumun bireye empoze ettiği normlar doğrultusunda bireylerin beden algısı değişmektedir. Bireylerin ideal beden algısı; medyanın, yakın çevrenin, aile üyelerinin görüşleri ve özelliklerinden etkilenecek oluşmaktadır. Toplumsal ve kültürel normlar zaman zaman olması gereken sağlık ölçütlerinden daha önemli hale gelmektedir. Bireyler toplumsal kabulü sağlıklı olmaya tercih etmektedirler. Beden algısı olumsuz olan bireyler sağlık ölçütlerinin çok daha aşağısındaki ölçülere ve görünüşe sahip olmak istemektedirler.⁷⁸ Kültürel normlar kadınları erkeklerden daha fazla etkilemektedir.

4.2. BENLİK ALGISI

Benlik kavramı bireyin kendisine ait farkında olduğu tüm bilgilerin bütünüdür. Kişinin tutum, inanç, düşünce, kişilik yapısı, fiziksel görünüş ve sosyal duruşunu içermektedir. Benlik algısı ise, bireyin kendisi ile ilgili tutum, düşünce ve yaşantıların birleşimi ile oluşan kendi benliğine dair geliştirdiği bakış açısıdır.

⁷⁶ Pınar Hamurcu, Obez bireylerde benlik saygısı ve beden algısının değerlendirilmesi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 201, s.45-47 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷⁷ Cahit Erkul, Obezite ve depresyon arasındaki ilişki: Diyet polikliniğine başvuran obezite tanısı almış kişiler üzerinde bir araştırma, Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.14 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁷⁸ Gizem Gökçe, Lise öğrencilerinde benlik saygısı ve beden algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul, 2017, s.16 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

Benlik kavramı ilk kez William James tarafından 1878 yılında dile getirilmiştir. James benliği, bireyin kendisi hakkında ifade edebileceği her şeyin bütünü olarak açıklamıştır.⁷⁹ Benlik kavramını açıklarken, bilen ben ve bilinen ben olmak üzere iki bileşenden söz etmiştir. Bilen ben, çevresini gözlemleyip çıkarımlarda bulunan; bilinen ben ise çevresi tarafından algılanan kendilik olarak açıklanabilmektedir. James, bilinen ben kavramının üç ayrı bileşenden oluştuğunu belirtmiştir. Bunlar maddi, sosyal ve ruhsal benliktir. Maddi ben, bireyin bedensel görünüşü, çevresi, kullanıp sahip olduğu eşyaları kapsamaktadır. Sosyal ben; arkadaş ben, aile ben gibi çevresinin kendisi ile ilgili algılarıyla ilgilidir. Ruhsal ben ise bireyin ilgi, yetenek ve tutumlarını, tüm duygularını, isteklerini kapsamaktadır. Ayrıca benlik sürekli bir değişim içerisindedir.⁸⁰

Cooley ve Mead gibi sosyal etkileşimciler benlik gelişiminde sosyal çevrenin etkisi üzerinde durmuştur. Buna göre birey doğduğu andan itibaren çevresindeki insanlarla etkileşim halindedir ve benlik oluşumu onlardan kendisi hakkında edindiği bilgilerle sağlanmaktadır. Bu etkileşim sayesinde benlik üç basamakta gelişmektedir. İlk basamakta birey çevresine nasıl görüldüğü ile ilgilenmektedir. İkinci aşamada çevresindeki insanların onu nasıl gördüğü ile ilgili ilgilenmektedir. Son basamakta ise birey çevresinin onu algılamaları ile ilgili kendi değerlendirmelerini ve bu durumun duygusal dönütlerini oluşturmaktadır. Cooley benlik gelişimini açıklamak için 'ayna benlik' kavramını geliştirmiştir. Ayna benlik örneğine göre birey çevresindeki insanların onu algılama şekline göre süreç içerisinde kendi benlik algısını oluşturmaktadır. Ayna benlik kavramı üç bileşenden oluşmaktadır. Bunlardan ilki, bireyin kendi algısı, ikincisi bireyin hayatında önemli olan kişilerin onu nasıl değerlendirdiği ile ilgili algısı, üçüncüsü bireyin hayatındaki önemli kişilerin onu gerçekten nasıl değerlendirdikleri olarak açıklanmaktadır.⁸¹ Bu bakış açısına göre bireyin hayatındaki önemli kişilerin (ebeveynler, öğretmenler, yakın çevresi vb.) onun benlik gelişiminde son derece önemli görülmektedir.

Freud'un psikanalitik kuramı oluştururken geliştirdiği ego kavramı benlik kavramını karşılamaktadır. Ego, id ve süperego arasındaki dengeyi sağlayan mekanizmadır. Bireyin kişilik yapısının farkında olduğumuz ve gerçekçi tarafıdır.⁸²

Erikson'un psikososyal gelişim evreleri incelendiğinde, 0-1 yaş dönemini kapsayan temel güvene karşı güvensizlik evresinde benlik oluşumu başlar ve benlik

⁷⁹Hasan Bacanlı, *Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlamının Psikolojisi*, MEB Yayınları, Eğitim Dizisi, İstanbul, 1997, s. 14.

⁸⁰William James, *The Principles of Psychology*, 1890, 10. bölüm, s. 183-184..

⁸¹Ertuğrul Şahin, *Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma dayalı bir psikoeğitim programının ergenlerin benlik algısına etkisi*, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Doktora Tezi, Samsun, 2018, s.6. (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**).

⁸²Geçtan, a.g.e., 2005, s.32.

saygısının temelleri atılmaya başlanır. Ayrıca 12-18 yaş dönemini kimliğe karşı rol karmaşası evresinde de benlik saygısı kimlik gelişiminde etkili olmaktadır.

Bir bebek dünyaya geldiğinde, henüz kendisinin kendi “ben” olma durumunun farkında değildir. Dış dünya ile kendisini bir bütün olarak algılamaktadır. Bebek için benlik, kendisinden ayrı bir çevre olduğunu fark ettiğinde oluşmaya başlar. Bu noktada ebeveynlerin bebeğe sağladığı dönütler, onun benlik algısının oluşmasında son derece önemli görülmektedir. Birey büyümeye başladığında bu sürece akranları ve öğretmenleri dahil olmakta, onların kendisine olan yaklaşımları benlik gelişiminde etkili olmaktadır.

Birey ergenlik döneminde geldiğinde, kişilik yapılanması ve ailesinden bağımsız bir kimlik oluşturma kaygısındadır. Bu durum onun kendilik algısını da yeniden gözden geçirmesini, gerekirse yeniden yapılandırmasını gerekli kılmaktadır. Bu dönemde aileden bağımsızlaşma yolunda adımlar atılırken akran ilişkileri ön plana çıkmaya başlamaktadır. Bir akran grubuna dahil olmak, rol model oluşturma, ünlü ya da hayran olunan kişilerle özdeşim kurmak gibi tutum ve davranışlar ergenlerin benlik algısının gelişiminde önemli rol oynamaktadır.⁸³

Yetişkinlik dönemine gelindiğinde ise birey içsel süreçler ve çevresel etkenleri birleştirerek kendiliğine yönelik bir içgörü geliştirmiştir.⁸⁴ Kısacası bireyin benlik algısı netleşmiştir. Benlik gelişiminin günümüzde kalıtımsal ve çevresel etkenlerin birleşimi ile gerçekleştiği kabul edilmektedir.

Jung ise benliğin farkında olmayı, hayatın başlıca amacı olarak açıklamış ve kişiliğin tamamını oluşturan benliğin tanındığında bireyleşmedeki en üst noktaya ulaşıldığını belirtmiştir.⁸⁵

Tan, benlik kavramını açıklarken bireylerin benlik algılarının oluşumunda sosyal çevrenin önemine değinmiştir.⁸⁶

Benlik algısı, bireyin kendisini algılama şekli olduğu için son derece öznel bir kavramdır. Bireylerin benlik algısının oluşumunda onların zihinsel işleyişleri ve hayata bakış açıları etkili olmaktadır. Aydın, benlik kavramını bireylerin geçmiş

⁸³ Nurten Kımtar, “Üniversiteli Gençlerde Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma”, *Çankırı Karatekin Üniversitesi SBE Dergisi* 2(2), s. 39-60.

⁸⁴ Sevil Karadayı, “Ergenlik ve ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerde yaşam doyumu, psikolojik ihtiyaçlar ve benlik algısı”, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018, s.23 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

⁸⁵ Hatice Yiğit, “Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi”, *Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü*, 2010.

⁸⁶ Açılyay Sarıkaya, “14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki”, *İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*, 2015.

yaşantıları,gelecek planları ve bugünkü durumlarının zihindeki hali olarak açıklamıştır.⁸⁷

Rogers, benlik kavramını açıklarken kendilik kabulünün önemine değinmiştir. Bireylerin çevrenin de etkisiyle geliştirdikleri benlik imajlarının benlik algısının oluşumunda etkili olduğunu belirtmiştir.⁸⁸

Benlik kavramı; kişisel,sosyal ve ideal kendilik olmak üzere üç bileşende açıklandığında kişisel benlik bireyin kendisine ait algılarını, sosyal benlik bireyin dış dünya tarafından nasıl algılandığını düşüncesi, ideal benlik ise bireyin olmak istediği ulaşmak istediği benlik şeklinde tanımlanabilir. Bireyin ulaşmak istediği ideal benlik ile şu anda olduğunu düşündüğü kişisel benliği arasındaki fark ne kadar fazla olursa bireyin olumsuz bir benlik algısı geliştirme eğilimi o kadar fazla olacaktır. Bu noktada benlik saygısı kavramı da ön plana çıkmaktadır. Benlik saygısı; bireyin kendisinden hoşnut olma seviyesidir. Benlik saygısı yüksek insanlar, kendilerinden memnun ve benlik algıları olumlu iken; benlik saygısı düşük insanlar kendilerinden memnun olmayan, benlik algıları olumsuz özellikler göstermektedirler.

Rosenberg, benlik saygısı kavramı ile ilgili kapsamlı araştırmalar yapmıştır. Benlik saygısı kavramını; bireyin değerlilik hissi ve kendisine duyduğu sevgi ile ilgili olarak açıklamıştır.

Benlik saygısı psikolojik iyilik halinin en önemli göstergelerinden biridir. Bireyin benlik saygısının düşük olması ruh sağlığını olumsuz yönde etkilemekte, çeşitli rahatsızlıklara neden olabilmektedir. Düşük benlik saygısı bireylerde değersizlik hissinin artmasına, yalnızlık hissine, özgüven duygusunun eksikliğine,depresif ruh durumuna yol açabilmektedir.

Benlik saygısının gelişiminde ebeveynlerin çocuğa karşı gösterdikleri tutum ve davranışlar etkili olmaktadır. Ebeveynlerinden olumlu dönütler alan, değerli olduğu hissettirilen çocukların benlik saygılarının yüksek olduğu görülmektedir.⁸⁹ Benlik saygısı olumlu gelişmemiş bireylerde ise değersizlik hissi baskındır Bu durum sosyal ilişkiler, beden algısı gibi bir çok açıdan bireyin yaşantısını etkilemektedir.

⁸⁷ Betül Aydın, "Benlik Kavramı ve Ben Şemaları", *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1996,fy Setyayı:8, s.41-47.

⁸⁸Esra Aslan ,Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri, *Eğitim Bilimleri Dergisi*4.4, s. 7-14.

⁸⁹Linda T. Sanford and Mary Ellen Donovan, "Kadınlar ve Benlik Saygısı", (Çev: S. Kunt), *Ankara: HYB*, 1999.

4.3. BEDEN -SELF İLİŞKİSİ

Bireylerin benlik algıları ve benlik saygıları bir çok farklı değişken ile ilişkili olarak incelenmektedir. Bu değişkenlerden birisi de beden algısıdır. Bireyin benliği, beden algısı, benlik algısı ve mizacın birleşmesi sonucu oluşmaktadır. Bireylerin beden algısı onların benlik saygılarını doğrudan etkilemektedir. Yapılan araştırmalarda bu durumu destekler niteliktedir. Olumsuz beden algısına sahip olan bireylerin kendilik algılarının olumsuz benlik saygılarının düşük olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum benlik algıları olumsuz bireylerin beden algılarının olumsuz olma eğilimli olduğu şeklinde de geçerli olmaktadır. Bu iki kavram birbirini karşılıklı olarak etkilemektedir. Bazı durumlarda bireyin beden algısı olumlu ya da olumsuz benlik saygısının bir nedeni olabilirken; bazı durumlarda benlik saygısının düşük ya da yüksek olması beden algısının olumlu ya da olumsuz olmasını etkilemektedir. Beden algısı ve benlik algısı arasındaki ilişkinin bireyden bireye farklılık gösterdiği ve çeşitli değişkenlere göre değiştiği görülmektedir.

Estetik cerrahi ile ilgili işlem yaptırmak isteyen bireylerin psikososyal incelemesi yapıldığında benlik algıları ile beden algılarını birbirinden ayırtmakta zorlandıklarını ve benlik saygıları azaldığında bedensel bir müdahaleye ihtiyaç duydukları görülmüştür.⁹⁰ Yine estetik müdahale isteme nedenleri araştırıldığında beden imgesi bozukluğu, beden dismorfik bozukluk gibi beden ve kendilik algısındaki uyumsuzlukla ilgili bozukluklara sıklıkla rastlanmaktadır.

Bireylerin beden algısı ve benlik algılama biçimleri incelendiğinde, zaman zaman bu iki kavramdan birinin diğerinin nedeni olarak görüldüğü gözlemlenmektedir. Benlik algısının zihinsel süreci, beden algısı yolu ile sözel ve davranışsal olarak ifade edilebilmektedir. Birey kendisinin bedensel görünüşünü değerlendirmekte ve 'fazla zayıf', 'fazla kilolu' olma durumu değiştiğinde olumsuz benlik algısının da değişeceğine inanmaktadır. Günümüzde çeşitli medya kanalları tarafından beden imajının önemli olduğu özellikle vurgulanmaktadır. Estetik müdahale oranlarında her geçen yıl ciddi artışlar görülmektedir. Estetik ve güzellik merkezleri, spor ve sağlıklı yaşam merkezleri yaptıkları reklam kampanyalarında mutluluğu fit olmaya ve güzel görünmeye bağlayabilmektedir. 'Sosyal medya' kavramının hayatımıza girmesi ile birlikte, bireylerin fiziki görünüşüne yüklediği anlam ve verdiği önem artmıştır. Çünkü sanal dünyada varoluş öncelikle bedensel görünüş ile gerçekleşmekte, her birey kendi oluşturduğu 'kişisel vitrini' ile görünürlük sağlamaktadır. Son yıllarda hayatımıza giren en popüler kavramlardan olan 'selfie'

⁹⁰ Güner Küçükkaya, Estetik Cerrahide Ameliyat Öncesi Psikososyal Değerlendirmede Hemşirenin Rolü, *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*; 2(2), 2011, s.94-99.

ve Türkçesi 'özçekim' sözcükleri incelendiğinde 'self' ve 'öz' den türedikleri görülmektedir. Bireylerin kendi fotoğraflarını çekmeleri anlamına gelen bu kavramların aslında kendilik(self-öz) ile son derece ilgili olduğu görülmektedir.

Bireylerin beden-self ilişkisi kendilerini anlamlandırmalarında önemli görülmektedir. Bireylerin beden - self algıları onların sosyal ve psikolojik yönleri ile de ilişkilidir. Beden algısı bireylerin benlik saygısı ile ilintilidir ve bu iki kavram birbirini etkilemektedir. Bu etkileme durumu bireyler arasında farklılık gösterebilmektedir. Bireylerin beden algısının olumlu veya olumsuz olması, sosyal ilişkiler, özgüven, değerli hissetme, sosyal kabul gibi pek çok kavramı etkilemektedir. Yaş dönemi, cinsiyet gibi değişkenler arasında da beden-self ilişkisinin nasıl olduğu konusunda farklılıklar görülmektedir.

Literatür incelendiğinde beden-self ilişkisi ile ilgili yapılan araştırmaların oldukça sınırlı olduğu görülmüştür. Beden algısı ve benlik algısı kavramları birçok araştırmada değişken ya da araştırma konusu olarak kullanılmış olup, iki kavramı birleştiren beden-self ilişkisinin henüz araştırılmaya oldukça açık konumda olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın amaçlarından biri de beden self ilişkisinin farklı meslek gruplarındaki, yaş grubu, cinsiyet gibi değişkenler açısından gösterdiği farklılığın incelenmesidir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

5.1. ARAŞTIRMANIN MODELİ

Bu araştırma “tarama modeli” olarak tasarlanmıştır. “Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez”⁹¹

5.2. EVREN VE ÖRNEKLEM

Araştırmanın evrenini İstanbul ilinde yaşayan farklı meslek gruplarına (öğretmen, psikolojik danışman, polis, doktor, sporcu, avukat) mensup 18-65 yaş aralığındaki yetişkin bireyler oluşturmaktadır.

Araştırmada rastgele örneklem yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini rastgele örneklem yöntemi ile belirlenen farklı meslek gruplarından 298 çalışan birey oluşturmaktadır. Veri toplama araçları örnekleme online olarak uygulanmıştır.

5.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmada veri toplama aracı olarak Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE-40), Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği(SÖÖİTÖ) ve Çok Yönlü Beden Self İlişkileri Ölçeği kullanılmıştır. Ayrıca meslek, yaş aralığı ve cinsiyet değişkenlerine ulaşmak için kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

5.3.1. Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE)

Patolojik Narsisizm Envanteri (PNE), 2009 yılında Pincus vd. tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe’ye standardizasyonu 2016 yılında Aslı BÜYÜKGÜNGÖR tarafından yapılmıştır.⁹² Patolojik Narsisizm Envanteri 52 maddeden oluşmaktadır. Bu araştırmada envanterin 40 maddeden oluşan kısaltılmış versiyonu kullanılmıştır. Envanter, 40 betimleyici ifadeden oluşmaktadır.

⁹¹Niyazi Karasar, *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 2. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara, 2009, s.77.

⁹²Aslı Büyükgüngör, *The Turkish adaptation of the Pathological Narcissism Inventory*, Bahçeşehir University, Institute of Social Sciences, İstanbul, 2016 (**Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi**).

Bireyler her bir ifadenin kendisine ne ölçüde uyduğunu 6 dereceleme seçenekleri üzerinden değerlendirir.

5.3.2. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği(SÖÖİTÖ)

SL-Öfke Ölçeği ve Öfke Tarz Ölçeği, Spielberger ve arkadaşları tarafından İngilizce olarak 1980-1988 yılları arasında geliştirilmeye başlanmıştır.⁹³ Ölçeğin Türkçe'ye standardizasyonu ile ilgili ön çalışmalar ise 1994 yılında Kadir Özer tarafından yapılmıştır.

Ölçek iki bölümden ve toplam 34 maddeden oluşmaktadır. İlk bölüm 10 maddeden oluşmaktadır ve maddelerin bireyi ne kadar tanımladığı sorulmaktadır. "hiç" ve "tümüyle" arasında dört seçenekten birisinin işaretlenmesi istenmektedir. İkinci bölüm 24 maddeden oluşmaktadır ve "öfkeli olduğumda veya kızdığımda...." ifadesindeki boşluğa maddelerin ne ölçüde uygun olduğunun işaretlenmesi istenmektedir.

"Hiç tanımlamıyor" yanıtından 1, "Tümüyle tanımlıyor" yanıtından 4 puan elde edilmektedir. Ölçekten her bir alt test için 6 toplam puan elde edilmektedir. İlk 10 madde, sürekli öfke alt ölçeğini belirlemektedir, 13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31 no'lu maddelerin toplanmasıyla; öfke içte alt ölçeği puanı belirlenmektedir. 12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33 no'lu maddelerin toplanmasıyla; öfke dışı alt ölçeği puanı belirlenmektedir. Öfke kontrol alt ölçeğinin puanları ise 11, 14, 18, 21, 25, 28, 30 ve 34 no'lu maddelerin toplanmasıyla belirlenmektedir. Sürekli öfkeden alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin yüksek olduğunu; Kontrol öfke ölçeğindeki yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini; öfke-dışa ölçeğindeki yüksek puanlar, öfkenin daha rahat ifade ediliyor olduğunu ve öfke-içte ölçeğindeki yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış ve içte tutulduğunu olduğunu göstermektedir.⁹⁴

5.3.3. Çok Yönlü Beden Self İlişkileri Ölçeği

Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği-MBSRQ beden imgesi yapısının benlik-tutumsal yönlerini değerlendirmek için Winstead ve Cash tarafından 1984 yılında 140 maddelik bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Daha sonra kısaltılmış versiyonu geliştirilerek 57 maddelik son hali oluşturulmuştur. kendini değerlendirme ölçeğidir. Türkçeye uyarlanması ise 1992 yılında Doğan ve Doğan tarafından yapılmıştır.⁹⁵

Ölçekten toplam olarak en az 57, en çok 285 puan alabilir. Yüksek puanlar sağlıklı bir beden algısı ve yüksek kendilik imgesine işaret etmektedir.

⁹³ Özer Ak, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri ön çalışması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 1994, s.26-35.

⁹⁴ Ak, a.g.e., s.26-35.

⁹⁵ Orhan Doğan, Çok Yönlü Beden-Self İlişkileri Ölçeği El Kitabı. Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi Basımevi, Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, Sivas, 1992, s. 1-27.

5.3.4. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların meslek, yaş aralığı ve cinsiyet değişkenlerini belirlemek amacıyla bu üç değişkeni ve cevap seçeneklerini içeren form hazırlanmıştır.

5.4. VERİLERİN İSTATİSTİKSEL ANALİZİ

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama, standart sapma kullanılmıştır.

İki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farklılıkları belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analizi olarak Scheffe testi kullanılmıştır. Araştırmanın sürekli değişkenleri arasında pearson korelasyon ve regresyon analizi uygulanmıştır.

Araştırmada meslek gruplarına göre; değişkenlerin ortalamaları ise, Kovaryans analizi ile karşılaştırılmıştır.

ALTINCI BÖLÜM

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde, araştırma probleminin çözümü için, araştırmaya katılan çalışanların ölçekler yoluyla toplanan verilerin analizi sonucunda elde edilen bulgular yer almaktadır. Elde edilen bulgulara dayalı olarak açıklama ve yorumlar yapılmıştır.

Tablo 1. Tanımlayıcı Özelliklerin Dağılımı

Tablolar	Gruplar	Frekans(n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	117	39,3
	Kadın	181	60,7
	Toplam	298	100,0
Yaş	18-24	77	25,8
	25-35	139	46,6
	36-45	60	20,1
	45 üzeri	22	7,4
	Toplam	298	100,0
Meslek	Psikolojik Danışman	66	22,1
	Avukat	39	13,1
	Doktor	35	11,7
	Öğretmen	70	23,5
	Polis	40	13,4
	Sporcu	48	16,1
	Toplam	298	100,0

Çalışanlar cinsiyet değişkenine göre 117'si (%39,3) erkek, 181'i (%60,7) kadın olarak dağılmaktadır.

Çalışanlar yaş değişkenine göre 77'si (%25,8) 18-24, 139'u (%46,6) 25-35, 60'ı (%20,1) 36-45, 22'si (%7,4) 45 üzeri olarak dağılmaktadır.

Çalışanlar meslek değişkenine göre 66'sı (%22,1) psikolojik danışman, 39'u (%13,1) avukat, 35'i (%11,7) doktor, 70'i (%23,5) öğretmen, 40'ı (%13,4) polis, 48'i (%16,1) sporcu olarak dağılmaktadır.

6.1. NARSİSTİK YAPILANMA, ÖFKE İFADE TARZLARI VE BEDEN SELF İLİŞKİSİ PUAN ORTALAMALARI

Tablo 2. Öfke İfade Tarzları Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Sürekli Öfke	298	21,906	7,038	10,000	40,000
Kontrol Altına Alınmış Öfke	298	24,000	5,172	9,000	32,000
Dışa Vurulan Öfke	298	17,050	5,240	8,000	32,000
İçte Tutulan Öfke	298	18,416	4,913	8,000	32,000

Çalışanların “sürekli öfke” ortalaması $21,906 \pm 7,038$ (Min=10; Maks=40), “kontrol altına alınmış öfke” ortalaması $24,000 \pm 5,172$ (Min=9; Maks=32), “dışa vurulan öfke” ortalaması $17,050 \pm 5,240$ (Min=8; Maks=32), “içte tutulan öfke” ortalaması $18,416 \pm 4,913$ (Min=8; Maks=32), olarak saptanmıştır.

Tablo 3. Narsistik Yapılanma Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	298	2,099	0,879	0,170	4,500
İnsanları Sömürücülük	298	2,451	1,035	0,000	4,830
Özverili Kendini Geliştirme	298	2,823	0,927	0,000	5,000
Kendini Gizleme	298	2,137	1,012	0,200	5,000
Grandiyözfantazi	298	2,482	0,991	0,000	5,000
Kendini Azımsama	298	2,122	1,162	0,000	5,000
Yetkili Olma Öfkesi	298	2,056	1,044	0,000	4,600
Narsistik yapılanma genel	298	2,330	0,851	0,200	4,450

Çalışanların “koşullara dayalı kendilik saygısı” ortalaması $2,099 \pm 0,879$ (Min=0.17; Maks=4.5), “insanları sömürücülük” ortalaması $2,451 \pm 1,035$ (Min=0; Maks=4.83), “özverili kendini geliştirme” ortalaması $2,823 \pm 0,927$ (Min=0; Maks=5), “kendini gizleme” ortalaması $2,137 \pm 1,012$ (Min=0.2; Maks=5), “grandiyözfantazi” ortalaması $2,482 \pm 0,991$ (Min=0; Maks=5), “kendini azımsama” ortalaması $2,122 \pm 1,162$ (Min=0; Maks=5), “yetkili olma öfkesi” ortalaması $2,056 \pm 1,044$ (Min=0; Maks=4.6), “Narsistik yapılanma genel” ortalaması $2,330 \pm 0,851$ (Min=0.2; Maks=4.45), olarak saptanmıştır.

Tablo 4. Beden Self İlişkisi Puan Ortalamaları

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Görünüşü Değerlendirme	298	3,652	0,775	1,500	5,000
Görünüş Yönelimi	298	3,689	0,688	2,000	5,000
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	298	3,657	0,752	1,670	5,000
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	298	3,045	0,803	1,110	5,000
Sağlık Değerlendirmesi	298	3,595	0,745	1,170	5,000
Sağlık Yönelimi	298	3,272	0,691	1,360	5,000
Beden Alanlarından Doyum	298	3,592	0,804	1,000	5,000
Beden Self İlişkisi Toplam	298	198,044	31,162	113,000	270,000

Çalışanların “görünüşü değerlendirme” ortalaması $3,652 \pm 0,775$ (Min=1.5; Maks=5), “görünüş yönelimi” ortalaması $3,689 \pm 0,688$ (Min=2; Maks=5), “fiziksel yeterliği değerlendirme” ortalaması $3,657 \pm 0,752$ (Min=1.67; Maks=5), “fiziksel yeterlik yönelimi” ortalaması $3,045 \pm 0,803$ (Min=1.11; Maks=5), “sağlık değerlendirme” ortalaması $3,595 \pm 0,745$ (Min=1.17; Maks=5), “sağlık yönelimi” ortalaması $3,272 \pm 0,691$ (Min=1.36; Maks=5), “beden alanlarından doyum” ortalaması $3,592 \pm 0,804$ (Min=1; Maks=5), “beden self ilişkisi toplam” ortalaması $198,044 \pm 31,162$ (Min=113; Maks=270), olarak saptanmıştır.

6.2. NARSİSTİK YAPILANMA, ÖFKE İFADE TARZLARI VE BEDEN SELF İLİŞKİSİ ARASINDAKİ İLİŞKİLER

Bu bölümde Narsistik Yapılanma, Öfke İfade Tarzları ve Beden Self İlişkisi puanları arasında korelasyon ve regresyon analizlerine yer verilmektedir.

Tablo 5. Narsistik Yapılanma, Öfke İfade Tarzları ve Beden Self İlişkisi Puanları Arasında Korelasyon Analizi

		Süreklî Öfke	Kontrol Altına Alınmış Öfke	Dışa Vurulan Öfke	İçte Tutulan Öfke	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	İnsanları Sömürücülük	Özverili Kendini Geliştirme	Kendini Gizleme	Grandiyözfantazi	Kendini Azımsama	Yetkili Olma Öfkesi	Narsistik yapılanma genel	Görünüşü Değerlendirme	Görünüş Yönelimi	Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	Fiziksel Yeterlik Yönelimi	Sağlık Değerlendirme	Sağlık Yönelimi	Beden Alanlarında n Doymun	Beden Self İlişkisi	Totale						
Süreklî Öfke	r	1,000																										
	p	0,000																										
Kontrol Altına Alınmış Öfke	r	0,419*	1,000																									
	p	0,000	0,000																									
Dışa Vurulan Öfke	r	0,730*	0,426*	1,000																								
	p	0,000	0,000	0,000																								
İçte Tutulan Öfke	r	0,490*	0,001	0,362*	1,000																							
	p	0,000	0,989	0,000	0,000																							
Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	r	0,492*	0,239*	0,294*	0,394**	1,000																						
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000																						
İnsanları Sömürücülük	r	0,572*	-0,071	0,408*	0,426**	0,590**	1,000																					
	p	0,000	0,223	0,000	0,000	0,000	0,000																					
Özverili Kendini Geliştirme	r	0,498*	-0,114	0,330*	0,396**	0,566**	0,686**	1,000																				
	p	0,000	0,050	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000																				
Kendini Gizleme	r	0,495*	-0,099	0,306*	0,444**	0,649**	0,709**	0,663**	1,000																			
	p	0,000	0,090	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000																			
Grandiyözfantazi	r	0,493*	-0,123*	0,287*	0,375**	0,623**	0,686**	0,732**	0,704**	1,000																		
	p	0,000	0,034	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000																		
Kendini	r	0,516*	-0,087	0,286*	0,403**	0,639**	0,636**	0,608**	0,747**	0,801**	1,000																	
	p																											

Azımsama	p	*		*																	
		0,000	0,134	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000										
Yetkili Olma Öfkesi	r	0,550*	-0,141*	0,339*	0,494**	0,622**	0,653**	0,654**	0,713**	0,687**	0,734**	1,000									
	p	0,000	0,015	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000									
Narsistik yapılanma genel	r	0,609*	-0,145*	0,379*	0,491**	0,783**	0,840**	0,828**	0,868**	0,892**	0,872**	0,847**	1,000								
	p	0,000	0,012	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000								
Görünüşü Değerlendirme	r	0,045	0,108	0,158*	-0,070	-0,080	0,056	-0,027	-0,030	-0,008	-0,032	-0,042	-0,025	1,000							
	p	0,439	0,063	0,006	0,229	0,167	0,339	0,646	0,604	0,897	0,585	0,468	0,673	0,000							
Görünüş Yönelimi	r	0,167*	0,114*	0,096	0,116*	0,230**	0,280**	0,206**	0,200**	0,271**	0,216**	0,176**	0,269**	0,461**	1,000						
	p	0,004	0,048	0,097	0,046	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000	0,000						
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	r	0,079	0,112	0,185*	-0,080	-0,093	0,058	0,023	-0,022	-0,001	-0,016	-0,060	-0,016	0,747**	0,351**	1,000					
	p	0,172	0,053	0,001	0,168	0,110	0,317	0,697	0,701	0,983	0,778	0,301	0,788	0,000	0,000	0,000					
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	r	0,124*	0,100	0,109	-0,006	0,014	0,104	0,073	0,115*	0,137*	0,129*	0,078	0,112	0,470**	0,292**	0,617**	1,000				
	p	0,032	0,085	0,060	0,915	0,814	0,073	0,210	0,048	0,018	0,026	0,178	0,053	0,000	0,000	0,000	0,000				
Sağlık Değerlendirmesi	r	-	0,179*	-0,067	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0,535**	0,114	0,547**	0,444**	1,000			
	p	0,002	0,018	0,246	0,000	0,000	0,003	0,004	0,000	0,010	0,001	0,000	0,000	0,000	0,050	0,000	0,000	0,000			
Sağlık Yönelimi	r	-0,048	0,153*	-0,002	-0,093	-0,128*	-0,020	-0,060	-0,067	-0,009	-0,053	-0,118*	-0,072	0,509**	0,359**	0,517**	0,597**	0,413**	1,000		
	p	0,405	0,008	0,972	0,109	0,027	0,730	0,302	0,252	0,875	0,358	0,041	0,213	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000		
Beden Alanlarından Doyum	r	-0,038	-0,002	0,119*	-	-	-0,126*	-0,108	-	-0,146*	-	-	-	0,743**	0,281**	0,619**	0,362**	0,512**	0,400**	1,000	
	p	0,519	0,979	0,041	0,001	0,001	0,029	0,062	0,005	0,012	0,003	0,009	0,002	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
Beden Self İlişkisi Toplam	r	0,038	0,137*	0,114*	-0,096	-0,090	0,044	-0,002	-0,020	0,033	-0,009	-0,057	-0,013	0,842**	0,577**	0,825**	0,749**	0,650**	0,764**	0,750**	1,000
	p	0,518	0,018	0,048	0,100	0,120	0,447	0,975	0,729	0,575	0,880	0,324	0,825	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

*<0,05; **<0,01

Sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke, koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi, Narsistik yapılanma genel, görünüşü değerlendirme, görünüş yönelimi, fiziksel yeterliği değerlendirme, fiziksel yeterlik yönelimi, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi, beden alanlarından doyum, beden self ilişkisi toplam, arasında korelasyon analizleri incelendiğinde;

Kontrol altına alınmış öfke ile sürekli öfke arasında $r=-0.419$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Dışa vurulan öfke ile sürekli öfke arasında $r=0.73$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Dışa vurulan öfke ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.426$ negatif ($p=0,000<0.05$),

İçte tutulan öfke ile sürekli öfke arasında $r=0.49$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

İçte tutulan öfke ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.362$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Koşullara dayalı kendilik saygısı ile sürekli öfke arasında $r=0.492$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Koşullara dayalı kendilik saygısı ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.239$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Koşullara dayalı kendilik saygısı ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.294$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Koşullara dayalı kendilik saygısı ile içte tutulan öfke arasında $r=0.394$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

İnsanları sömürücülük ile sürekli öfke arasında $r=0.572$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

İnsanları sömürücülük ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.408$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

İnsanları sömürücülük ile içte tutulan öfke arasında $r=0.426$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

İnsanları sömürücülük ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.59$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile sürekli öfke arasında $r=0.498$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.114$ negatif ($p=0,050<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.33$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile içte tutulan öfke arasında $r=0.396$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.566$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Özverili kendini geliştirme ile insanları sömürücülük arasında $r=0.686$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile sürekli öfke arasında $r=0.495$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.306$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile içte tutulan öfke arasında $r=0.444$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.649$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile insanları sömürücülük arasında $r=0.709$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini gizleme ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.663$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile sürekli öfke arasında $r=0.493$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.123$ negatif ($p=0,034<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.287$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile içte tutulan öfke arasında $r=0.375$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.623$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile insanları sömürücülük arasında $r=0.686$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.732$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Grandiyöz fantazi ile kendini gizleme arasında $r=0.704$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile sürekli öfke arasında $r=0.516$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.286$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile içte tutulan öfke arasında $r=0.403$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.639$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile insanları sömürücülük arasında $r=0.636$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.608$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile kendini gizleme arasında $r=0.747$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Kendini azımsama ile grandiyöz fantazi arasında $r=0.801$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile sürekli öfke arasında $r=0.55$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.141$ negatif ($p=0,015<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.339$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile içte tutulan öfke arasında $r=0.494$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.622$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile insanları sömürücülük arasında $r=0.653$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.654$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile kendini gizleme arasında $r=0.713$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile grandiyöz fantazi arasında $r=0.687$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Yetkili olma öfkesi ile kendini azımsama arasında $r=0.734$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile sürekli öfke arasında $r=0.609$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=-0.145$ negatif ($p=0,012<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.379$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile içte tutulan öfke arasında $r=0.491$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.783$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile insanları sömürücülük arasında $r=0.84$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.828$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile kendini gizleme arasında $r=0.868$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile grandiyöz fantazi arasında $r=0.892$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile kendini azımsama arasında $r=0.872$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Narsistik yapılanma genel ile yetkili olma öfkesi arasında $r=0.847$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüşü değerlendirme ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.158$ pozitif ($p=0,006<0.05$),

Görünüş yönelimi ile sürekli öfke arasında $r=0.167$ pozitif ($p=0,004<0.05$),

Görünüş yönelimi ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=0.114$ pozitif ($p=0,048<0.05$),

Görünüş yönelimi ile içte tutulan öfke arasında $r=0.116$ pozitif ($p=0,046<0.05$),

Görünüş yönelimi ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=0.23$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile insanları sömürücülük arasında $r=0.28$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile özverili kendini geliştirme arasında $r=0.206$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile kendini gizleme arasında $r=0.2$ pozitif ($p=0,001<0.05$),

Görünüş yönelimi ile grandiyöz fantazi arasında $r=0.271$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile kendini azımsama arasında $r=0.216$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile yetkili olma öfkesi arasında $r=0.176$ pozitif ($p=0,002<0.05$),

Görünüş yönelimi ile Narsistik yapılanma genel arasında $r=0.269$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Görünüş yönelimi ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.461$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Fiziksel yeterliği değerlendirme ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.185$ pozitif ($p=0,001<0.05$),

Fiziksel yeterliği değerlendirme ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.747$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Fiziksel yeterliği değerlendirme ile görünüş yönelimi arasında $r=0.351$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile sürekli öfke arasında $r=0.124$ pozitif ($p=0,032<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile kendini gizleme arasında $r=0.115$ pozitif ($p=0,048<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile grandiyöz fantazi arasında $r=0.137$ pozitif ($p=0,018<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile kendini azımsama arasında $r=0.129$ pozitif ($p=0,026<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.47$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile görünüş yönelimi arasında $r=0.292$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Fiziksel yeterlik yönelimi ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasında $r=0.617$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile sürekli öfke arasında $r=-0.179$ negatif ($p=0,002<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=0.137$ pozitif ($p=0,018<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile içte tutulan öfke arasında $r=-0.205$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=-0.313$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile insanları sömürücülük arasında $r=-0.169$ negatif ($p=0,003<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile özverili kendini geliştirme arasında $r=-0.166$ negatif ($p=0,004<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile kendini gizleme arasında $r=-0.203$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile grandiyöz fantazi arasında $r=-0.15$ negatif ($p=0,010<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile kendini azımsama arasında $r=-0.184$ negatif ($p=0,001<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile yetkili olma öfkesi arasında $r=-0.244$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile Narsistik yapılanma genel arasında $r=-0.236$ negatif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.535$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile görünüş yönelimi arasında $r=0.114$ pozitif ($p=0,050<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasında $r=0.547$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık değerlendirmesi ile fiziksel yeterlik yönelimi arasında $r=0.444$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık yönelimi ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=0.153$ pozitif ($p=0,008<0.05$),

Sağlık yönelimi ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=-0.128$ negatif ($p=0,027<0.05$),

Sağlık yönelimi ile yetkili olma öfkesi arasında $r=-0.118$ negatif ($p=0,041<0.05$),

Sağlık yönelimi ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.509$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık yönelimi ile görünüş yönelimi arasında $r=0.359$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık yönelimi ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasında $r=0.517$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık yönelimi ile fiziksel yeterlik yönelimi arasında $r=0.597$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Sağlık yönelimi ile sağlık değerlendirmesi arasında $r=0.413$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.119$ pozitif ($p=0,041<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile içte tutulan öfke arasında $r=-0.196$ negatif ($p=0,001<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile koşullara dayalı kendilik saygısı arasında $r=-0.184$ negatif ($p=0,001<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile insanları sömürücülük arasında $r=-0.126$ negatif ($p=0,029<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile kendini gizleme arasında $r=-0.163$ negatif ($p=0,005<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile grandiyöz fantazi arasında $r=-0.146$ negatif ($p=0,012<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile kendini azımsama arasında $r=-0.172$ negatif ($p=0,003<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile yetkili olma öfkesi arasında $r=-0.152$ negatif ($p=0,009<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile Narsistik yapılanma genel arasında $r=-0.176$ negatif ($p=0,002<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.743$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile görünüş yönelimi arasında $r=0.281$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasında $r=0.619$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile fiziksel yeterlik yönelimi arasında $r=0.362$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile sağlık değerlendirmesi arasında $r=0.512$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden alanlarından doyum ile sağlık yönelimi arasında $r=0.4$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile kontrol altına alınmış öfke arasında $r=0.137$ pozitif ($p=0,018<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile dışa vurulan öfke arasında $r=0.114$ pozitif ($p=0,048<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile görünüşü değerlendirme arasında $r=0.842$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile görünüş yönelimi arasında $r=0.577$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasında $r=0.825$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile fiziksel yeterlik yönelimi arasında $r=0.749$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile sağlık değerlendirmesi arasında $r=0.65$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile sağlık yönelimi arasında $r=0.764$ pozitif ($p=0,000<0.05$),

Beden self ilişkisi toplam ile beden alanlarından doyum arasında $r=0.75$ pozitif ($p=0,000<0.05$) ilişki bulunmuştur.

Diğer değişkenler arasındaki ilişkiler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p>0.05$).



6.2.1. Narsistik Yapılanmanın Öfke İfade Tarzları Üzerine Etkisi

Tablo 6. Narsistik Yapılanmanın Sürekli Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sürekli Öfke	Sabit	10,173	10,753	0,000	174,291	0,000	0,368
	Narsistik yapılanma genel	5,036	13,202	0,000			

Narsistik yapılanma genel ile sürekli öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=174,291; p=0,000<0.05). Sürekli öfke düzeyindeki toplam değişim %36.8 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,368). Narsistik yapılanma genel sürekli öfke düzeyini arttırmaktadır (β =5,036).

Tablo 7. Narsistik Yapılanmanın Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Sabit	26,050	30,044	0,000	6,332	0,012	0,018
	Narsistik yapılanma genel	-0,880	-2,516	0,012			

Narsistik yapılanma genel ile kontrol altına alınmış öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=6,332; p=0,012<0.05). Kontrol altına alınmış öfke düzeyindeki toplam değişim %1.8 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,018). Narsistik yapılanma genel kontrol altına alınmış öfke düzeyini azaltmaktadır (β =-0,880).

Tablo 8. Narsistik Yapılanmanın Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Dışa Vurulan Öfke	Sabit	11,613	14,136	0,000	49,644	0,000	0,141
	Narsistik yapılanma genel	2,334	7,046	0,000			

Narsistik yapılanma genel ile dışa vurulan öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=49,644; p=0,000<0.05). Dışa vurulan öfke düzeyindeki toplam değişim %14.1 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,141). Narsistik yapılanma genel dışa vurulan öfke düzeyini arttırmaktadır (β =2,334).

Tablo 9. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
İçte Tutulan Öfke	Sabit	11,814	16,291	0,000	93,908	0,000	0,238
	Narsistik yapılanma genel	2,834	9,691	0,000			

Narsistik yapılanma genel ile içte tutulan öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=93,908; p=0,000<0.05). İçte tutulan öfke düzeyindeki toplam değişim %23.8 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,238). Narsistik yapılanma genel içte tutulan öfke düzeyini arttırmaktadır (β =2,834).

Tablo 10. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sürekli Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sürekli Öfke	Sabit	10,244	9,469	0,000	27,724	0,000	0,386
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	1,051	2,015	0,045			
	İnsanları Sömürücülük	2,077	4,165	0,000			
	Özverili Kendini Geliştirme	0,707	1,245	0,214			
	Kendini Gizleme	-0,458	-0,808	0,420			
	Grandiyöz fantazi	-0,488	-0,761	0,447			
	Kendini Azımsama	0,841	1,549	0,122			
	Yetkili Olma Öfkesi	1,350	2,626	0,009			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile sürekli öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=27,724; p=0,000<0.05). Sürekli öfke düzeyindeki toplam değişim %38.6 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır (R²=0,386). Koşullara dayalı kendilik saygısı sürekli öfke düzeyini arttırmaktadır (β =1,051). İnsanları sömürücülük sürekli öfke düzeyini arttırmaktadır (β =2,077). Özverili kendini geliştirme sürekli öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.214>0.05). Kendini gizleme sürekli öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.420>0.05). Grandiyöz fantazi sürekli öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.447>0.05). Kendini azımsama sürekli öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.122>0.05). Yetkili olma öfkesi sürekli öfke düzeyini arttırmaktadır (β =1,350).

Tablo 11. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Sabit	26,812	27,144	0,000	3,365	0,002	0,053
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-1,852	-3,888	0,000			
	İnsanları Sömürücülük	0,574	1,261	0,208			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,066	-0,128	0,898			
	Kendini Gizleme	0,252	0,487	0,627			
	Grandiyöz fantazi	-0,443	-0,756	0,450			
	Kendini Azımsama	0,689	1,391	0,165			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,509	-1,085	0,279			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile kontrol altına alınmış öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur ($F=3,365$; $p=0,002<0.05$). Kontrol altına alınmış öfke düzeyindeki toplam değişim %5.3 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır ($R^2=0,053$). Koşullara dayalı kendilik saygısı kontrol altına alınmış öfke düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-1,852$). İnsanları sömürücülük kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.208>0.05$). Özverili kendini geliştirme kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.898>0.05$). Kendini gizleme kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.627>0.05$). Grandiyöz fantazi kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.450>0.05$). Kendini azımsama kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.165>0.05$). Yetkili olma öfkesi kontrol altına alınmış öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.279>0.05$).

Tablo 12. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Dışa Vurulan Öfke	Sabit	11,280	11,990	0,000	9,242	0,000	0,163
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	0,359	0,791	0,430			
	İnsanları Sömürücülük	1,655	3,817	0,000			
	Özverili Kendini Geliştirme	0,509	1,031	0,303			
	Kendini Gizleme	-0,279	-0,566	0,572			
	Grandiyöz fantazi	-0,527	-0,946	0,345			
	Kendini Azımsama	0,057	0,121	0,904			
	Yetkili Olma Öfkesi	0,636	1,421	0,156			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile dışa vurulan öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=9,242; p=0,000<0.05). Dışa vurulan öfke düzeyindeki toplam değişim %16.3 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır (R²=0,163). Koşullara dayalı kendilik saygısı dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.430>0.05). İnsanları sömürücülük dışa vurulan öfke düzeyini arttırmaktadır (β =1,655). Özverili kendini geliştirme dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.303>0.05). Kendini gizleme dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.572>0.05). Grandiyöz fantazi dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.345>0.05). Kendini azımsama dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.904>0.05). Yetkili olma öfkesi dışa vurulan öfke düzeyini etkilememektedir (p=0.156>0.05).

Tablo 13. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
İçte Tutulan Öfke	Sabit	12,173	14,651	0,000	15,680	0,000	0,257
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	0,459	1,145	0,253			
	İnsanları Sömürücülük	0,569	1,485	0,139			
	Özverili Kendini Geliştirme	0,314	0,721	0,471			
	Kendini Gizleme	0,524	1,203	0,230			
	Grandiyöz fantazi	-0,477	-0,969	0,333			
	Kendini Azımsama	0,036	0,088	0,930			
	Yetkili Olma Öfkesi	1,452	3,675	0,000			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile içte tutulan öfke arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur ($F=15,680$; $p=0,000<0.05$). İçte tutulan öfke düzeyindeki toplam değişim %25.7 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır ($R^2=0,257$). Koşullara dayalı kendilik saygısı içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.253>0.05$). İnsanları sömürücülük içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.139>0.05$). özverili kendini geliştirme içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.471>0.05$). Kendini gizleme içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.230>0.05$). Grandiyöz fantazi içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.333>0.05$). Kendini azımsama içte tutulan öfke düzeyini etkilememektedir ($p=0.930>0.05$). Yetkili olma öfkesi içte tutulan öfke düzeyini arttırmaktadır ($\beta=1,452$).

6.2.2. Narsistik Yapılanmanın Beden Self İlişkisi Üzerine Etkisi

Tablo 14. Narsistik Yapılanmanın Görünüşü Değerlendirme Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Görünüşü Değerlendirme	Sabit	3,704	28,210	0,000	0,179	0,673	0,003
	Narsistik yapılanma genel	-0,022	-0,423	0,673			

Narsistik yapılanma genel ile görünüşü değerlendirme arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=0,179; p=0,673>0,050).

Tablo 15. Narsistik Yapılanmanın Görünüş Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Görünüş Yönelimi	Sabit	3,182	28,343	0,000	23,137	0,000	0,069
	Narsistik yapılanma genel	0,218	4,810	0,000			

Narsistik yapılanma genel ile görünüş yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=23,137; p=0,000<0.05). Görünüş yönelimi düzeyindeki toplam değişim %6.9 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,069). Narsistik yapılanma genel görünüş yönelimi düzeyini arttırmaktadır (β =0,218).

Tablo 16. Narsistik Yapılanmanın Fiziksel Yeterliği Değerlendirme Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	Sabit	3,689	28,974	0,000	0,073	0,788	0,003
	Narsistik yapılanma genel	-0,014	-0,269	0,788			

Narsistik yapılanma genel ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=0,073; p=0,788>0,050).

Tablo 17. Narsistik Yapılanmanın Fiziksel Yeterlik Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	Sabit	2,799	20,710	0,000	3,762	0,053	0,009
	Narsistik yapılanma genel	0,106	1,940	0,053			

Narsistik yapılanma genel ile fiziksel yeterlik yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=3,762; p=0,053>0,050).

Tablo 18. Narsistik Yapılanmanın Sağlık Değerlendirmesi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sağlık Değerlendirmesi	Sabit	4,077	33,250	0,000	17,479	0,000	0,053
	Narsistik yapılanma genel	-0,207	-4,181	0,000			

Narsistik yapılanma genel ile sağlık değerlendirme arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=17,479; p=0,000<0.05). Sağlık değerlendirme düzeyindeki toplam değişim %5.3 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,053). Narsistik yapılanma genel sağlık değerlendirme düzeyini azaltmaktadır (β =-0,207).

Tablo 19. Narsistik Yapılanmanın Sağlık Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sağlık Yönelimi	Sabit	3,409	29,199	0,000	1,559	0,213	0,002
	Narsistik yapılanma genel	-0,059	-1,249	0,213			

Narsistik yapılanma genel ile sağlık yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,559; p=0,213>0,050).

Tablo 20. Narsistik Yapılanmanın Beden Alanlarından Doyum Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Beden Alanlarından Doyum	Sabit	3,979	29,679	0,000	9,451	0,002	0,028
	Narsistik yapılanma genel	-0,166	-3,074	0,002			

Narsistik yapılanma genel ile beden alanlarından doyum arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur (F=9,451; p=0,002<0.05). Beden alanlarından doyum düzeyindeki toplam değişim %2.8 oranında Narsistik yapılanma genel tarafından açıklanmaktadır (R²=0,028). Narsistik yapılanma genel beden alanlarından doyum düzeyini azaltmaktadır (β =-0,166).

Tablo 21. Narsistik Yapılanmanın Beden Self İlişkisi Toplam Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Beden Self İlişkisi Toplam	Sabit	199,142	37,725	0,000	0,049	0,825	0,003
	Narsistik yapılanma genel	-0,472	-0,222	0,825			

Narsistik yapılanma genel ile beden self ilişkisi toplam arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=0,049; p=0,825>0,050).

Tablo 22. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Görünüşü Değerlendirme Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Görünüşü Değerlendirme	Sabit	3,726	24,554	0,000	1,212	0,296	0,005
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,118	-1,618	0,107			
	İnsanları Sömürücülük	0,164	2,340	0,200			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,059	-0,738	0,461			
	Kendini Gizleme	-0,030	-0,382	0,702			
	Grandiyöz fantazi	0,045	0,505	0,614			
	Kendini Azımsama	-0,014	-0,188	0,851			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,038	-0,528	0,598			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile görünüşü değerlendirme arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,212; p=0,296>0,050).

Tablo 23. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Görünüş Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Görünüş Yönelimi	Sabit	3,131	24,165	0,000	4,643	0,000	0,079
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	0,080	1,288	0,199			
	İnsanları Sömürücülük	0,149	2,491	0,013			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,034	-0,499	0,618			
	Kendini Gizleme	-0,045	-0,669	0,504			
	Grandiyöz fantazi	0,143	1,863	0,063			
	Kendini Azımsama	-0,009	-0,142	0,887			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,057	-0,931	0,353			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile görünüş yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur ($F=4,643$; $p=0,000<0,05$). Görünüş yönelimi düzeyindeki toplam değişim %7.9 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır ($R^2=0,079$). Koşullara dayalı kendilik saygısı görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,199>0,05$). İnsanları sömürücülük görünüş yönelimi düzeyini arttırmaktadır ($\beta=0,149$). Özverili kendini geliştirme görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,618>0,05$). Kendini gizleme görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,504>0,05$). Grandiyöz fantazi görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,063>0,05$). Kendini azımsama görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,887>0,05$). Yetkili olma öfkesi görünüş yönelimi düzeyini etkilememektedir ($p=0,353>0,05$).

Tablo 24. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Fiziksel Yeterliği Değerlendirme Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	Sabit	3,653	24,941	0,000	1,597	0,136	0,014
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,147	-2,076	0,387			
	İnsanları Sömürücülük	0,141	2,090	0,375			
	Özverili Kendini Geliştirme	0,056	0,733	0,464			
	Kendini Gizleme	-0,028	-0,363	0,717			
	Grandiyöz fantazi	-0,005	-0,057	0,955			
	Kendini Azımsama	0,042	0,571	0,569			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,102	-1,469	0,143			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile fiziksel yeterliği değerlendirme arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,597; p=0,136>0,050).

Tablo 25. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Fiziksel Yeterlik Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	Sabit	2,902	18,539	0,000	1,535	0,155	0,012
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,142	-1,878	0,061			
	İnsanları Sömürücülük	0,041	0,563	0,574			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,052	-0,635	0,526			
	Kendini Gizleme	0,065	0,793	0,428			
	Grandiyöz fantazi	0,115	1,240	0,216			
	Kendini Azımsama	0,058	0,743	0,458			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,029	-0,393	0,695			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile fiziksel yeterlik yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,535; p=0,155>0,050).

Tablo 26. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sağlık Değerlendirmesi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sağlık Değerlendirmesi	Sabit	4,095	29,394	0,000	5,261	0,000	0,091
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,268	-3,994	0,000			
	İnsanları Sömürücülük	0,021	0,320	0,750			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,002	-0,026	0,979			
	Kendini Gizleme	-0,005	-0,068	0,946			
	Grandiyöz fantazi	0,095	1,154	0,249			
	Kendini Azımsama	0,017	0,249	0,803			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,119	-1,797	0,073			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile sağlık değerlendirmesi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuştur ($F=5,261$; $p=0,000<0.05$). Sağlık değerlendirmesi düzeyindeki toplam değişim %9.1 oranında koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi tarafından açıklanmaktadır ($R^2=0,091$). Koşullara dayalı kendilik saygısı sağlık değerlendirmesi düzeyini azaltmaktadır ($\beta=-0,268$). İnsanları sömürücülük sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.750>0.05$). Özverili kendini geliştirme sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.979>0.05$). Kendini gizleme sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.946>0.05$). Grandiyöz fantazi sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.249>0.05$). Kendini azımsama sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.803>0.05$). Yetkili olma öfkesi sağlık değerlendirmesi düzeyini etkilememektedir ($p=0.073>0.05$).

Tablo 27. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Sağlık Yönelimi Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Sağlık Yönelimi	Sabit	3,416	25,421	0,000	1,770	0,093	0,018
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,128	-1,969	0,051			
	İnsanları Sömürücülük	0,070	1,133	0,258			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,046	-0,649	0,517			
	Kendini Gizleme	-0,003	-0,045	0,964			
	Grandiyöz fantazi	0,127	1,600	0,111			
	Kendini Azımsama	0,001	0,019	0,985			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,112	-1,757	0,080			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile sağlık yönelimi arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,770; p=0,093>0,050).

Tablo 28. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Beden Alanlarından Doyum Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Beden Alanlarından Doyum	Sabit	3,922	25,081	0,000	1,755	0,096	0,017
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-0,112	-1,490	0,137			
	İnsanları Sömürücülük	0,010	0,142	0,887			
	Özverili Kendini Geliştirme	0,042	0,506	0,613			
	Kendini Gizleme	-0,040	-0,486	0,628			
	Grandiyöz fantazi	-0,002	-0,018	0,985			
	Kendini Azımsama	-0,051	-0,654	0,513			
	Yetkili Olma Öfkesi	-0,019	-0,250	0,803			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile beden alanlarından doyum arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır (F=1,755; p=0,096>0,050).

Tablo 29. Narsistik Yapılanma Alt Boyutlarının Beden Self İlişkisi Toplam Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	β	t	p	F	Model (p)	R ²
Beden Self İlişkisi Toplam	Sabit	199,142	32,759	0,000	1,497	0,168	0,012
	Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	-6,084	-2,076	0,388			
	İnsanları Sömürücülük	4,669	1,666	0,097			
	Özverili Kendini Geliştirme	-0,965	-0,303	0,762			
	Kendini Gizleme	-0,640	-0,201	0,841			
	Grandiyöz fantazi	4,667	1,295	0,196			
	Kendini Azımsama	0,256	0,084	0,933			
	Yetkili Olma Öfkesi	-3,795	-1,313	0,190			

Koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi ile beden self ilişkisi toplam arasındaki neden sonuç ilişkisini belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmamıştır ($F=1,497$; $p=0,168>0,050$).

6.3. MESLEK GRUPLARINA GÖRE NARSİSİSTİK YAPILANMA ÖFKE İFADE TARZLARI İLİŞKİSİ

Araştırmada narsistik yapılanma puanları kontrol edilerek sürekli öfke puanlarının mesleğe göre farkı ANCOVA (Kovaryans Analizi) testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 30. Gruplara Göre Sürekli Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Sürekli Öfke Ortalama Puanları

Grup	Ortalama	Std. Sapma	Düzeltilmiş Ortalama
Psikolojik danışman	20,6667	6,11765	22,013
Avukat	22,2308	7,82527	20,605
Doktor	23,9714	7,39032	23,646
Öğretmen	20,3571	6,52539	21,180
Polis	21,8250	7,85081	22,357
Sporcu	24,1667	6,66312	22,230

Meslek grupları arasında sürekli öfke puanları arasındaki farkın anlamlılığı düzeltilmiş değerler (Adjusted means) üzerinden ANCOVA ile test edilmiştir. ANCOVA analizi öncesinde varyansların homojen olduğu saptanmış ($p=0,247>0,05$); regresyonların homojenliği test edildiğinde (meslek * Sürekli Öfke) regresyon doğrularının eğimleri eşit bulunmuştur ($p=0,345>0,05$).

Tablo 31. Narsistik Yapılanmanın Sürekli Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2p
Narsistik yapılanma	5007,311	1	5007,311	161,227	,000	
Meslek	222,799	5	44,560	1,435	,212	,024
Hata	9037,763	291	31,058			
Toplam	157716,000	298				

$R^2= 0,386$ (Düzeltilmiş $R^2= 0,373$)

Ancova analiz sonuçlarına göre düzeltilmiş sürekli öfke puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($F(5,291)=1,435$; $p=0,242>0,05$).

Araştırmada narsistik yapılanma puanları kontrol edilerek kontrol altına alınmış öfke puanlarının mesleğe göre farkı ANCOVA (Kovaryans Analizi) testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 32. Gruplara Göre Kontrol Altına Alınmış Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Kontrol Altına Alınmış Öfke Ortalama Puanları

Grup	Ortalama	Std. Sapma	Düzeltilmiş Ortalama
Psikolojik danışman	24,8333	4,59626	24,605
Avukat	24,2564	5,36910	24,532
Doktor	21,8571	5,09407	21,912
Öğretmen	24,4000	4,65755	24,261
Polis	23,6500	5,98524	23,560
Sporcu	23,9167	5,60332	24,245

Meslek grupları arasında kontrol altına alınmış öfke puanları arasındaki farkın anlamlılığı düzeltilmiş değerler (Adjusted means) üzerinden ANCOVA ile test edilmiştir. ANCOVA analizi öncesinde varyansların homojen olduğu saptanmış ($p=0,349>0,05$); regresyonların homojenliği test edildiğinde (meslek * Kontrol Altına Alınmış Öfke) regresyon doğrularının eğimleri eşit bulunmuştur ($p=0,614>0,05$).

Tablo 33. Narsistik Yapılanmanın Kontrol Altına Alınmış Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2p
Narsistik yapılanma	143,871	1	143,871	5,526	,019	
Meslek	202,995	5	40,599	1,559	,172	,026
Hata	7576,584	291	26,036			
Toplam	179594,000	298				
$R^2= 0,046$ (Düzeltilmiş $R^2= 0,027$)						

Ancova analiz sonuçlarına göre düzeltilmiş kontrol altına alınmış öfke puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur($F(5,291)=1,559$; $p=0,172>0,05$).

Araştırmada narsistik yapılanma puanları kontrol edilerek dışa vurulan öfke puanlarının mesleğe göre farkı ANCOVA (Kovaryans Analizi) testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 34. Gruplara Göre Dışa Vurulan Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş Dışa Vurulan Öfke Ortalama Puanları

Grup	Ortalama	Std. Sapma	Düzeltilmiş Ortalama
Psikolojik danışman	16,9545	4,77633	17,588
Avukat	16,7436	5,21495	15,979
Doktor	17,6571	6,23530	17,504
Öğretmen	15,8429	4,61452	16,230
Polis	17,5250	5,24765	17,775
Sporcu	18,3542	5,76670	17,588

Meslek grupları arasında dışa vurulan öfke puanları arasındaki farkın anlamlılığı düzeltilmiş değerler (Adjusted means) üzerinden ANCOVA ile test edilmiştir. ANCOVA analizi öncesinde varyansların homojen olduğu saptanmış ($p=0,248>0,05$); regresyonların homojenliğitest edildiğinde (meslek * Dışa Vurulan Öfke) regresyon doğrularının eğimleri eşit bulunmuştur($p=0,147>0,05$).

Tablo 35. Narsistik Yapılanmanın Dışa Vurulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2p
Narsistik yapılanma genel	1107,620	1	1107,620	47,145	,000	
meslek	146,283	5	29,257	1,245	,288	,021
Hata	6836,791	291	23,494			
Toplam	94787,000	298				
$R^2= 0,162$ (Düzeltilmiş $R^2= 0,144$)						

Ancova analiz sonuçlarına göre düzeltilmiş dışa vurulan öfke puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur($F(5,291)=1,245;p=0,288>0,05$).

Araştırmada narsistik yapılanma puanları kontrol edilerek içte tutulan öfke puanlarının mesleğe göre farkı ANCOVA (Kovaryans Analizi) testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 36. Gruplara Göre İçte Tutulan Öfke Ortalama Ve Düzeltilmiş İçte Tutulan Öfke Ortalama Puanları

Grup	Ortalama	Std. Sapma	Düzeltilmiş Ortalama
Psikolojik danışman	18,1061	4,96179	18,875
Avukat	18,9231	5,04394	17,995
Doktor	19,4000	5,76603	19,214
Öğretmen	18,0143	4,47373	18,484
Polis	17,1000	4,77064	17,404
Sporcu	19,3958	4,67105	18,290

Meslek grupları arasında içte tutulan öfke puanları arasındaki farkın anlamlılığı düzeltilmiş değerler (Adjusted means) üzerinden ANCOVA ile test edilmiştir. ANCOVA analizi öncesinde varyansların homojen olduğu saptanmış ($p=0,248>0,05$); regresyonların homojenliğit test edildiğinde (meslek * içte tutulan Öfke) regresyon doğrularının eğimleri eşit bulunmuştur($p=0,147>0,05$).

Tablo 37. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2p
Narsistik yapılanma	1634,284	1	1634,284	88,773	,000	,234
Meslek	84,712	5	16,942	,920	,468	,016
Hata	5357,208	291	18,410			
Toplam	108236,000	298				
$R^2= 0,253$ (Düzeltilmiş $R^2= 0,237$)						

Ancova analiz sonuçlarına göre düzeltilmiş içte tutulan öfke puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($F(5,291)=0,920$; $p=0,468>0,05$).

6.4. MESLEK GRUPLARINA GÖRE NARSİSTİK YAPILANMA BEDEN SELFİLİŞKİSİ

Araştırmada narsistik yapılanma puanları kontrol edilerek beden self ilişkisi puanlarının mesleğe göre farkı ANCOVA (Kovaryans Analizi) testi ile analiz edilmiştir.

Tablo 38. Gruplara Göre Beden Self İlişkisi Ortalama Ve Düzeltilmiş Beden Self İlişkisi Ortalama Puanları

Grup	Ortalama	Std. Sapma	Düzeltilmiş Ortalama
Psikolojik danışman	193,4545	26,81285	192,951
Avukat	197,0769	32,67575	197,685
Doktor	193,3714	31,67490	193,493
Öğretmen	196,1714	31,36830	195,864
Polis	200,7750	31,29962	200,576
Sporcu	209,0000	33,38684	209,724

Meslek grupları arasında beden self ilişkisi puanları arasındaki farkın anlamlılığı düzeltilmiş değerler (Adjusted means) üzerinden ANCOVA ile test edilmiştir. ANCOVA analizi öncesinde varyansların homojen olduğu saptanmış ($p=0,545>0,05$); regresyonların homojenliği test edildiğinde (meslek * Beden Self ilişkisi) regresyon doğrularının eğimleri eşit bulunmuştur ($p=0,654>0,05$).

Tablo 39. Narsistik Yapılanmanın İçte Tutulan Öfke Üzerine Etkisinde Meslek Farkına İlişkin Yapılan ANCOVA Testi Sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	η^2p
Narsistik yapılanma	700,452	1	700,452	,730	,394	
Meslek	9148,848	5	1829,770	1,907	,093	,032
Hata	279205,770	291	959,470			
Toplam	11976343,000	298				
$R^2= 0,032$ (Düzeltilmiş $R^2= 0,012$)						

Ancova analiz sonuçlarına göre düzeltilmiş içte tutulan öfke puanları arasındaki fark anlamlı bulunmuştur ($F(5,291)=1,907$; $p=0,093>0,05$).

6.5. ÖFKE İFADE TARZLARININ TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 40. Öfke İfade Tarzlarının Mesleğe Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Sürekli Öfke	Psikolojik Danışman	66	20,667	6,118	2,779	0,018	3>1 6>1 3>4 6>4
	Avukat	39	22,231	7,825			
	Doktor	35	23,971	7,390			
	Öğretmen	70	20,357	6,525			
	Polis	40	21,825	7,851			
	Sporcu	48	24,167	6,663			
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Psikolojik Danışman	66	24,833	4,596	1,706	0,133	
	Avukat	39	24,256	5,369			
	Doktor	35	21,857	5,094			
	Öğretmen	70	24,400	4,658			
	Polis	40	23,650	5,985			
	Sporcu	48	23,917	5,603			
Dışa Vurulan Öfke	Psikolojik Danışman	66	16,955	4,776	1,543	0,177	
	Avukat	39	16,744	5,215			
	Doktor	35	17,657	6,235			
	Öğretmen	70	15,843	4,615			
	Polis	40	17,525	5,248			
	Sporcu	48	18,354	5,767			
İçte Tutulan Öfke	Psikolojik Danışman	66	18,106	4,962	1,478	0,197	
	Avukat	39	18,923	5,044			
	Doktor	35	19,400	5,766			
	Öğretmen	70	18,014	4,474			
	Polis	40	17,100	4,771			
	Sporcu	48	19,396	4,671			

Mesleğe göre sürekli öfke anlamlı farklılık göstermektedir ($F=2,779$; $p=0,018<0.05$). Farkın nedeni; mesleği doktor olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=23,971$), mesleği psikolojik danışman olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=20,667$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=24,167$), mesleği psikolojik danışman olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=20,667$) yüksek olmasıdır. Mesleği doktor olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=23,971$), mesleği öğretmen olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=20,357$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların sürekli öfke puanlarının ($\bar{x}=24,167$), mesleği öğretmen olanların sürekli öfke puanlarından ($\bar{x}=20,357$) yüksek olmasıdır.

Çalışanların kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları meslek değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir($p>0.05$).

Tablo 41. Öfke İfade Tarzlarının Yaşa Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Sürekli Öfke	18-24	77	22,753	7,510	0,706	0,549
	25-35	139	21,698	6,992		
	36-45	60	21,817	7,034		
	45 üzeri	22	20,500	5,587		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	18-24	77	24,065	5,277	1,367	0,253
	25-35	139	23,676	5,136		
	36-45	60	25,067	5,155		
	45 üzeri	22	22,909	4,937		
Dışa Vurulan Öfke	18-24	77	17,507	5,911	1,158	0,326
	25-35	139	17,317	5,235		
	36-45	60	16,333	4,732		
	45 üzeri	22	15,727	3,782		
İçte Tutulan Öfke	18-24	77	19,156	5,003	0,964	0,410
	25-35	139	18,158	4,828		
	36-45	60	18,400	5,159		
	45 üzeri	22	17,500	4,416		

Çalışanların sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir($p>0.05$).

Tablo 42. Öfke İfade Tarzlarının Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Sürekli Öfke	Erkek	117	21,957	7,378	0,101	0,920
	Kadın	181	21,873	6,831		
Kontrol Altına Alınmış Öfke	Erkek	117	24,026	5,598	0,069	0,947
	Kadın	181	23,983	4,894		
Dışa Vurulan Öfke	Erkek	117	17,359	5,269	0,817	0,415
	Kadın	181	16,851	5,225		
İçte Tutulan Öfke	Erkek	117	18,376	4,934	-0,113	0,910
	Kadın	181	18,442	4,913		

Çalışanların sürekli öfke, kontrol altına alınmış öfke, dışa vurulan öfke, içte tutulan öfke puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

6.6. NARSİSTİK YAPILANMANIN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 43. Narsistik Yapılanmanın Mesleğe Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	Psikolojik Danışman	66	1,897	0,896	3,475	0,005	2>1
	Avukat	39	2,419	0,711			3>1
	Doktor	35	2,367	0,885			6>1
	Öğretmen	70	1,938	0,909			2>4
	Polis	40	1,975	0,961			3>4
	Sporcu	48	2,260	0,735			6>4
İnsanları Sömürücülük	Psikolojik Danışman	66	2,222	0,985	4,465	0,001	2>1
	Avukat	39	2,688	0,994			6>1
	Doktor	35	2,429	0,939			6>3
	Öğretmen	70	2,310	1,040			6>4
	Polis	40	2,229	1,183			2>5
	Sporcu	48	2,983	0,875			6>5
Özverili Kendini Geliştirme	Psikolojik Danışman	66	2,538	0,953	3,378	0,006	2>1
	Avukat	39	3,107	0,728			6>1
	Doktor	35	2,795	0,815			2>4
	Öğretmen	70	2,736	0,939			6>4
	Polis	40	2,813	1,115			
	Sporcu	48	3,142	0,805			
Kendini Gizleme	Psikolojik Danışman	66	1,885	0,999	4,399	0,001	2>1
	Avukat	39	2,456	1,047			6>1
	Doktor	35	2,126	0,887			6>3
	Öğretmen	70	1,971	1,076			2>4
	Polis	40	1,985	0,956			6>4
	Sporcu	48	2,600	0,854			2>5
Grandiyöz fantazi	Psikolojik Danışman	66	2,208	0,967	3,797	0,002	6>5
	Avukat	39	2,773	0,820			2>1
	Doktor	35	2,518	0,900			6>1
	Öğretmen	70	2,300	0,897			2>4
	Polis	40	2,471	1,227			6>4
	Sporcu	48	2,869	0,988			
Kendini Azımsama	Psikolojik Danışman	66	1,794	1,054	5,213	0,000	2>1
	Avukat	39	2,585	0,991			6>1
	Doktor	35	2,183	0,935			2>4
	Öğretmen	70	1,880	1,205			6>4
	Polis	40	1,975	1,335			2>5

	Sporcu	48	2,629	1,125			6>5
Yetkili Olma Öfkesi	Psikolojik Danışman	66	1,746	0,995	4,055	0,001	2>1
	Avukat	39	2,436	0,941			3>1
	Doktor	35	2,211	1,045			6>1
	Öğretmen	70	1,883	1,097			2>4
	Polis	40	1,955	1,180			6>4
	Sporcu	48	2,400	0,803			2>5
Narsistik yapılanma genel	Sporcu	48	2,400	0,803			6>5
	Psikolojik Danışman	66	2,063	0,840	5,423	0,000	2>1
	Avukat	39	2,652	0,738			6>1
	Doktor	35	2,394	0,694			2>4
	Öğretmen	70	2,167	0,873			6>4
	Polis	40	2,224	0,993			2>5
Sporcu	48	2,714	0,696	6>5			

Mesleğe göre koşullara dayalı kendilik saygısı anlamlı farklılık göstermektedir ($F=3,475$; $p=0,005<0,05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,419$), mesleği psikolojik danışman olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,897$) yüksek olmasıdır. Mesleği doktor olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,367$), mesleği psikolojik danışman olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,897$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,260$), mesleği psikolojik danışman olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,897$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,419$), mesleği öğretmen olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,938$) yüksek olmasıdır. Mesleği doktor olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,367$), mesleği öğretmen olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,938$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,260$), mesleği öğretmen olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,938$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,419$), mesleği polis olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,975$) yüksek olmasıdır. Mesleği doktor olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarının ($\bar{x}=2,367$), mesleği polis olanların koşullara dayalı kendilik saygısı puanlarından ($\bar{x}=1,975$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre insanları sömürücülük anlamlı farklılık göstermektedir ($F=4,465$; $p=0,001<0,05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların insanları sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,688$), mesleği psikolojik danışman olanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,222$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların insanları

sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,983$), mesleği psikolojik danışman olan insanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,222$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların insanları sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,983$), mesleği doktor olanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,429$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların insanları sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,983$), mesleği öğretmen olanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,310$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların insanları sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,688$), mesleği polis olanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,229$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların insanları sömürücülük puanlarının ($\bar{x}=2,983$), mesleği polis olanların insanları sömürücülük puanlarından ($\bar{x}=2,229$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre özverili kendini geliştirme anlamlı farklılık göstermektedir ($F=3,378$; $p=0,006<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların özverili kendini geliştirme puanlarının ($\bar{x}=3,107$), mesleği psikolojik danışman olanların özverili kendini geliştirme puanlarından ($\bar{x}=2,538$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların özverili kendini geliştirme puanlarının ($\bar{x}=3,142$), mesleği psikolojik danışman olanların özverili kendini geliştirme puanlarından ($\bar{x}=2,538$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların özverili kendini geliştirme puanlarının ($\bar{x}=3,107$), mesleği öğretmen olanların özverili kendini geliştirme puanlarından ($\bar{x}=2,736$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların özverili kendini geliştirme puanlarının ($\bar{x}=3,142$), mesleği öğretmen olanların özverili kendini geliştirme puanlarından ($\bar{x}=2,736$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre kendini gizleme anlamlı farklılık göstermektedir ($F=4,399$; $p=0,001<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,456$), mesleği psikolojik danışman olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,885$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,600$), mesleği psikolojik danışman olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,885$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,600$), mesleği doctor olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=2,126$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,456$), mesleği öğretmen olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,971$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,600$), mesleği öğretmen olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,971$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,456$), mesleği polis olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,985$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini gizleme puanlarının ($\bar{x}=2,600$), mesleği polis olanların kendini gizleme puanlarından ($\bar{x}=1,985$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre grandiyöz fantazi anlamlı farklılık göstermektedir($F=3,797$; $p=0,002<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların grandiyöz fantazi puanlarının ($\bar{x}=2,773$), mesleği psikolojik danışman olanların grandiyöz fantazi puanlarından ($\bar{x}=2,208$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların grandiyöz fantazi puanlarının ($\bar{x}=2,869$), mesleği psikolojik danışman olanların grandiyöz fantazi puanlarından ($\bar{x}=2,208$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların grandiyöz fantazi puanlarının ($\bar{x}=2,773$), mesleği öğretmen olanların grandiyöz fantazi puanlarından ($\bar{x}=2,300$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların grandiyöz fantazi puanlarının ($\bar{x}=2,869$), mesleği öğretmen olanların grandiyöz fantazi puanlarından ($\bar{x}=2,300$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre kendini azımsama anlamlı farklılık göstermektedir($F=5,213$; $p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,585$), mesleği psikolojik danışman olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,794$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,629$), mesleği psikolojik danışman olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,794$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,585$), mesleği öğretmen olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,880$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,629$), mesleği öğretmen olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,880$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,585$), mesleği polis olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,975$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların kendini azımsama puanlarının ($\bar{x}=2,629$), mesleği polis olanların kendini azımsama puanlarından ($\bar{x}=1,975$) yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre yetkili olma öfkesi anlamlı farklılık göstermektedir($F=4,055$; $p=0,001<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,436$), mesleği psikolojik danışman olanların yetkili olma öfkesi puanlarından ($\bar{x}=1,746$) yüksek olmasıdır. Mesleği doktor olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,211$), mesleği psikolojik danışman olanların yetkili olma öfkesi puanlarından ($\bar{x}=1,746$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,400$), mesleği psikolojik danışman olanların yetkili olma öfkesi puanlarından ($\bar{x}=1,746$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,436$), mesleği öğretmen olanların yetkili olma öfkesi puanlarından ($\bar{x}=1,883$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,400$), mesleği öğretmen olanların yetkili olma öfkesi

puanlarından ($\bar{x}=1,883$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların yetkili olma öfkesi puanlarının($\bar{x}=2,436$),mesleği polis olanların yetkili olma öfkesi puanlarından ($\bar{x}=1,955$)yüksek olmasıdır.Mesleği sporcu olanların yetkili olma öfkesi puanlarının ($\bar{x}=2,400$),mesleği polis olanların yetkili olma öfkesi puanlarından($\bar{x}=1,955$)yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre Narsistik yapılanma genel anlamlı farklılık göstermektedir($F=5,423$; $p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; mesleği avukat olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının ($\bar{x}=2,652$), mesleği psikolojik danışman olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından ($\bar{x}=2,063$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının($\bar{x}=2,714$),mesleği psikolojik danışman olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından ($\bar{x}=2,063$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının ($\bar{x}=2,652$), mesleği öğretmen olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından ($\bar{x}=2,167$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının ($\bar{x}=2,714$), mesleği öğretmen olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından ($\bar{x}=2,167$) yüksek olmasıdır. Mesleği avukat olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının($\bar{x}=2,652$),mesleği polis olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından($\bar{x}=2,224$)yüksek olmasıdır.Mesleği sporcu olanların Narsistik yapılanma genel puanlarının($\bar{x}=2,714$),mesleği polis olanların Narsistik yapılanma genel puanlarından ($\bar{x}=2,224$)yüksek olmasıdır.

Tablo 44. Narsistik Yapılanmanın Yaşa Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	18-24	77	2,136	0,896	0,186	0,906
	25-35	139	2,109	0,864		
	36-45	60	2,067	0,834		
	45 üzeri	22	1,992	1,066		
İnsanları Sömürücülük	18-24	77	2,394	1,068	1,028	0,380
	25-35	139	2,560	1,048		
	36-45	60	2,331	0,996		
	45 üzeri	22	2,296	0,929		
Özverili Kendini Geliştirme	18-24	77	2,803	0,892	0,751	0,522
	25-35	139	2,790	0,956		
	36-45	60	2,822	0,926		
	45 üzeri	22	3,106	0,887		
Kendini Gizleme	18-24	77	2,138	1,079	0,981	0,402
	25-35	139	2,226	1,055		
	36-45	60	1,973	0,797		
	45 üzeri	22	2,018	1,020		
Grandiyöz fantazi	18-24	77	2,529	0,979	0,148	0,931
	25-35	139	2,455	1,052		
	36-45	60	2,455	0,913		
	45 üzeri	22	2,558	0,896		
Kendini Azımsama	18-24	77	2,229	1,186	0,311	0,817
	25-35	139	2,094	1,189		
	36-45	60	2,053	1,104		
	45 üzeri	22	2,118	1,114		
Yetkili Olma Öfkesi	18-24	77	2,114	1,023	0,304	0,822
	25-35	139	2,003	1,046		
	36-45	60	2,060	1,019		
	45 üzeri	22	2,182	1,214		
Narsistik yapılanma genel	18-24	77	2,353	0,863	0,114	0,952
	25-35	139	2,339	0,878		
	36-45	60	2,273	0,790		
	45 üzeri	22	2,347	0,843		

Çalışanların koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi, Narsistik yapılanma genel puanları yaş değişkenine göre anlamlı farklılıkgöstermemektedir($p>0.05$).

Tablo 45. Narsistik Yapılanmanın Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Koşullara Dayalı Kendilik Saygısı	Erkek	117	2,118	0,875	0,303	0,762
	Kadın	181	2,087	0,883		
İnsanları Sömürücülük	Erkek	117	2,526	1,005	0,996	0,320
	Kadın	181	2,403	1,054		
Özverili Kendini Geliştirme	Erkek	117	2,880	0,911	0,854	0,394
	Kadın	181	2,086	1,050		
Grandiyözfantazi	Erkek	117	2,573	1,026	1,273	0,204
	Kadın	181	2,423	0,967		
Kendini Azımsama	Erkek	117	2,222	1,174	1,196	0,233
	Kadın	181	2,058	1,154		
Yetkili Olma Öfkesi	Erkek	117	2,133	0,984	1,023	0,307
	Kadın	181	2,007	1,081		
Narsistik yapılanma genel	Erkek	117	2,400	0,839	1,150	0,251
	Kadın	181	2,284	0,858		

Çalışanların koşullara dayalı kendilik saygısı, insanları sömürücülük, özverili kendini geliştirme, kendini gizleme, grandiyöz fantazi, kendini azımsama, yetkili olma öfkesi, Narsistik yapılanma genel puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

6.7. BEDEN SELF İLİŞKİSİNİN TANIMLAYICI ÖZELLİKLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Tablo 46. Beden Self İlişkisinin Mesleğe Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Görünüşü Değerlendirme	Psikolojik Danışman	66	3,674	0,634	0,635	0,673	
	Avukat	39	3,671	0,731			
	Doktor	35	3,500	0,763			
	Öğretmen	70	3,629	0,816			
	Polis	40	3,604	0,780			
	Sporcu	48	3,792	0,932			
Görünüş Yönelimi	Psikolojik Danışman	66	3,753	0,612	2,403	0,037	6>3
	Avukat	39	3,808	0,684			6>4
	Doktor	35	3,537	0,680			6>5
	Öğretmen	70	3,574	0,697			
	Polis	40	3,545	0,729			
	Sporcu	48	3,902	0,699			
	Psikolojik Danışman	66	3,442	0,798			5>1
	Avukat	39	3,727	0,692			6>1
	Doktor	35	3,467	0,693			

Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	Öğretmen	70	3,619	0,718	3,735	0,003	5>3
	Polis	40	3,808	0,728			6>3
	Sporcu	48	3,965	0,738			6>4
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	Psikolojik Danışman	66	2,721	0,729	6,599	0,000	3>1
	Avukat	39	2,977	0,853			4>1
	Doktor	35	3,044	0,835			5>1
	Öğretmen	70	3,033	0,784			6>1
	Polis	40	3,061	0,640			6>2
	Sporcu	48	3,551	0,767			6>3 6>4 6>5
Sağlık Değerlendirmesi	Psikolojik Danışman	66	3,505	0,740	0,909	0,475	
	Avukat	39	3,620	0,658			
	Doktor	35	3,457	0,808			
	Öğretmen	70	3,688	0,804			
	Polis	40	3,721	0,678			
	Sporcu	48	3,559	0,737			
Sağlık Yönelimi	Psikolojik Danışman	66	3,309	0,605	0,811	0,542	
	Avukat	39	3,100	0,759			
	Doktor	35	3,327	0,728			
	Öğretmen	70	3,253	0,671			
	Polis	40	3,239	0,710			
	Sporcu	48	3,377	0,737			
Beden Alanlarından Doyum	Psikolojik Danışman	66	3,480	0,799	1,976	0,082	
	Avukat	39	3,556	0,703			
	Doktor	35	3,495	0,904			
	Öğretmen	70	3,525	0,774			
	Polis	40	3,928	0,719			
	Sporcu	48	3,664	0,877			
Beden Self İlişkisi Toplam	Psikolojik Danışman	66	193,455	26,813	1,773	0,118	
	Avukat	39	197,077	32,676			
	Doktor	35	193,371	31,675			
	Öğretmen	70	196,171	31,368			
	Polis	40	200,775	31,300			
	Sporcu	48	209,000	33,387			

Mesleğe göre görünüş yönelimi anlamlı farklılık göstermektedir($F=2,403$; $p=0,037<0.05$). Farkın nedeni; mesleği sporcu olanların görünüş yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,902$), mesleği doktor olanların görünüş yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,537$)yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların görünüş yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,902$), mesleği öğretmen olanların görünüş yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,574$) yüksek olmasıdır.Mesleği sporcu olanların görünüş yönelimi puanlarının($\bar{x}=3,902$), mesleği polis olanların görünüş yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,545$)yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre fiziksel yeterliği değerlendirme anlamlı farklılık göstermektedir($F=3,735$; $p=0,003<0.05$). Farkın nedeni; mesleği polis olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,808$), mesleği psikolojik danışman olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,442$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,965$), mesleği psikolojik danışman olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,442$) yüksek olmasıdır. Mesleği polis olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,808$), mesleği doktor olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarından($\bar{x}=3,467$)yüksek olmasıdır.Mesleği sporcu olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,965$), mesleği doktor olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,467$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,965$), mesleği öğretmen olanların fizikselyeterliği değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,619$)yüksek olmasıdır.

Mesleğe göre fiziksel yeterlik yönelimi anlamlı farklılık göstermektedir($F=6,599$; $p=0,000<0.05$). Farkın nedeni; mesleği doktor olanların fizikselyeterlikyönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,044$), mesleği psikolojik danışman olanların fizikselyeterlikyönelimipuanlarından ($\bar{x}=2,721$)yüksek olmasıdır.Mesleğiöğretmen olanların fizikselyeterlikyönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,033$),mesleği psikolojikdanışman olanlarınfizikselyeterlikyönelimipuanlarından($\bar{x}=2,721$)yüksek olmasıdır.Mesleği polis olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,061$), mesleği psikolojik danışman olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=2,721$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanlarınfiziksel yeterlik yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,551$), mesleği psikolojik danışman olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=2,721$) yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,551$), mesleği avukat olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=2,977$)yüksek olmasıdır. Mesleğisporcuolanlarınfiziksel yeterlik yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,551$), mesleği doktor olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,044$)yüksek olmasıdır. Mesleği sporcu olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarının($\bar{x}=3,551$),mesleği öğretmen olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,033$)yüksek olmasıdır. Mesleğisporcuolanlarınfiziksel yeterlik yönelimi puanlarının ($\bar{x}=3,551$), mesleği polis olanların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=3,061$)yüksek olmasıdır.

Çalışanların görünüşü değerlendirme, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi, beden alanlarından doyum, beden self ilişkisi toplam puanları meslek değişikkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir($p>0.05$).

Tablo 47. Beden Self İlişkisinin Yaşa Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Görünüşü Değerlendirme	18-24	77	3,658	0,772	4,428	0,005	2>3 1>4 2>4
	25-35	139	3,778	0,722			
	36-45	60	3,517	0,839			
	45 üzeri	22	3,205	0,758			
Görünüş Yönelimi	18-24	77	3,864	0,667	2,596	0,053	
	25-35	139	3,657	0,671			
	36-45	60	3,605	0,716			
	45 üzeri	22	3,509	0,717			
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	18-24	77	3,574	0,873	2,083	0,103	
	25-35	139	3,772	0,624			
	36-45	60	3,544	0,855			
	45 üzeri	22	3,530	0,678			
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	18-24	77	3,090	0,904	0,400	0,753	
	25-35	139	3,062	0,783			
	36-45	60	2,946	0,776			
	45 üzeri	22	3,056	0,636			
Sağlık Değerlendirmesi	18-24	77	3,520	0,827	1,239	0,296	
	25-35	139	3,612	0,656			
	36-45	60	3,558	0,840			
	45 üzeri	22	3,856	0,679			
Sağlık Yönelimi	18-24	77	3,327	0,724	0,815	0,487	
	25-35	139	3,299	0,662			
	36-45	60	3,192	0,746			
	45 üzeri	22	3,128	0,598			
Beden Alanlarından Doyum	18-24	77	3,508	0,876	2,954	0,033	2>4
	25-35	139	3,706	0,741			
	36-45	60	3,578	0,851			
	45 üzeri	22	3,207	0,674			
Beden Self İlişkisi Toplam	18-24	77	199,117	33,347	1,350	0,258	
	25-35	139	200,734	27,992			
	36-45	60	193,600	36,117			
	45 üzeri	22	189,409	26,613			

Yaşa göre görünüşü değerlendirme anlamlı farklılık göstermektedir($F=4,428$; $p=0,005<0.05$). Farkın nedeni; yaşı 25-35 olanların görünüşü değerlendirme puanlarının ($\bar{x}=3,778$), yaşı 35-45 olanların görünüşü değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,517$) yüksek olmasıdır. Yaşı 18-24 olanların görünüşü değerlendirme puanlarının($\bar{x}=3,658$),yaşı 45 üzeri olanların görünüşü değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,205$) yüksek olmasıdır. Yaşı 25-35 olanların görünüşü değerlendirme puanlarının($\bar{x}=3,778$),yaşı 45 üzeri olanların görünüşü değerlendirme puanlarından

($\approx 3,205$) yüksek olmasıdır.

Yaşa göre beden alanlarından doyum anlamlı farklılık göstermektedir ($F=2,954$; $p=0,033 < 0.05$). Farkın nedeni; yaşı 25-35 olanların beden alanlarından doyum puanlarının ($\approx 3,706$), yaşı 45 üzeri olanların beden alanlarından doyum puanlarından ($\approx 3,207$) yüksek olmasıdır.

Çalışanların görünüş yönelimi, fiziksel yeterliği değerlendirme, fiziksel yeterlik yönelimi, sağlık değerlendirmesi, sağlık yönelimi, beden self ilişkisi toplam puanları yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p > 0.05$).



Tablo 48. Beden Self İlişkisinin Cinsiyete Göre Ortalamaları

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Görünüşü Değerlendirme	Erkek	117	3,677	0,775	0,438	0,662
	Kadın	181	3,636	0,777		
Görünüş Yönelimi	Erkek	117	3,611	0,707	-1,574	0,117
	Kadın	181	3,739	0,672		
Fiziksel Yeterliği Değerlendirme	Erkek	117	3,809	0,676	2,839	0,004
	Kadın	181	3,559	0,783		
Fiziksel Yeterlik Yönelimi	Erkek	117	3,203	0,678	2,764	0,004
	Kadın	181	2,943	0,860		
Sağlık Değerlendirmesi	Erkek	117	3,734	0,656	2,607	0,007
	Kadın	181	3,506	0,786		
Sağlık Yönelimi	Erkek	117	3,262	0,620	-0,206	0,837
	Kadın	181	3,279	0,735		
Beden Alanlarından Doyum	Erkek	117	3,703	0,723	1,919	0,056
	Kadın	181	3,521	0,847		
Beden Self İlişkisi Toplam	Erkek	117	201,462	29,174	1,526	0,128
	Kadın	181	195,834	32,268		

Çalışanların Cinsiyete Göre fiziksel yeterliği değerlendirme puanları anlamlı farklılık göstermektedir($t_{(296)}=2.839$; $p=0.004<0,05$). Erkeklerin fiziksel yeterliği değerlendirme puanları ($\bar{x}=3,809$), kadınların fiziksel yeterliği değerlendirme puanlarından ($\bar{x}=3,559$) yüksek bulunmuştur.

Çalışanların Cinsiyete Göre fiziksel yeterlik yönelimi puanları anlamlı farklılık göstermektedir($t_{(296)}=2.764$; $p=0.004<0,05$). Erkeklerin fiziksel yeterlik yönelimi puanları ($\bar{x}=3,203$), kadınların fiziksel yeterlik yönelimi puanlarından ($\bar{x}=2,943$) yüksek bulunmuştur.

Çalışanların Cinsiyete Göre sağlık değerlendirmesi puanları anlamlı farklılık göstermektedir($t_{(296)}=2.607$; $p=0.007<0,05$). Erkeklerin sağlık değerlendirmesi puanları ($\bar{x}=3,734$), kadınların sağlık değerlendirmesi puanlarından ($\bar{x}=3,506$) yüksek bulunmuştur.

Çalışanların görünüşü değerlendirme, görünüş yönelimi, sağlık yönelimi, beden alanlarından doyum, beden self ilişkisi toplam puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Elde edilen bulgular çerçevesinde, narsistik yapılanmanın genel sürekli öfke düzeyini arttırdığı görülmektedir. Benzer şekilde, narsistik yapılanma dışa vurulan öfke düzeyini de arttırmaktadır. Literatürde, saldırganlık ve narsisizm arasındaki korelasyon incelenirken benlik saygısı kavramı önemli bir değişken olarak değerlendirilebilmektedir.⁹⁶ “Narsisizm yüksek benlik saygısı mıdır?” sorusu ve buna verilen cevaplar uzunca bir süredir tartışılmaya devam edilmektedir. Bazı araştırmacılar benlik saygısının yüksek olmasını kişinin kendi bakış açısı ve sadece düşünceleriyle değerlendirirken; başka bir deyişle kişinin kendisini “iyi” hissetmesi olarak yorumlarken, narsisizm kavramını bundan farklı olarak diğer kişiler tarafından da “iyi ve değerli” görülme isteği olduğunu öne sürmektedirler.⁹⁷ Baumeister, Smart ve Boden (1996)’ın yapmış olduğu çalışmalarda yetişkin bireylerde saldırganlık ile ilişkili olan kavramın yüksek benlik saygısından ziyade benliğin tehdit edilmesi olduğu ileri sürülmektedir.⁹⁸

Yine beklendiği üzere narsistik yapılanmanın içte tutulan öfke düzeyini arttırdığı görülmektedir. “Narsisizm daha çok hangi saldırganlık türüyle ilişkilidir?” sorusunun yanıtı henüz net olarak verilebilmiş değildir. Tery ve Raskin (1988) Narsistik Kişilik Ölçeği’nden aldığı puan daha yüksek olan yetişkinleri genellikle daha gösterişçi, daha benmerkezci, daha baskın ve kendi istekleri doğrultusunda hareket eden kişiler olarak tanımlamaktadır.⁹⁹ Bu özellikleri bünyesinde barındıran birey, istediği ilgi ve statüyü elde etmek amacıyla saldırgan tutumu araç olarak kullanmaya itilebilmektedir. Narsistik özelliklerin saldırganlıkla ilişkili olduğunu öne süren Salmivalli (2001) saldırganlıkta sadece duruma özgü duyguların ve fizyolojik tepkilerin oluşmama ihtimalini de göz önünde bulundurmaktadır.¹⁰⁰ Salırgan davranışa sömürü, kendini ayrıcalıklı görme, empati yoksunluğu, büyülenmeci kişilik imgesini sürdürme gibi narsistik kişilik özelliklerinin yol açabileceğini vurgulamakta ve başka bireyler üzerinde baskın olmak ve kişisel amaçlara ulaşmak için saldırganlığı araç olarak kullanan kişilerin narsisizmi yüksek kişiler oldukları düşünülmektedir. Alan yazında bulunan narsistik davranışın saldırganlığı yordadığını gösteren çalışmalar bu görüşü desteklenmektedirler.¹⁰¹

⁹⁶ Diğdem Temel, *The role of perceived social problem solving, narcissism, self-esteem, and gender in predicting aggressive behaviors of high school students / Algılanan sosyal problem çözme, narsizm, benlik saygısı ve cinsiyetin lise öğrencilerinin saldırgan davranışlarını yordamadaki rolü*, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara, 2008, s.4 (**Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi**).

⁹⁷Christopher Barry vd., “The relation of narcissism and self-esteem to conduct problems in children: a preliminary investigation”, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 2003,32(1), s.139-152.

⁹⁸Roy Baumeister vd., “Relation of threatened egotism to violence and aggression: Thedarkside of high self-esteem.” *Psychological Review*, 1996,103(1), s. 5-33.

⁹⁹Robert Raskin ve Howart Terry, “A principal-component sanalysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity.” *Journal Personality and Social Psychology*, 1988, 54, s. 19-38.

¹⁰⁰Christina Salmivalli, “Feeling good about one self, being bad toothers? Remarks on self-esteem, hostility, and aggressive behavior.” *Aggressive and Violent Behavior*, 2001,6(4), s.375-393.

¹⁰¹Jason Washburn vd., “Narcissistic features in young adolescents: Relations to aggression and internalizing symptoms.”, *Journal of Youth and Adolescence*, 2004,33(3),s. 247-260.

Narsisist bireylerin, duygusal derinlik yaşamaları oldukça güçtür. Genellikle hafif yükselişler meydana gelse de duygu kısa süre içerisinde yok olmaktadır. Bununla birlikte, başka insanların karmaşık duygularını da anlamaktan yoksundurlar. İçten ve derin bir üzüntü yaşama; yas ve özlem duygularını yoğun şekilde hissetme gibi konularda narsisistik özellikleri baskın olmayan bireylere göre yetersiz kalabilmektedirler. Kişiliklerinin temel bir özelliği ise depresif tepkiler yaşayamıyor oluşlarıdır. Biri onları terk ettiğinde yahut sevdikleri birini kaybettiklerinde yüzeysel olarak depresif tepkiler gösteriyor olsalar da daha yakından yapılan bir inceleme ile bunun değer verilen kişiyi kaybetmekten doğan salt bir üzüntüden ziyade öfke ve gücenme duygularının kontrol isteği ile harmanlanmış hali olduğu görülebilmektedir.¹⁰²

Rhodewalt ve Morf (1998), narsisizm puanı daha yüksek olan bireylerin, başarısızlık geribildirimine düşük puan alan bireylerden daha fazla öfke ile yanıt verdiklerini saptamışlardır¹⁰³. Baumeister ve Bushman (1998)'in gerçekleştirmiş olduğu bir başka çalışmada ise performansları hakkında geri bildirim alan katılımcılara öfkelerini gösterme olanağı tanımıştır¹⁰⁴. Narsisistik puanları yüksek olan bireyler düşük olanlara oranla daha saldırgan bir tutum sergilemişlerdir. Tüm bu çalışmaları göz önünde bulundurarak yaptıkları çalışma neticesinde Robins ve Tracy (2004) narsisistlerin içsel öfkesinin altında daha güçlü bir gizil duygunun yattığını ve bu duyguların başında utanç duygusunun yer aldığını belirtmişlerdir¹⁰⁵. Saldırgan eylem, diğerlerini suçlama gibi girişimlerin temelde yatan duygularından uzak durmalarına yardımcı olan bir araç olduğu ifade edilmiştir. Öfke deneyimi ve ifadesi kırılgan narsisizm ile ilgili olarak değişkenlik gösterebilir. Benzer şekilde, Okada (2010), savunmasız/kırılgan narsistlerin saldırganlığa eğilim göstermedikleri halde düşmanlık ve öfkeye karşı önlem almada yüksek puan aldıkları dile getirilmiştir¹⁰⁶. Uzun vadede psikolojilerine zararı dokunabilecek olan öfkeleri açıkça ifade etme güdüsüne karşı koymuşlardır. Dolaylı saldırganlık ve savunmasız/kırılgan narsisizm arasındaki ilişkide öfke ve utanç rolünü araştırma amacıyla yürüttükleri çalışmada Ghim ve meslektaşları (2015), alan yazın ile uyumlu sonuçlar elde etmişlerdir¹⁰⁷.

Öfke ifade tarzlarının mesleğe göre ortalamaları incelendiğinde; sürekli öfke alt boyutunda anlamlı farklılaşma olduğu dikkat çekmektedir. Sporcu olanların sürekli öfke ortalamaları en yüksekken öğretmenlerin en düşüktür. Türkiye baz alındığında, Arman (2009)'ın yaptığı araştırma bize ilk ve ortaöğretim kademelerinde çalışan eğitimcilerin içe atılan ve dışa vurulan öfke ortalamalarının anlamlı farkları

¹⁰²Otto Kernberg, *Borderline Durumlar ve Patolojik Narsisizm* (Çev.,M. Atakay), Metis Yayınları, İstanbul,1999,s.42.

¹⁰³Frederick Rhodewalt, Carolyn Morf, "On self-aggrandizement an danger: a temporal analysis of narcissism and affective reactions to success and failure.", *Journal of Personality and Social Psychology*, 1998,74(3), 672-685.

¹⁰⁴Roy Baumeister, a.g.e.,1996.

¹⁰⁵Jessica Tracy, Richard Robins, " Puttingthe Self Into Self-Conscious Emotions: A Theoretical Model". *Psychological Inquiry*, 2004,15(2),s.103-125.

¹⁰⁶Reiko Okada, "The relationship between vulnerable narcissism and aggression in Japanese under graduate students." *Personality and Individual Differences*, 2010,49,s. 113-118.

¹⁰⁷Shung Chan Ghim et. al, "The relationship between covert narcissism and relation alaggression in adolescents: mediating effects of internalized shame and anger rumination. International ", *Journal of Information and EducationTechnology*, 2015,5(1),s. 21-26.

olmadığını akabinde öfke kontrol puanlarının ortalaması alındığında da görece bir farklılaşma bulunmadığını gösterir¹⁰⁸. Arman'ın yanı sıra Akmaz (2009) eğitim alanının farklı kademelerinde çalışan yöneticileri araştırma konusu edinmiş; Öfke Tarz ve Sürekli Öfke tutumlarının farklı olduğunu ortaya koymuştur¹⁰⁹. Akmaz'ın çalışması araştırmamızı destekler niteliktedir.

Johnson ve James (1983) yapmış oldukları çalışma ile bireysel spor dalları ile uğraşan katılımcıların takım sporcularına oranla daha gergin ve öfkeli olduklarını vurgulamış; gösterdikleri tepkisel özelliklerin takım oyuncularına kıyasla çok daha yüksek orana sahip olduğunu dile getirmişlerdir¹¹⁰. Tutkun ve arkadaşları (2010) tarafından yapılan çalışmada ise öfke kontrolü üzerinde durulmuş; takım sporları ile uğraşan katılımcıların, öfkesini kontrol edebilme yeteneğine diğer katılımcılara oranla daha fazla sahip oldukları sonucuna varılmıştır¹¹¹. Özbaydar (1983)'in yapmış olduğu çalışmada ise takım sporu yapanların aksine bireysel sporcuların çok daha içe dönük ve özgür düşünceye sahip bireyler oldukları saptanmıştır¹¹².

Öfke ifade tarzlarının yaşa, cinsiyete göre anlamlı farklılaşmadığı görülmüştür. Benzer şekilde narsistik yapılanmanın da yaş ve cinsiyete göre anlamlı değişmediği dikkat çekmektedir. Demirkasımoğlu (2009) yaptığı çalışmada kadın ve erkek eğitim yöneticileri ile öğretmenleri baz almış, öfkesini daha sık dile getiren bireylerin kadın yöneticiler olduğu sonucuna varmıştır¹¹³. Türkoğlu ve Ören (2011)'in yaptığı araştırma sonucunda ise öfke kontrolü konusunda erkeklerin kadınlardan daha başarılı olduğu saptanmıştır¹¹⁴. Bu araştırma örnekleri, çalışmanın bulguları ile tutarlılık göstermemektedir. Bu durum örneklem sayısı, örneklem çeşitliliği ya da meslek gruplarının özelliklerinden kaynaklanıyor olabilir.

Narsistik yapılanmanın mesleğe göre ortalamaları incelendiğinde; Koşullara Dayalı, Kendilik Saygısı, Yetkili Olma Öfkesi avukatlarda, İnsanları Sömürücülük, Özverili Kendini Geliştirme, Kendini Gizleme, Grandiyöz fantezi, Kendini Azımsama, Narsistik yapılanma genel puanları sporcularda daha yüksektir. Narsisizm bireyin performansını daima olumsuz yönde etkilememektedir. Narsisizme sahip sporcular, ancak başkalarından üstün olduklarını kanıtlayabildikleri ve onların hayranlıklarını kazandıkları ölçüde kendilerini değerli hissederler. Onlar için önem ifade eden sevmek ya da umursanmanın yanı sıra üstün olduklarını karşı tarafa ispat etmek ve

¹⁰⁸Emre Arman, İlköğretimde ve Ortaöğretimde Çalışan Öğretmenlerin Öfke İfade Biçimlerinin İncelenmesi, Atatürk Üniversitesi,Erzurum, 2009, **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

¹⁰⁹Akmaz, N., Eğitim Yöneticilerinin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2009 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

¹¹⁰James Weldon, David Johnson, "The Relationship Between Attitudes Towards Social Interdependence And Psychological Health Within Three Criminal Populations.", **Journal Of Social Psychology**, 1983,s.31-37.

¹¹¹Erkut Tutkun vd., "Takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin değerlendirilmesi.", **Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi**, 2010, 1(1), s.23-29.

¹¹²Sabri Özbaydar, **İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi**, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1983,s.55-57.

¹¹³Nihan Demirkasımoğlu, "İlköğretim Okulları Öğretmen Ve Yöneticilerinin Öfke Kaynakları, Öfkelerini İfade Etme Biçimleri ve Öfke Yönetimi Stratejilerine İlişkin Görüşleri",**Eğitim Bilimleri ve Uygulama**,2009, 8 (15), s.43-58.

¹¹⁴Nihal Ören ,Hayriye Türkoğlu , "Öğretmen Adaylarında Tükenmişlik", **Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2006,16,s. 65-75.

karşı tarafın hayranlığını kazanmak olduğundan dallarında en iyi oldukları hareketleri sergilemektedirler. Yarış esnasında daha ısrarcı ve savaşçı davranmalarının nedeni de benlik saygılarının başarısız performansları nedeniyle zedelenmesini önlemektir. Narsisist sporcular için kazanma güdüsü bir çok etkenin önüne geçebilmektedir. Bu amaç doğrultusunda zaman zaman etik dışı yollara başvurmaktan da çekinmedikleri görülebilmektedir.¹¹⁵. Sporcu için ürettiği şeylerden ziyade sahip oldukları önemlidir ve başarıları ile birlikte bunlarla da övünmektedir. Bu nedenle zenginlik ve bedensel güzellik gibi kavramlar da en az başarı kavramı kadar büyük önem teşkil etmektedir¹¹⁶.

Gülmez (2009) tarafından patolojik narsisizm, kişinin kendine ait olan özelliklerden nefret etmesi temeline dayandırılmıştır¹¹⁷. Güreş ve karate gibi karşılıklı temas gerektiren spor dallarında faaliyet gösteren sporcular ile jimnastik, yüzme gibi temas gerektirmeyen spor dallarında faaliyet gösteren sporcular arasında yapılan karşılaştırma sonucunda Sohrabi ve arkadaşları (2001) sporcuların narsisizm düzeyleri arasında büyük farklar olduğunu gösteren sonuçlara ulaşmışlardır¹¹⁸. Tazegül (2012) ise aynı branşta (halter) faaliyet gösteren sporcuları yaş gruplarına göre kategorize etmiş; 17 yaş grubundaki sporcuların 16 yaş grubundakilere oranla daha az narsisizm belirtisi gösterdiğini öne sürmüştür¹¹⁹.

Beden self ilişkisinin mesleğe göre ortalamaları incelendiğinde, görünüş yönelimi, fiziksel yeterliği değerlendirme ve fiziksel yeterlik yönelimi sporcularda daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Robinson ve Ferraro (2014) karmaşık faktörlerin kadın sporcuların beden imajını etkilediğini göstermektedir¹²⁰.Beden self ilişkisinin cinsiyete göre ortalamaları incelendiğinde, fiziksel yeterliği değerlendirme, fiziksel yeterlik yönelimi ve sağlık değerlendirmesi puanlarının kadınlarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu noktada Robinson'un çalışması araştırmamızı destekler niteliktedir. Milligan ve Pritchard (2006) da kadınlar için düzensiz yeme davranışlarının şu sırayla öngörüldüğünü göstermiştir: beden memnuniyetsizliği, benlik saygısı ve spor türü, erkekler için ise düzensiz beslenme davranışlarının sadece beden memnuniyetsizliği ile tahmin edildiği görülmüştür¹²¹. Dolayısıyla konu ile ilgili ayrıntılı çıkarımlarda bulunmak için daha fazla bilimsel çalışmaya ihtiyaç olduğu söylenebilir.

Beden self ilişkisinin yaşa göre ortalamaları incelendiğinde, görünüşü değerlendirme ve beden alanlarından doyum puanları 25-35 yaş arası grupta daha

¹¹⁵Jean M. Twenge, Campbell KW, *Asrın Vebası Narsisizm İleti*, 1.Basım, (Çev: Ö. Korkmaz) Kaknüs yayınları, İstanbul, 2010,s.11.

¹¹⁶Eric Fromm , *Sevginin ve Şiddetin Kaynağı*, 6. Baskı, (Çev: SalmanY, İçten N), Payel Yayınları, İstanbul, 1994, s.25.

¹¹⁷N. Gülmez, a.g.e.,2009,s.56.

¹¹⁸F. Sohrabi vd., "Psychological Profile of Athletes in Contact and Non-Contact Sports", *Middle-East Journal of Scientific Research*, 2011, 9 (5): s.638-644.

¹¹⁹Ünsal Tazegül," Comparison of narcissism Level of athletes in some branches", *International Journal of Sport Studie*, 2011, 1 (4): s. 168-179.

¹²⁰Kirsten Robinson, FR. Ferraro, "The relationship between types of female athletic participation and female body type". *J Psychol*. 2004; 138:s.115-128.

¹²¹Breeann Milligan ve M. Pritchard , "The Relationship between Gender, Type of Sport, Body Dissatisfaction, Self Esteem and Disordered Eating Behaviors in Division I Athletes.", *The online Journal of Sport Psychology*, 2006, (8) 1.,s.32-42.

yüksek olduğu belirlenmiştir. Beden imgesi hoşnutluğuna etki eden faktörler içerisinde; bireyin kendi düşünce, tutum ve algıları ile çevredekilerin olumlu-olumsuz geribildirimleri de sayılabileceğinden, birey yaş aldıkça fiziksel özelliklerine karşı oluşturduğu tutumun değişeceği öngörüsünde bulunulmuştur. Bu öngörü, Polce-Lynch ve arkadaşları(1998)'nin yapmış olduğu araştırma sonuçları ile uyum sağlamaktadır¹²². Fakat 2015 yılında Öngören'in yaptığı araştırma neticesinde, bireyin bedeni ile ilgili tavır, tutum ve düşüncelerinin yaş grubu ile bir bağlantısı olmadığı saptanmıştır¹²³. Buna karşın Demir'in 2017 yılında yaptığı çalışmada bireylerin yaşları ile kendilik algılarının doğru orantılı bir şekilde artış gösterdiği tespit edilmiştir.¹²⁴ Beden algısı ve yaş değişkeni ile ilgili farklı çalışmalarda farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Bu çalışmanın bulguları incelendiğinde, gelişim dönemleri açısından tutarlı sonuçlara ulaşıldığı düşünülmektedir. Genç yetişkinlik dönemi yaş grubunun beden doyumu yüksek olması adolesan ya da yaşlılık dönemleri ile kıyaslandığında öngörülebilir bir sonuç olarak görülmektedir.

Koşullara dayalı kendilik saygısı ile kontrol altına alınmış öfke arasında negatif ilişki saptanmıştır. Yarcheski, Mahon ve Hanks (2010) tarafından yapılan meta-analiz çalışmaları sonucunda rapor edilen bulgular ise, öfkenin en önemli yordayıcılarından birinin benlik saygısı olduğunu göstermektedir¹²⁵. Bu bulgulardan yola çıkılarak, öfke kontrolünü daha kolay hale getirebilecek şeylerden birinin benlik saygısı olduğu söylenebilir. Benlik saygısı, bireyin psikososyal uyumunun önemli belirtilerinden biridir. Kendilik değeri yüksek; özsaygısı gelişmiş ve kendini olumlu niteleyen bireylerin, yaşayabilecekleri olası pürüzler karşısında daha ılımlı tavır sergilemeleri, kendilerini daha iyi kontrol edebilmeleri ve daha ihtiyatlı bir tutum içerisinde bulunmaları muhtemeldir. Kendilik değeri ile birlikte; kişilerarası kurulan sağlıklı iletişim sonucu ortaya çıkan sosyal destek de öfke durumunun daha hafif yaşanmasına yol açabilmektedir.

Narsistik yapılanma genel beden alanlarından doyum düzeyini azaltmaktadır. Narsistik kişiliği tanımlamak için Kohut (1971) "empati kurma yoksunluğu, mizahi eksiklik, fiziksel özellikleri takıntı haline getirme, kendini diğer bireylerden üstün görme" gibi özellikleri kullanmıştır¹²⁶. Sonuç olarak vurgulanmalıdır ki, beden imgesi, çok boyutlu bir kavramdır. Kişinin vücuduyla ilgili çeşitli düşünce ve algılamalarını içine alan bu kavram, vücut imgemizin belleğimizde şekillenen bir resmi olarak da açıklanabilir¹²⁷¹²⁸. Beden algısı olumsuz bireylerin fiziksel özellikleri sebebiyle hayatlarına yeni insanlar almaktan çekindikleri, sosyalleşme girişimlerinde bulunmadıkları, insanların kendilerini görmesini istemedikleri ve sıklıkla

¹²²M. Polce Lynch vd., "Gender and Age Patterns in Emotional Expression, Body Image, and Self Esteem: A Qualitative Analysis. A Journal of Research", 1998,38(11): s.1025-1048.

¹²³Bülent Öngören, "Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi.", *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 2015,(34): s.25-45.

¹²⁴ Özge Demir, Yetişkin Bireylerde Kendilik Algısı ve Bağlanma Stillerinin Aleksitimi Üzerindeki Etkisi, Beykent Üniversitesi, İstanbul,2017, s. 58(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

¹²⁵Noreen E. Mahon vd., "A meta-analytic study of predictors of anger in adolescents.", *Nursing Research*,2010, 59(3), s.178-184.

¹²⁶Heinz Kohut, *The Analysis of The Self*, 9th Edition, International Universities Press: New York,1971.

¹²⁷A. Cohen, "Body image in the person with a stoma.", *J Enterostomal Ther*, 1991,18:s.68-71.

¹²⁸TF. Cash, " Body image: past, present, and future: Body Image",2004,1:s.1-5.

zamanlarının çoğunu evde geçirme eğiliminde oldukları bilinmektedir. Wagaman ve Asberg, 2010'da yapmış oldukları araştırma sonucunda kişinin duygularını düzenleyebilme seviyesinin düşüklüğü, beden imgesinin olumsuzluğu ve algıladığı stresin yüksekliği arasında anlam ifade eden bir ilişki olduğunu saptamışlardır¹²⁹. Örtten ve Atik (2008) bireyin beden imgesi olumsuzluğunun özgüven düşüklüğü üzerinde önemli bir etken olduğunu belirtirler¹³⁰. Bedenini beğenmemenin iyilik hali ile de ilişkili olduğu belirtilmektedir¹³¹. Bu sebeple hipotezlerin desteklenmiş olması anlamlıdır.

Bu araştırmada bireylerin kişiliklerinin narsistik yönünün derecesi ile öfke duygularının yaşama ve ifade etme biçimleri arasındaki ilişki, aynı zamanda beden-kendilik algılarının bu değişkenlerle olan ilişkisi incelenmiştir. Araştırma planlanırken yaş dönemi bağlamında daha kesitsel bir çalışma yapılmak istenmiş, ancak yeterli örneklem için zaman ve koşulların yeterli olmaması nedeni ile yaş değişkeni daha sınırlı bir kapsamda incelenmiştir. Farklı yaş dönemleri ile geniş kesitsel bir örneklem oluşturularak yapılacak bir araştırmanın literatüre önemli katkıları olacağı düşünülmektedir.

Literatür tarandığında; farklı meslekler ile ilgili çok sayıda araştırmanın mevcut olduğu görülmektedir. Ancak farklı meslek gruplarının çeşitli değişkenler açısından birbiri ile olası ilişkilerinin incelendiği çalışmalara pek rastlanmamıştır. Psikoloji, sosyoloji, sosyal psikoloji gibi alanlarda çalışmalar yapan uzmanların bu bağlamda yapacağı çalışmaların ışık tutacak önemli veriler sağlayacağı düşünülmektedir.

Öfke duygusunun nasıl yaşandığının birey ve toplum açısından önemi büyüktür. Fazlaca bastırılmış ve içte tutulan bir öfke bireye, belki de diğer insanlara zarar verebilecek bir saldırganlık davranışına dönüşecektir. İş hayatında da öfke duygusunun denetimi oldukça önem arz etmektedir. Çalışma arkadaşına ya da patronuna öfkeli bir bireyin onu ifade etme biçimi tüm kariyer hayatını etkileyebilmektedir. Mesleklerin getirmiş olduğu çalışma koşulları da öfke duygusunun düzeyini arttırabilmekte ya da ifade edilmiş tarzını etkileyebilmektedir. Bu bağlamda konunun önemli olduğu düşünülmüş ve nitekim çalışmada anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır. Konu hakkında daha çok bilgi edinebilmek adına daha çok çalışmaya ihtiyaç olduğuaçıktır.

Alan yazın incelendiğinde, beden-kendilik ilişkisi ile ilgili yapılan araştırma sayısının oldukça yetersiz olduğu görülmektedir. Günümüzde özellikle sosyal medya kavramının hayatımıza girmesi ile birlikte beden imgesinin ne derece önemli olduğu görülmektedir. Bireyler toplumun dayattığı bedensel kalıplara gerçek hayatta olmasa bile sanal platformlarda uydurmaya çalışmaktadırlar. Hatta sosyal platformlarda dönem dönem belirli beden kalıpları ön plana çıkarılmakta ve bu kalıplar o süreçte 'moda' olan bedenler olarak görülüp bireyler tarafından uyum sağlanmaya

¹²⁹K. Asberg , A. Wagaman , "Emotion regulation abilities and perceived stress as predictors of negative body image and problematic eating behaviors in emerging adults.", *American Journal of Psychological Research* , 2010;6:s.193-217.

¹³⁰Deniz Atı, T. Örtten, "İdeal beden imgesini oluşturan sosyal ve kurumsal faktörler ve bu idealin bireyler üzerindeki etkileri.", *Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi* ,2008; 25:s.17- 35.

¹³¹YZ Dökmen," Menopoz, beden imgesi ve ruh sağlığı.", *Türk Psikoloji Yazıları* , 2009; 12:s.41-55.

çalışılmaktadır. Tüm bunlar estetik operasyonların, beden üzerinde ufak ya da büyük çaplı çeşitli müdahalelerin son yıllarda patlama yaşamasını açıklar durumdadır. Bedenlerine yönelik bilinçli ya da bilinçdışı düşünceleri olumsuz olan bireyler, fiziksel ve ruhani varlıklarıyla ilgili çok çeşitli durumları olumsuz olarak nitelermekte ve olumlu yönlerini görmeyi reddetmektedirler. Mevcut olumsuz düşünceler ise afekt problemlerine sebep olabilmektedir. Bu durum, psikolojik semptomlarının ve karşılıklı ilişkilerdeki tutumlarının olumsuz olmasında etkili olan süreçler içerisinde değerlendirilebilir. Buradan hareketle, kişilik faktörleri, beden self algıları ve psikolojik semptomların ilişkisinin incelenmesiönemlidir.

Yukarıda bahsedilen durumlara karşı bir tepki olarak ortaya çıkan ‘beden olumlama hareketi’ ise bireylerin bedenlerini tüm kusur ya da eksiklik görülen özellikleri ile olduğu gibi sevmelerini, her bedenin güzel olduğunu, topluma dayatılan güzellik ve estetik kalıplarının gerçek dışı ya da yapay olduğunu vurgulamaktadır. Bütün bu süreç incelendiğinde beden imgesi ile ilgili tüm bu durumların aslında kendilik algımızla ilişkili olduğu ortadadır. Kendi bedenini beğenmeyen 20 yaşındaki bir genç kızın internetten bulduğu kendisine ve topluma göre ‘güzel’ olduğunu düşündüğü birinin fotoğraflarını kullanarak sahte bir sosyal medya hesabı kullanması, herhalde ki o kişinin kendilik algısı ile oldukça bağlantılı olsa gerek! Günümüzde sıklıkla yaşanan bu gibi durumların daha iyi anlamlandırılabilmesi açısından beden-kendilik ilişkisi ile ilgili daha fazla sayıda bilimsel çalışma yapılmasının gerekli olduğu düşünülmektedir.

Bundan sonraki çalışmalarda araştırmaya konu olan kavram başlıklarının farklı boyut ve değişkenlerle ele alınması önerilmektedir. Böylelikle literatüre önemli katkılar sağlanacak, ilgili kavramlar ile çalışan uzmanların yararlanması açısından faydalı olacaktır.

KAYNAKÇA

KİTAPLAR

ABİSEL Nilgün, **Nasıl Yaşıyor, Nasıl Düşünüyoruz? Türk Sinemasında Demokrasi Kavramının Gelişmesi içinde**. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları,1994.

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ, "**Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı(DSM-5) Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı**"ndan çev. KÖROĞLU E.,Hekimler Yayın Birliği,Ankara, 2013

ATAY Salim , **Çalışan Narsist**,1. Baskı. Namar Yayınları: İstanbul, 2010.

BACANLI Hasan, **Sosyal ilişkilerde benlik: Kendini Ayarlamının Psikolojisi**, MEB Yayınları, Eğitim Dizisi, İstanbul,1997.

CÜCELOĞLU Doğan, **İnsan ve Davranışı**, Remzi Kitabevi, İstanbul,1991.

ÇEVİK Abdülkadir,**Türk Milletine Başarı Gerekli**, Ankara: Dost Kitapevi,2010.

DİLSİZ Ahmet, TANGÖR Ataman, "**Kohut ve Kendilik Psikolojisi**", **Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları- Narsisistik Kişilik Bozukluğu**,İzmir, Ege Üniversitesi Basımevi,1996.

FREUD Sigmund, **Narsisizm Üzerine**, Oda yayınları,2018

FROMM Eric., **Sevginin ve Şiddetin Kaynağı**, 6. Baskı, (Çev: Salman Y, İçten N), Payel Yayınları, İstanbul, 1994.

GENÇTAN Engin, **Psikanaliz ve Sonrası**, Metis Yayınları, 2004.

GENÇTAN Engin, **Psikodinamik Psikiyatri ve Normaldışı Davranışlar**, 17. Basım, İstanbul: Yaylacık Matbaacılık Ltd., 2004.

GENTRY Doyle with BLOXHAM Gill, **Anger Management For Dummies**,John Wiley & Sons,2010.

GUIDANO Vittorio, GİONNİ Liotti, **Cognitive processes and emotional disorders**, 3rd ed. New York: The Guilford Press, 1986.

HASANOĞLU Alper, **İlişkilerin Günlük Hayatı**, İstanbul, Remzi Kitapevi,2013.

JAMES William , **The Principles of Psychology**, 1890.

KAYAALP M. Levent , "**Psikanaliz Buluşmaları 7 - Narsisizm**", Bağlam Yayıncılık,2013.

KERNBERG Otto, **Borderline Durumlar ve Patolojik Narsisizm** (Çev.,M. Atakay), Metis Yayınları, İstanbul,1999.

KOHUT Heinz , **The Analysis of The Self, 9th Edition**, International Universities Press: New York,1971.

ÖZBAYDAR Sabri, **İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi**, İstanbul, Altın Kitaplar Yayınevi, 1983.

SANFORD Linda, DONOVAN Mary Ellen, **"Kadınlar ve Benlik Saygısı"**, (Çev: S. Kunt), Ankara: HYB, 1999.

TAZEGÜL Ünsal, **Spor Narsisizm ve Beden Algısı**, Detay Yayıncılık,2018.

TWENGE Jean M, CAMPBELL Kate, **Asrın Vebası Narsisizm İleti**, 1.Basım, (Çev: Ö. Korkmaz) Kanküs yayınları, İstanbul, 2010.

TWENGE Jean M., **Ben Nesli-Bugünün Gençleri Niçin Bu Kadar Özgüvenli ve İddialı Fakat Bir O Kadar da Depresif ve Kaygılı**, 2009.

MAKALELER

AK Özer, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçekleri Ön Çalışması. **Türk Psikoloji Dergisi**, 9(31),1994,26-35.

ALINCAK Fikret, AY Seda, Üniversite Öğrencilerinin Beden Algısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi., **Uluslararası Türk Eğitim Bilimleri Dergisi**, 2017,12-18.

ASBERG Kia, WAGAMAN Audra, Emotion Regulation Abilities And Perceived Stress As Predictors Of Negative Body Image And Problematic Eating Behaviors In Emerging Adults, **American Journal of Psychological Research**,2010, 193-217.

ASLAN Esra, Benlik Kavramı ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri, **Eğitim Bilimleri Dergisi**,4.4,1992.

ATAY Salim , Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçeye Standardizasyonu, **Gazi Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**,2009,181-196.

ATİK Deniz, ÖRTEN T. İdeal Beden İmgisini Oluşturan Sosyal Ve Kurumsal Faktörler Ve Bu İdealin Bireyler Üzerindeki Etkileri, **Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi**,2008,331-358.

AVERİLL James R, Studies On Anger And Aggression: İmplications For Theories Of Emotion, **American Psychologist**, 38.11,1983,1145.

AYDIN Betül, "Benlik Kavramı ve Ben Şemaları", **Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi**, 1996,41-47.

BALKAYA Feza ve ŞAHİN Nesrin, Çok Boyutlu Öfke Ölçeği, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 2003, 192-202.

BARRY Christopher, FRICK Paul, KILIAN Amber, The relation of narcissism and self-esteem to conduct problems in children: a preliminary investigation, *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(1), 2003, 139-152.

BAUMEISTER Roy, SMART Laura, Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem, *Psychological Review*, 103(1), 1996, 5.

BOSTANCI Nihal, ÇOBAN Ş., Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri, *Kriz Dergisi*, Ankara, 2006, 9-18.

BROUCEK Francis, Shame and its relationship to early narcissistic developments, *The International Journal of Psychoanalysis*, 63(3), 1982, 369-378.

BUSHMAN Brad. J., BAUMEISTER Roy, Threatened Egotism, Narcissism, Self Esteem, And Direct And Displaced Aggression: Does Self-Love Or Self-Hate Lead To Violence?, *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 1998, 219.

CAMPBELL Keith, Eric Rudich ve Constantine Sedikides, Narcissism, Self Esteem, And The Positivity of Self-Views: Two Portraits of Self Love, *University of Southampton*, March, 2002, 358-368.

CASH Thomas, Body image: Past, Present And Future: Body Image, 1:1-5, 2004, 1-9.

CHEREJÍ Simona, PİNTEA Sebastian, The Relationship Of Anger And Cognitive Distortions With Violence In Violent Offenders' Population: A Meta-Analytic Review, *The European Journal of Psychology Applied to Legal Context*, 4(1), 2012.

COHEN Amira, Body Image In The Person With A Stoma, *J Enterostomal Ther*, 18, 1991, 68-71.

CUMMINGS E. Mark, VOGEL D., Children's Responses to Different Forms of Expression of Anger between Adults, *Child Development*, vol. 60, no. 6, 1989, 1392-1404.

DANIEL R. Ames, ROSE Paul, "The NPI-16 As A Short Measure of Narcissism", *Journal of Research in Personality*, Vol. 40, 2006, 440-450.

DEMİRKASIMOĞLU Nihan, İlköğretim Okulları Öğretmen Ve Yöneticilerinin Öfke Kaynakları, Öfkelerini İfade Etme Biçimleri ve Öfke Yönetimi Stratejilerine İlişkin Görüşleri, *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 8 (15) , 2009.

DÖKMEN YZ. Menopoz, Beden İmgesi Ve Ruh Sağlığı, *Türk Psikoloji Yazıları*; 12:, 2009, 41-55.

GHİM Sung Chan, CHOİ D., The Relationship Between Covert Narcissism And Relation Alaggression In Adolescents: Mediating Effects Of Internalized Shame And Angerrumination, **International Journal of Information and Education Technology**, 5(1),2015,21.

HART Peggy L., JOUBERT Charles, Narcissism and hostility, **Psychological Reports**, 79(1),1996,161-162.

JAMES Weldon, JOHNSON David ,The Relationship Between Attitudes Towards Social İnterdependence And Psychological Health Within Three Criminal Populations,**Journal Of Social Psychology**,1983,131-143.

KARAAZİZ Meryem, ATAK İrem, “Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme”, **Nesne**, 1(2),1983,44-59.

KİMTER Nurten, Üniversiteli Gençlerde Dindarlık İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma,**Çankırı Karatekin Üniversitesi SBE Dergisi**, 2(2),39-60.

MAHON Noreen, YARCHESKİ A., A Meta-Analytic Study Of Predictors Of Anger In Adolescents, **Nursing Research**, 59(3),2010,178-184.

MEİER Laurenz, SEMMER Norbert, Lack Of Reciprocity, Narcissism, Anger, And Instigated Workplace Incivility: A Moderated Mediation Model, **European Journal of Work and Organizational Psychology**, 22(4),2013, 461-475.

MİLLİGAN Breeann, PRİTCHARD Mary, The Relationship Between Gender, Type of Sport, Body Dissatisfaction, Self Esteem and Disordered Eating Behaviors in Division I Athletes, **The online Journal of Sport Psychology** (8) 1.,2006,32-46.

MORRİSON M.,”Obesity And The Metabolic Syndrome İn Children And Adolescents” **New England Journal Of Medicine**, 2004, 2362-2374.

OKADA Ryo, The Relationship Between Vulnerable Narcissism And Aggression İn Japenese Under Graduate Students, **Personality and Individual Differences**, 49, 2010,113-118.

ÖNGÖREN Bülent,Sosyolojik Açıdan Sağlıklı Beden İmgesi, **Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi**, 2015,25-45.

ÖREN Nihal, TÜRKÖĞLU Hayriye, Öğretmen Adaylarında Tükenmişlik, **Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 2006,16.

ÖRSEL Sibel, CANPOLAT Işık, Diyet Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Kendilik Algısı, Beden İmajı ve Beden Kitle İndeksi Açısından Karşılaştırılması, **Türk Psikiyatri Dergisi**, 2004.

ÖZLÜK Nuran, Psikanalitik Edebiyat Eleştirisi Açısından Gayya Mefhumunun Şiire Yansıması. **Turkish Studies**, 2013.

ÖZMEN Ahmet , Öfke: Kuramsal Yaklaşımlar Ve Bireylerde Öfkenin Ortaya Çıkmasına Neden Olan Etmenler, **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**, 39.1, 2006, 39-56.

PAPPS Benjamin P., O'CARROL Ronan. , Extremes Of Self-Esteem And Narcissism And The Experience And Expression Of Anger And Aggression. Aggressive Behavior: **Official Journal of the International Society for Research on Aggression**, 24(6),1998,421-438.

PHİLİPS Louise Helen, MİLNE A.B.,Age, Anger Regulation And Well-Being, **Aging and Mental Health**,10.3,2006,250-256.

POLCE Lynch M, MYERS B.J, Genderand Age Patterns in Emotional Expression, Body Image, and Self Esteem: A Qualitative Analysis, **A Journal of Research**, 38(11): 1998,1025-1048.

RASKİN Robert, HOWARD Terry, A Principal-Components Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence Of Its Construct Validity, **Journal Of Personality And Social Psychology**,1988,890.

RHODEWALT Frederick, MORF Carolyn, On Self-Aggrandizementan Danger: A Temporal Analysis Of Narcissism And Affective Reactions To Success And Failure,**Journal of Personality and Social Psychology**, 74(3), 1998,672.

ROBİNSON Kirsten, FERRARO Richard,The Relationship Between Types Of Female Athletic Participation And Female Body Type, **Journal Of Psycholy**, 2004,115-128.

RUIZ John M.,SMİTH Timothy, Distinguishing Narcissism And Hostility: Similarities and Differences İn Interpersonal Circumplex And Five-Factor Correlates, **Journal of Personality Assessment**, 76(3),2001,537-555.

SALMİVALLİ Christina, Feeling Good About One Self, Being Bad Toothers? Remarks On Self- Esteem, Hostility And Aggressive Behavior, **Aggressive And Violent Behavior**, 2001,375-393.

SOHRABİ Atashak, ALİLOO M., Psychological Profile of Athletes in Contactand Non-Contact Sports, **Middle-East Journal of Scientific Research**, 2011, 638-644.

STONE M. H., Normal Narcissism, İn E. F. Ronningstam (Ed), Disorders Of Narcissism: Diagnostic, Clinical, and Empirical Implications, **American Psychiatric Press**, Washington,1998.

TAZEGÜL Ünsal, Comparison Of Narcissims Level Of Athletes İn Somebranches, **International Journal of Sport Studie**, 2011,168-179.

TRACY Jessica L., ROBİNS Richard W., Putting the Self Into Self-Conscious Emotions: A Theoretical Model, **Psychological Inquiry**, 15(2),2004,103-125.

TUTKUN Erkut, ÇOBANOĞLU Güner Buket,Takım Sporları Ve Bireysel Sporlar Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin Değerlendirilmesi, **Spor ve**

Performans Araştırmaları Dergisi, 1(1),2010, 23-29.

WASHBURN Jason, MCMAHON M., Narcissistic Features In Young Adolescents: Relation Stoaggression And Internalizing Symptoms, **Journal Of Youth And Adolescence**, 2004,247-260.

WALLACE Harry, BAUMEISTER Roy; The Performance Of Narcissists Rises Of Falls With Perceived Opportunity for Glory, **Journal Of Personality And Social Psychology**,2002,819.

ZİYALAR Adnan, Beden İmajı Kavramı, **Yeni Sempozyum**,1-2; 1983,31-37.

TEZLER

AKMAZ Necati, Eğitim Yöneticilerinin Bağlanma Stilleri ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,İstanbul, 2009 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ARMAN E.,İlköğretimde ve Ortaöğretimde Çalışan Öğretmenlerin Öfke İfade Biçimlerinin İncelenmesi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü,Erzurum 2009 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

BÜYÜKBAYRAKTAR Çağla, Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2011(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

BÜYÜKGÜNGÖR Aslı,The Turkish Adaptation Of The Pathological Narcissism Inventory (PNI),İstanbul, 2016 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

DURU Hülya,1950'den Sonra Sanatta İnsan Bedeni, Marmara Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü, İstanbul, 2011(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ERGÜR Ece ve ERGÜR E.,Üniversite Öğrencilerinde Beden-Benlik Algısı İle Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki, Ege Üniversitesi,İzmir, 1996 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ERKUL Cahit , Obezite Ve Depresyon Arasındaki İlişki: Diyet Polikliniğine Başvuran Obezite Tanısı Almış Kişiler Üzerinde Bir Araştırma, Okan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, İstanbul, 2018 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÖKÇE Gizem, Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısı Ve Beden Algısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul,2017(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÜLEÇ Yeşim ,Ergenlerin Öfke Yaşantıları, Benlik Algıları Ve Akademik Başarı İlişkileri, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2002 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

GÜLMEZ N., Narsistik Liderlik Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2009 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

HAMURCU Pınar, Obez Bireylerde Benlik Saygısı Ve Beden Algısının Değerlendirilmesi, İstanbul Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul,2010 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

İMAMOĞLU Seval, Öğretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü , İstanbul,2003 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KARADAYI Seçil, Ergenlik ve ilk yetişkinlik dönemindeki bireylerde yaşam doyumu, psikolojik ihtiyaçlar ve benlik algısı,Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KARAGÜVEN Hülya Ünal,İş kazaları ile stres, kaygı ve öfke kavramları arasındaki ilişkinin incelenmesi: 9 Türk ve 2 İngiliz tekstil fabrikasında yapılan bir araştırma,İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı,1997 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

KISAÇ İbrahim, Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre sürekli öfke ve öfke ifade düzeyleri, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara,1997 **(Yayımlanmamış Doktora Tezi)**.

KİRAZ C., Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik eğilimleri ile Narsistik kişilik özellikleri. İstanbul: T.C. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Yüksek Lisans Programı,2011**(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KOCAKULA Özge, Narsistik ve Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluklarının Karar Sürecine Etkisi, Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın, 2012 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

KOCAMAN Fatma, Hekimlerin mobbing algıları ile öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkiler, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı,2018 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

MİLOVCHEVİCH Darryl, et al. "Sex and gender role differences in anger: An Australian community study, Personality and Individual differences 31.2,2001 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÖNEM Çağrı , Üniversite öğrencilerinin öfke ve öfkeyi ifade etme biçimlerinin akılcı olmayan inançlar ve bazı değişkenler açısından incelenmesi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Konya, 2010 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÖZ Fatma Selda ,Öfke yönetimi eğitiminin ergenlerde öfke ile başa çıkma ve iletişim becerilerine etkisi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı,İzmir, 2008 **(Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi)**.

ÖZMEN Ahmet, Seçim kuramına ve gerçeklik terapisine dayalı öfkeyle başa çıkma eğitim programının ve etkileşim grubu uygulamasının üniversite öğrencilerinin öfkeyle başa çıkma becerileri üzerindeki etkisi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı, Ankara, 2004 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**)

PENNEY L. ,Work place Incivility and Counter productive Work place Behavior (Cwb): What Is The Relationship And Does Personality Play A Role, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Psychology College of Arts and Sciences University of South Florida.,2002 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**)

SALT Kübra,Yetişkin kadınların tükettikleri besinler ile öfke ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi,Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beslenme ve Diyetetik Anabilim Dalı, 2018 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

SARIKAYA Açelya, "14-18 Yaş Arası Ergenlerin Benlik Saygısı ve Psikolojik Dayanıklılık Düzeyleri Arasındaki İlişki", İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2015(**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

SEZAN Turan, Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2016 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

ŞAHİN Ertuğrul, Akılcı duygusal davranışçı yaklaşıma dayalı bir psikoeğitim programının ergenlerin benlik algısına etkisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun, 2018 (**Yayımlanmamış Doktora Tezi**)

ULUTÜRK Elvan, Antihipertansif kullanan bireylerin öfke ve öfke duygusunu ifade düzeylerinin belirlenmesi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir,2006 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

URAS Bengü Yanarca,Body satisfaction and depression systems relationship among university students: The mediating of self esteem/ Beden imgesi ve depresyon semptomları ilişkisi: Özgüvenin bu ilişkide oynadığı aracı rol, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü,Ankara, 2004(**Yayımlanmamış Yüksek LisansTezi**).

UZUN Cemal, Kişilerarası ilişkiler, öfke, benlik algısı ve anksiyete, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2008 (**Yayımlanmamış Yüksek LisansTezi**).

VAKNİN S., Cyber (Internet) Narcissist and Psychopaths. Malignant Self Love: Narcissism Revisited. Retrieved from: www.narcissisticabuse.com/journal67.html., 2013 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

YILDIRIM Emine, Yetiştirme yurtlarında ve ailelerinin yanında kalan ilköğretim 2.kademe öğrencilerinin çatışma çözme davranışı ile öfke ifade stillerinin incelenmesi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, İstanbul, 2006 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).

YİĞİT Hatice, "Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi", Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2010 (**Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi**).



EKLER

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1. Lütfen yaş aralığınızı seçiniz.

- 18-24()
- 25-35()
- 35-45()
- 45+ ()

2. Lütfen cinsiyetinizi seçiniz.

- Kadın()
- Erkek()

3. Lütfen mesleğinizi seçiniz.

- Öğretmen ()
- Doktor ()
- Avukat ()
- Polis ()
- Psikolojik Danışman ()
- Profesyonel Sporcu ()

PATOLOJİK NARSİSİZM ENVANTERİ (PNE)**PNE- 40**

Yönerge: Aşağıda 40 betimleyici ifade bulacaksınız. Lütfen her bir ifadeyi değerlendirmeye alınız ve sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz. Doğru veya yanlış yanıt söz konusu değildir. İfadenin yanındaki çizgiye tek bir yanıt işaretleyeceksiniz. Her bir ifadenin, 6 derecelik ölçek üzerinden, sizi ne kadar iyi tarif ettiğini belirtiniz:

0	1	2	3	4	5
Bana hiç benzemiyor	Bana biraz benzemiyor	Bana çok az benzemiyor	Bana çok az benziyor	Bana biraz benziyor	Bana çok benziyor

- ___ 1. Kendimi sık sık hayran olunan ve saygı duyulan biri olarak hayalederim.
- ___ 2. Kendime olan güvenimde sık sık dalgalanmalar olur.
- ___ 3. Yalnızken kendimi iyi hissetmek benim için zordur.
- ___ 4. Yardım istemekten nefret ederim.
- ___ 5. İnsanlar beni farketmediğinde kendimi kötü hissetmeye başlarım.
- ___ 6. Başkalarının beni muhtaç ve bağımlı biri gibi görmesinden çoğunlukla ihtiyaçlarımı gizlerim.
- ___ 7. Herkesi istediğim her şeye inandırabilirim.
- ___ 8. İnsanlar onlar için yaptıklarımı farketmediğinde, sinirden deliyedönerim.
- ___ 9. Yaptıklarım ya da söylediklerimle ilgilenmeyen insanlar sinirimedokunur.
- ___ 10. İnsanları kolaylıkla kendi isteklerime göreyönlendirebilirim.
- ___ 11. Başkaları beni farketmediğinde kendimi değersiz hissetmeye başlarım.
- ___ 12. Beni hayal kırıklığına uğratacakları endişesiyle bazen insanlardan kaçırım.
- ___ 13. Genelde, insanlardan istediğimi alamayınca çok öfkelenirim.
- ___ 14. Kendimi değerli hissetmem için, bazen önemseydiğim insanların beni bu konuda rahatlatmalarına ihtiyaç duyarım.
- ___ 15. Başkaları bana güven duyduklarında kendimi önemli hissedirim.
- ___ 16. İnsanların içini bir kitap gibi okuyabilirim.
- ___ 17. Başkaları beni hayal kırıklığına uğrattığında, çoğu kez kendime kızarım.
- ___ 18. Başkaları için fedakârlık yapmak beni daha iyi bir insan yapar.
- ___ 19. Çoğu kez olanaklarımın ötesinde olan şeyleri başardığımın hayalini kurarım.
- ___ 20. Onlardan istediklerimi yapmayacaklarından korktuğum için bazen insanlardan kaçınırım.
- ___ 21. İçimde hissettiğim zayıflığı başkalarına göstermek benim için zordur.
- ___ 22. Diğer insanların beni beğendiğini bilmediğim sürece kendimi iyi hissetmem zordur.
- ___ 23. Sık sık çabalarım için ödüllendirildiğimin hayalini kurarım.
- ___ 24. Çoğu insanın benimle ilgilenmediğine yönelik düşünce ve endişelerle zihnimi meşgulederim.
- ___ 25. Bana güvenen arkadaşlarım olmasından hoşlanırım çünkü bu bana kendimi önemli hissettirir.
- ___ 26. Herkes benim anlattıklarımı dinlemekten hoşlanır.
- ___ 27. İnsanların beni sevdiğini bilmezsem, kendimi iyi hissetmekte zorlanırım.

- ___28. İnsanlar benim ne kadar iyi birisi olduğumu fark etmediklerinde rahatsız olurum
- ___29. Hak ettiğim her şeyi elde edene dek asla tatminolmam.
- ___30. Yaptığım fedakârlıklarla ne kadar iyi bir insan olduğumu göstermeye çalışırım
- ___31. İnsanlar beni farketmediğinde hayal kırıklığına uğrarım
- ___32. Sık sık kahramanca davranışlarda bulunduğumun hayalinikurarım.
- ___33. İyi bir insan olduğumu kanıtlamak için insanlara yardımcı olurum.
- ___34. Sıklıkla başarılarıyla tanınmış biri olduğumun hayalinikurarım.
- ___35. Kendimi zayıf hissetmeme neden olduğu için başkalarına bel bağlamaya tahammüledemem.
- ___36. Diğer insanların beni onaylamasına ihtiyaç duyarım.
- ___37. Dünyanın gözünde bir değerimin olmasını isterim.
- ___38. Diğer insanlar ihtiyaçlarımı bir an için bile farketmediğinde, kaygılanır ve utanırım
- 39. Bazen, insanlardan her istediğimi elde edemediğimi görmektense, yalnız kalmak daha kolay gelir.
- ___40. Başkaları benimle aynı fikirde olmadığında çok öfkelenabiliyorum.

SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZI ÖLÇEĞİ - SÖÖİTÖ

• I.BÖLÜM

YÖNERGE: Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatırken kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da genel olarak nasıl hissettiğinizi düşünün ve ifadelerin sağ tarafındaki sayılar arasında sizi en iyi tanımlayanı seçerek üzerine (X) işareti koyun. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeksizin, genel olarak nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

1. Hiç
2. Biraz
3. Oldukça
4. Tümüyle

Sizi ne kadar tanımlıyor?

	Hiç			Tümüyle
	(1)	(2)	(3)	(4)
1. Çabuk parlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Kızgın mizaçlıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Öfkesi burnunda bir insanım.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Başkalarının hataları, yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkır.	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Öfkelenince kontrolümü kaybederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Öfkelendiğimde ağızma geleni söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Engellendiğimde içimden birilerini vurmak gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılına dönerim.	(1)	(2)	(3)	(4)

II. BÖLÜM:

YÖNERGE: Herkes zaman zaman kızgınlık veya öfke duyabilir. Ancak, öfke duygularıyla ilgili tepkileri farklıdır. Aşağıda, kişilerin öfke ve kızgınlık tepkilerini tanımlarken kullandıkları ifadeleri göreceksiniz. Her bir ifadeyi okuyun ve öfke ve kızgınlık duyduğunuzda genelde ne yaptığınızı düşünerek o ifadenin yanında sizi en iyi tanımlayan sayının üzerine (X) işareti koyarak belirtin. Doğru veya yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarf etmeyin.

1. Hiç
2. Biraz
3. Oldukça
4. Tümüyle

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

	Hiç		Tümüyle
	(1)	(2)	(3) (4)
11. Öfkemi kontrol ederim.	(1)	(2)	(3) (4)
12. Kızgınlığımı gösteririm.	(1)	(2)	(3) (4)
13. Öfkemi içime atarım.	(1)	(2)	(3) (4)
14. Başkalarına karşı sabırlıyım.	(1)	(2)	(3) (4)
15. Somurtur ya da surat asarım.	(1)	(2)	(3) (4)
16. İnsanlardan uzak dururum.	(1)	(2)	(3) (4)
17. Başkalarına iğneli sözler söylerim.	(1)	(2)	(3) (4)
18. Soğukkanlılığımı korurum.	(1)	(2)	(3) (4)
19. Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım.	(1)	(2)	(3) (4)
20. İçin için köpürürüm ama gösteremem.	(1)	(2)	(3) (4)
21. Davranışlarımı kontrol ederim.	(1)	(2)	(3) (4)
22. Başkalarıyla tartışırım.	(1)	(2)	(3) (4)
23. İçimde kimseye söylemediğim kinler beslerim.	(1)	(2)	(3) (4)
24. Beni çileden çıkaran herneyse saldırırım.	(1)	(2)	(3) (4)
25. Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim.	(1)(2)	(3)	(4)

ÖFKELENDİĞİMDE VEYA KIZDIĞIMDA...

Sizi ne kadar tanımlıyor?

- | | Hiç | Tümüyle |
|--|-----|-------------|
| 26. Gizliden gizliye insanları peyceleştiririm. | (1) | (2)(3)(4) |
| 27. Belli ettiğimdendaha öfkeliyimdir. | (1) | (2)(3)(4) |
| 28. Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim. | (1) | (2) (3) (4) |
| 29. Kötü şeyler söylerim. | (1) | (2) (3) (4) |
| 30. Hoşgörülü ve anlayışlı olmaya çalışırım. | (1) | (2) (3) (4) |
| 31. İçimden insanların farkettiğinden daha fazlasını öğrenirim. | (1) | (2) (3) (4) |
| 32. Sınırları mehakimolamam. | (1) | (2) (3) (4) |
| 33. Beni sınırlandırene, ne hissettiğimi söylerim. | (1) | (2) (3) (4) |
| 34. Kızgınlık duygularımı kontrol ederim. | (1) | (2) (3) (4) |

ÇOK YÖNLÜ BEDEN-BENLİK/ÖZ İLİŞKİ ÖLÇEĞİ

Aşağıda bireylerin duygu, düşünce ve davranışları ile ilgili çeşitli anlatımlar verilmiştir. Lütfen her anlatımı dikkatle okuyarak size en uygun seçeneği, ilgili harfin altındaki boşluğa (X) biçiminde işaretleyerek belirtiniz.

- A)** Kesinlikle katılmıyorum. **B)** Çoğunlukla katılmıyorum. **C)** Kararsızım
D) Çoğunlukla katılıyorum **E)** Tamamen katılıyorum

	A	B	C	D	E
1. Dışarı çıkmadan önce görünüşüme daima dikkat ederim					
2. Kendimi en iyi gösterecek giysileri almaya dikkat ederim					
3. Fiziksel sağlık testlerinin çoğundan geçerim.					
4.Üst düzeyde fiziksel güce sahip olmak benim için önemlidir.					
5. Bedenim cinsel yönden çekicidir.					
6. Sağlığımı kontrol altında tutuyorum.					
7. Fiziksel sağlığımı etkileyen etkenler hakkında çok şey biliyorum.					
8. Bilinçli olarak sağlıklı bir yaşam tarzı geliştirdim					
9. Diğer insanların gördükleri halimden hoşnutum.					
10. Fırsat buldukça aynada görünüşümü kontrol ederim.					
11. Fiziksel yönden dayanıklı bir kişiyim.					
12. Sportif yarışmalara katılmak benim için önemli değildir.					
13. Fiziksel yönden iyilik halimi korumak için özel çaba harcamıyorum.					
14. Sağlık durumum beklenmedik iniş çıkışlar göstermektedir					
15. Sağlıklı olmak yaşamımdaki en önemli şeylerden biridir.					
16. Sağlığımı bozabilecek herhangi bir şeyi yapmam.					

17. Birçok kişi benim iyi görüdüğüm düşüncesindedir.					
18. Her zaman iyi görünmek benim için önemlidir.					
19. Fiziksel becerileri kolayca öğrenirim.					
20. Fiziksel gücümü artıracak şeyler yaparım					
21. Nadiren hastalanırım.					
22. Kendim için sık sık sağlıkla ilgili kitap ve dergiler okurum.					
23. Giysisiz (elbisesiz) görünüşümü beğeniyorum.					
24. Görünüşüm uygun olmadığında tedirgin olurum.					
25. Genellikle nasıl görüdüğüme dikkat etmeden elime ne geçerse giyerim.					
26. Bedensel spor ve oyunlarda yetersizim.					
27. Atletik (sportif) becerilerim üzerinde pek düşünmem.					
28. Fiziksel dayanıklılığımı geliştirmeye çalışırım.					
29. Bedenimin bir günden bir güne nasıl olacağını hiç bilemiyorum.					
30. Hasta olduğumda hastalık belirtilerine fazla dikkat etmem.					
31. Dengeli ve besleyici bir diyet almaya özel çaba harcamam.					
32. Giydiklerimin üzerime uymasından hoşlanırım.					
33. İnsanların görünüşümle ilgili düşüncelerine aldırım.					
34. Saçlarımın güzel görünmesi için özel çaba harcarım.					
35. Fizik yapımı beğenmiyorum.					
36. Fiziksel yönden aktif (hareketli) olmaya çalışırım.					
37. Sıklıkla hastalıklara karşı dayanıksız olduğumu düşünürüm.					
38. Herhangi bir hastalık belirtisi ortaya çıktığında bedenimle yakından ilgilenirim.					
39. Grip veya soğuk algınlığına yakalandığımda bu durumu önemsemem ve normal yaşamımı sürdürürüm.					

40. Fiziksel yönden çekici değilim.					
41. Nasıl görüdüğümü hiç düşünmem.					
42. Fiziksel görünüşümü daima iyileştirmeye çalışırım.					
43. Fiziksel görünüşüm uyumludur.					
44. Fiziksel sağlıkla ilgili çok şey biliyorum.					
45. Yıl boyunca düzenli spor yaparım.					
46. Fiziksel yönden sağlıklı bir kişiyim.					
47. Fiziksel sağlığımdaki en küçük değişiklikleri bile fark ederim.					
48. Kendimde bir hastalığın ilk belirtileri ortaya çıktığında tıbbi yönden yardım isterim.					
49. Yüzümden hoşnutum (yüz şekli, görünüşü, cilt)					
50. Saçımdan hoşnutum (rengi, sıklığı, yapısı)					
51. Alt gövdemden hoşnutum (kalçalar, bacak, uyluk)					
52. Orta gövdemden hoşnutum (mide, bel)					
53. Üst gövdemden hoşnutum (göğüsler, omuz, kollar)					
54. Kas yapısından hoşnutum (tonusu)					
55. Ağırlığımdan hoşnutum (kilo)					
56. Boyumdan hoşnutum					
57. Tüm görünüşümden hoşnutum					



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ : 02.01.2018
TOPLANTI SAYISI : 2018-1

KARAR NO:2018-1-21 : Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans öğrencisi Hatice ÇAĞLAR'ın "Farklı Meslek Gruplarının Narsistik Yapılanmaları, Beden Self İlişkileri ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu tezi hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, Etik Kurulumuzun 27.10.2017 tarih ve 2017-21 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR

Prof.Dr.Nuri KURUOĞLU
Rektör Yardımcısı