

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZGECİLİK VE**  
**MÜKEMMELİYETÇİLİK ANLAYIŞI ARASINDAKİ**  
**İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Kamala KHALINBAYLI**

**İstanbul**  
**Eylül, 2018**

**T.C.**  
**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZGECİLİK VE  
MÜKEMMELİYETÇİLİK ANLAYIŞI ARASINDAKİ  
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Kamala KHALINBAYLI**

**Tez Danışmanı**  
**Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ**

**İstanbul**  
**Eylül, 2018**

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu çalışma, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ (Danışman)



Üye Dr. Öğr. Üyesi İbrahim TAŞ



Üye Dr. Öğr. Üyesi Ülkü TOSUN



Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.



Prof. Dr. Ömer ÇAHA  
Enstitü Müdürü

## BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “Üniversite Öğrencilerinde Özgencilik Ve Mükemmeliyetçilik Anlayışı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışmanın öneri aşamasından sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, tez içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, tez yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmada doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.



Kamala KHALINBAYLI

## ÖNSÖZ

Özgecılık kavramı toplumsal yaşam için yüksek öneme sahip ve içinde sosyal duyarlılığı da barındıran bir kavram olarak değerlendirilmektedir. Özgeci davranışta bulunmak kişiye iyi bir şeyler yapmış olmaktan dolayı olumlu hisler yaşatsa da, bireyi özgeci davranışlara yönelten motivasyonun ne olduğu ile ilgili ciddi tartışmalar da mevcuttur. Türkiye’deki alanyazın incelendiğinde, özgecılık (Akbaba, 1994; Kasapoğlu, 2013) ve mükemmeliyetçilikle (Sapmaz, 2006; Kurul,2017) ilgili çok sayıda tez çalışması yapıldığı halde, özgecılık ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi konusunda herhangi bir çalışmaya ulaşılammıştır. Hem kişiyi özgeci davranışa yönelten motivasyon üzerine düşünmem, hem de bu konuda sınırlı sayıda araştırma yapılmış olması nedeniyle alanyazına katkı sağlamak için mevcut araştırmayı yapmaya karar verdim.

Literatürde Özgecılık ölçeğini geliştiren ve kullanmama izin veren değerli hocalarımız Durmuş ÜMMÜT, Halil EKŞİ, Mustafa OTRAR’a teşekkürlerimi sunarım.

Yine literatüre önemli bir katkı olarak Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme ölçeğini geliştiren ve kullanmama izin veren değerli hocalarımız Ali BALCI, Erkan KIRAL, Temel KALAFAT, Murat BOYSAN’a da teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans eğitimim ve tez araştırmam süresince, öğrencisi olmaktan gurur duyduğum, tezimin hazırlanma sürecinde beni yüreklendiren, destekleyen kıymetli danışman hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ’a çok teşekkür ederim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca verdikleri derslerle bakış açımı ve bilgimi geliştiren İstanbul Zaim Üniversitesi’nin değerli hocalarına, uygulama aşamasında ankete katılım gösteren üniversite öğrencilerine, yüksek lisansa başlammam ve devam etmem konusunda beni yüreklendiren, destekleyen değerli arkadaşlarım Arzu SÜLEYMANOV, Aytan AYYUBLU ve Feyzanur GÜLER’e, her zaman yanımda varlıklarını hissettiğim anne ve babama ve kardeşlerime verdikleri destek için teşekkür ederim.

Kamala KHALINBAYLI

## ÖZET

### ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE ÖZGECİLİK VE MÜKEMMELİYETÇİLİK ANLAYIŞI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

**Kamala KHALINBAYLI**

**Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü**

**Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ**

**Eylül - 2018, 103+ X Sayfa**

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde özgecilik ve mükemmeliyetçilik anlayışları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma İstanbul ilinde 5'i devlet, 8'i özel olmak üzere farklı üniversitelerde öğrenim görmekte olan 250'si kadın, 250'si erkek olan toplam 500 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir.

Katılımcıların özgecilik düzeylerine ilişkin veriler Özgecilik Ölçeği (Ümmet, Ekşi ve Otrar, 2013), mükemmeliyetçilik düzeylerinin belirlenmesinde Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği (Balcı, Kırıl, Kalafat ve Boysan, 2009) ve kişisel özelliklere ilişkin veriler araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılarak elde edilmiştir.

Araştırma sorularına bağlı olarak verilerin analizinde çoklu regresyon analizi, T testi, tek yönlü varyans analiz ve frekans dağılımları, aritmetik ortalama ve standart sapma gibi betimsel veriler kullanılmıştır. Regresyon analizinde üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinin alt boyutlarından alınan puanlar yordanan değişken (gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardımı, travmatik durumlarda yardımı, yaşlı/ hastalara yardımı, fiziksel güce dayalı yardımı, eğitim sürecinde yardımı, yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım), mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutlarından (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) alınan puanlar yordayıcı değişken olarak ele alınmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının cinsiyete, yaşa, ailenin ortalama gelir düzeyine, kimlerle yaşadığına, yetiştirildikleri aile stiline göre farklılaşp farklılaşmadığını incelemek için tek yönlü varyans analizi ve T testi analizleri yapılmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinde özgeçililik davranışı ve mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kadınların erkeklerden daha fazla özgeçililik davranışta buldukları, yaşı küçük olan üniversite öğrencilerinin büyük olanlara göre daha az özgeçililik davranış gösterdikleri de tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler: Özgeçililik, Mükemmeliyetçilik, Üniversite Öğrencileri**



## **ABSTRACT**

# **THE INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN ALTRUISM AND PERFECTIONISM PERCEPTIONS IN THE UNIVERSITY STUDENTS**

**Kamala KHALINBAYLI**

**Master Thesis, Institute of Social Sciences**

**Supervisor: Dr. Besra TAS**

**September 2018, 103+X Page**

In this research, it is aimed to study the relationship between altruism and perfectionism perceptions in the university students.

The research has been done among 250 girls, 250 boys, totally 500 university students who are from in 5 state and 8 private universities in İstanbul. The data related to the altruism levels of participants is obtained by using Altruism Scale, (Ummet, Ekshi and Otrar, 2013), their perfectionism levels were determined by using Perfectionistic Self-Presentation Scale (Balci, Kiral, Kalafat and Boysan, 2009) and data related to demographic variables was obtained by using Personal Information Form that was developed by researcher.

In the analysis of the data, multiple regression analysis, T test, one-way ANOVA and frequency distribution were used depending upon research questions and descriptive data such as mean and standard deviation was used. In regression analysis that are taken from the sub-dimension of the altruism levels among the university students, are obtained as dependent variable (attendance to voluntary activities, financial supports, helps in the traumatic situations, helps for old/ patient people, helps based of physical force, helps during education period, helps arisen from feeling closeness), points that are taken from the sub-dimension (perfectionist self-presentation, concealment of facts and keep them dark) of the perfectionistic self-presentation are obtained as predictor variable. One way ANOVA and T test were made to study the difference of altruism sence of the university students according to



gender, age, average income of the family, the people with whom they live and the style that they were grown up.

Research results show that there were significant relationships between the altruism and perfectionism levels of university students. It was found that women were more altruistic than men, and also, junior students were more altruistic than the seniors.

**Keywords: Altruism, Perfectionism , University Students**



# İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ.....	i
ÖZET.....	ii
ABSTRACT .....	iv
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLolar LİSTESİ.....	ix

## BÖLÜM I

GİRİŞ .....	1
1.1. Problem Durumu .....	1
1.2. Araştırmanın Amacı .....	2
1.3. Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Varsayımlar .....	4
1.5. Sınırlılıklar .....	5
1.6. Tanımlar .....	5

## BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....	6
2.1. ÖZGECİLİK .....	6
2.1.1. Toplum Yanlısı Davranış.....	6
2.1.2. Özgeciliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması .....	7
2.1.3. Özgeciliğin Temelleri .....	9
2.1.4. Özgecilik ve Ödül İlişkisi .....	10
2.1.5. Özgecilik ve Empati İlişkisi.....	11
2.1.6. Özgecilik ve Kuramlar .....	14
2.1.6.1. Kohlberg'in Ahlaki Gelişim Modeli .....	14
2.1.6.2. Evrimsel Psikoloji .....	15
2.1.6.3. Toplumsal- Kültürel Bakış Açısı .....	17
2.1.6.4. Sinirbilim Açısından Özgecilik.....	20
2.1.6.5. Psikodinamik Kuram.....	22

2.1.6.6. Kendini Fedâ Şeması.....	25
2.1.7. İlgili Araştırmalar .....	27
2.1.7.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	27
2.1.7.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	28
<b>2.2. MÜKEMMELİYETÇİLİK.....</b>	<b>29</b>
2.2.1. Mükemmeliyetçiliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması.....	29
2.2.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları .....	30
2.2.2.1. Tek Boyutlu Mükemmeliyetçilik .....	30
2.2.2.2. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik.....	31
2.2.3. Mükemmeliyetçiliğin Oluşumu.....	32
2.2.4. Uyumlu ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik .....	34
2.2.5. Mükemmeliyetçilik ve Kuramlar .....	36
2.2.5.1. Psikodinamik Kuram.....	33
2.2.5.2. Bilişsel Kuram.....	39
2.2.5.3. Yüksek Standartlar/ Aşırı Eleştiricilik Şeması.....	42
2.2.6. İlgili Araştırmalar .....	43
2.2.6.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar .....	45
2.2.6.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	45
2.2.6.3. Özgecilik ve Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ile İlgili Yurtdışında Yapılmış Araştırmalar .....	46
<b>BÖLÜM III</b>	
<b>YÖNTEM .....</b>	<b>49</b>
3.1. Araştırmanın Modeli .....	49
3.2. Çalışma Grubu .....	49
3.3. Veri Toplama Araçları .....	49
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	50
3.3.2. Özgecilik Ölçeği .....	50

3.3.3. Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği .....	50
3.4. Verilerin Toplama İşlemi .....	51
3.5. Verilerin Analizi .....	51
<b>BÖLÜM IV</b>	
<b>BULGULAR VE YORUMLAR .....</b>	<b>53</b>
<b>BÖLÜM V</b>	
<b>TARTIŞMA .....</b>	<b>76</b>
<b>BÖLÜM VI</b>	
<b>SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>82</b>
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>86</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>97</b>

## TABLolar LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışının Yaşa Göre Dağılımları .....	54
<b>Tablo 2.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	54
<b>Tablo 3.</b> Üniversite Öğrencilerinde Yaşa Göre Özgecılık Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	55
<b>Tablo 4.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışının Şu An İçinde Bulunduğu Ailenin Ortalama Gelir Düzeyine Göre Dağılımları .....	55
<b>Tablo 5.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	56
<b>Tablo 6.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışının Kimlerle Yaşadığına Göre Dağılımları .....	57
<b>Tablo 7.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları.....	57
<b>Tablo 8.</b> Üniversite Öğrencilerinde Kimlerle Yaşadığına Göre Özgecılık Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Sonuçları .....	58
<b>Tablo 9.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışının Yetiştirildikleri Aile Stiline Göre Dağılımları .....	58
<b>Tablo 10.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgecılık Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları .....	59
<b>Tablo 11.</b> Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler .....	60
<b>Tablo 12.</b> Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları.....	60
<b>Tablo 13.</b> Üniversite Öğrencilerinin Gönüllü Faaliyetlere Katılım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	61
<b>Tablo 14.</b> Üniversite Öğrencilerinin Maddi Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	63
<b>Tablo 15.</b> Üniversite Öğrencilerinin Travmatik Durumlarda Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	64

<b>Tablo 16.</b> Üniversite Öğrencilerinin Yaşlı/ Hastalara Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	65
<b>Tablo 17.</b> Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Güce Dayalı Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	66
<b>Tablo 18.</b> Üniversite Öğrencilerinin Eğitim Sürecinde Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	67
<b>Tablo 19.</b> Üniversite Öğrencilerinin Yakınlık Duygusundan Kaynaklanan Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları .....	68
<b>Tablo 20.</b> Üniversite Öğrencilerinde Özgeçmiş Anlayışı T Testi Sonuçları .....	69
<b>Tablo 21.</b> Üniversite Öğrencilerinde Yardıma İhtiyacı Olan Birini Gördüğünüzde Ne Düşünürsünüz Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımlar .....	71
<b>Tablo 22.</b> Üniversite Öğrencilerinde Aşırı Yardımseverliğin Ne gibi Sonuçla Olabilir Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları .....	72
<b>Tablo 23.</b> Üniversite Öğrencilerinde Kendinden Çok Başkalarının İyiliği İçin Çaba Sarf Etmek Aile İçi İletişimi Nasıl Etkiler Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları .....	73
<b>Tablo 24.</b> Üniversite Öğrencilerinde Yardımsever (özgeci) Davranışların Sebebi Nedir Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları .....	74

# BÖLÜM I

## GİRİŞ

Bu bölümde araştırmanın problemi ve bu çerçevede; araştırılan konunun kuramsal çerçevesi, araştırmanın amacı, önemi, varsayımlar, sınırlılıklar ve bu araştırmayla ilgili tanımlara yer verilmiştir.

### 1.1.Problem Durumu

Özgecilik, insanların birbirine yardımcı olma emeliyle hareket ettiği olumlu sosyal davranışlardan biridir. Özgecilik, kendi güvenliğini, çıkarını gözetmeksizin gösterilen bir davranış olarak ortaya çıkmaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2012: 535).

Özgecilik, karşılığında bir bedel ödemek gerektiğinde bile başkasına yardım etme isteğidir (Aronson, Wilson ve Akert, 2012: 623).

Leeds (1963) özgeciliği, a) en azından bir diğer kişiye faydalı olabilen, b) gönüllü şekilde gerçekleştirilen, c) kişinin hemen bir ödül elde etme beklentisi ile güdülenmeyen bir davranış olarak kabul etmiştir.

Chou (1996) gerçek özgeciliği, dışarıdan rahatsız edici bir uyarı, ödül veya ceza beklentisine dayalı motivasyonla değil, sadece başkalarının yararı için istekli ve gönüllü bir şekilde yapılan davranış olarak tanımlamaktadır.

Nevrotik sevgi ve onaylanma ihtiyacı, koşul, durum ya da nesne ayrımı gözetmeksizin başkalarını hoş tutmaya ve bu şekilde onlar tarafından sevilip onaylanmaya duyulan ihtiyaçtır. Bu ihtiyaç, insanların beklentilerini otomatik olarak yerine getirmeyi, kendini ortaya koyma korkusunu, diğerlerinin düşmanlığından ya da kendi içindeki düşmanlıktan korkmayı içermektedir. Ağırılık merkezi bireyin kendisinin değil, başkalarının olduğu bu durumda önemli olan tek şey diğerlerinin görüşleri ve arzularıdır (Horney, 1991: 45).

Kusursuzluğa tepki olarak ortaya çıkan kendini feda şemasına sahip birey şuna inanmaktadır; “bu kişilerin ihtiyaçlarının tümünü karşılırsam ve kendime aldırımsam, o kişiler beni kusurlarıma rağmen kabul edecekler ve ben bu kadar sevgisiz hissetmeyeceğim“ (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 46).

Kişinin onay alma isteği ve dış dünyadan nasıl algılandığı kaygısı sonucu ortaya çıkan mükemmeliyetçiliğin özgecilikle ilişkisi merak edilmektedir.

Hollender (1965)'e göre, kişiler ailelerinden kabul görme isteklerinden dolayı güvensizlik duymakta ve bu durumda hatasız ve başarılı olmayı seçerek mükemmeliyetçi kişilere dönüşmektedirler.

Blatt (1995)'e göre, mükemmeliyetçiler kendilerini aşağılık duygusu içinde hissetmekte ve hatalardan sürekli kaçınarak başkaları tarafından kabul görmeyi beklemektedirler.

Özgüngör (2003)'e göre, mükemmeliyetçi kişilik özelliği olan düzenlilik, hata yapmaktan korkmak, hata yapmamaya odaklanmak, başarıyı değil, başarısız olmamayı amaç edinmek; ebeveynlerinin eleştirel ve olumsuz tutumundan kaçınan çocuklarda daha çok görülmektedir.

Mükemmeliyetçiliğin kimlik sorunu olduğu düşünülse de, aslında bu bir ilişki sorunudur ve kişi “diğer insanlar“ tarafından yargılanmaktan korkmaktadır (Bolat, 2018: 189).

Hem özgecilerin, hem de mükemmeliyetçilerin doğrudan ya da dolaylı olarak başkalarının onayına ihtiyaç duyduğu düşünülmektedir. Dolayısıyla araştırmanın konusu “üniversite öğrencilerinde özgecilik ve mükemmeliyetçilik anlayışı arasındaki ilişkinin incelenmesi” olarak belirlenmiştir.

## **1.2. Araştırmanın Amacı**

Bu araştırma özgeciliğin tamamen dış motivasyondan bağımsız bir şekilde gerçekleştirilip gerçekleştirilmediğini ortaya çıkarmak ve özgecilikle mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinin mükemmeliyetçilik özellikleri ve çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Ayrıca özgecilik davranışının daha iyi anlaşılması amacıyla çeşitli sorular sorulmuş ve bunlara cevap aranmıştır. Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:



1. Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışı
  - a. Cinsiyete göre,
  - b. Yaşa göre,
  - c. Şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre,
  - d. Kimlerle yaşadığına göre,
  - e. Yetiştirildikleri aile stiline göre anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?

2. Üniversite öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme düzeyleri onların özgecilik özelliklerini yordamakta mıdır? Bu bağlamada;

- a. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan gönüllü faaliyetlere katılımı yordamakta mıdır?
- b. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan maddi yardımı yordamakta mıdır?
- c. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan travmatik durumlarda yardımı yordamakta mıdır?
- d. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan yaşlı/ hastalara yardımı yordamakta mıdır?
- e. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan fiziksel güce dayalı yardımı yordamakta mıdır?
- f. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan eğitim sürecinde yardımı yordamakta mıdır?

- g. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama özellikleri özgeciliğin alt boyutlarından olan yakınlık duygusundan kaynaklanan yardımı yordamakta mıdır?
3. Özgecilik davranışına ilişkin çoktan seçmeli sorular:
- Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?
  - Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?
  - Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?
  - Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir?

### 1.3. Araştırmanın Önemi

Özgecilik (Miller, 1997; Burks, Youll ve Durtschi, 2012) ve mükemmeliyetçilikle (Sumi ve Kanda, 2002; Saboonchi ve Lundh, 2003) ilgili yurt dışındaki araştırmalara bakıldığında, farklı değişkenler ve yaş grupları ile birçok çalışma yapıldığı görülmüş; özgecilik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi inceleme konusunda ise sınırlı sayıda çalışma (Stoeber, 2014) bulunmuştur.

Türkiye'deki alanyazın incelendiğinde ise, özgecilik (Akbaba, 1994; Kasapoğlu, 2013) ve mükemmeliyetçilikle (Sapmaz, 2006; Kurul 2017) ilgili çok sayıda tez çalışması olduğu halde, özgecilik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi konusunda herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Yapılacak olan bu araştırma, kişiyi özgeci davranışa yönlüten motivasyonla ilgili daha fazla farkındalık kazandırmak ve Türkiye'deki alanyazına katkı sağlaması açısından önem arz etmektedir.

### 1.4. Varsayımlar

- Kullanılan "Özgecilik Ölçeği" nin güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.
- Kullanılan "Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği" nin güvenilir bir ölçek olduğu varsayılmıştır.

3. Araştırma için kullanılan ölçme araçları, araştırmanın amacına ve içeriğine uygundur.
4. Örneklemi oluşturan grubun veri toplama araçlarına samimi bir şekilde cevap verdikleri varsayılmıştır.

### 1.5. Sınırlılıklar

1. Bu araştırmanın örneklem grubu, İstanbul ilinde 5 devlet ve 8 özel üniversitede öğrenim gören üniversite öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen veriler, “Kişisel Bilgi Formu”, “Özgecilik Ölçeği” ve “Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği” ile toplanan bilgilerle sınırlıdır.
3. Araştırma, kullanılan istatistiksel analizlerle sınırlıdır.
4. Bu araştırmada elde edilen bulgular 2017-2018 akademik yılı ile sınırlıdır.

### 1.6. Tanımlar

**Özgecilik:** Özgecilik, karşılığında bir bedel ödemek gerektiğinde bile başkasına yardım etme isteğidir (Aronson, Wilson ve Akert, 2012: 623).

Özgecilik, kendi güvenliğini, çıkarını gözetmeksizin gösterilen bir davranış olarak ortaya çıkmaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2012: 535).

**Mükemmeliyetçilik:** Burns (1980)'e göre mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek standartlar belirlemesi ve bu standartlara ulaşıp ulaşmamayı denetlemek anlamına gelmektedir.

Mükemmeliyetçiliğin kimlik sorunu olduğu düşünülse de, aslında bu bir ilişki sorunudur ve kişi “ diğer insanlar“ tarafından yargılanmaktan korkmaktadır (Bolat, 2018: 189).

## BÖLÜM II

### KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. ÖZGECİLİK

##### 2.1.1. Toplum Yanlısı Davranış

Başka bir insanın yararına olan fiiller toplum yanlısı davranış, yardım etme davranışı ya da özgecilik olarak nitelense de, bu üç terim bazen birbirinin yerine kullanılsa da, aralarında önemli farklılıklar vardır. Toplum yanlısı davranış, anti sosyal davranışa karşıt olarak toplumca değer verilen davranışları içermektedir. Belirleyici faktörün toplumun perspektifi olduğu bu davranışlara özgecilik, hayırseverlik, işbirliği, fedakarlık, duygudaşlık, güven, birini kurtarmak gibi davranışlar örnektir. Mesela, saldırganlık genel olarak anti-sosyal bir davranış olarak görülse de, düşmanla savaşma durumunda toplum bu davranışı toplum yanlısı bir davranış olarak görebilir (Hogg ve Vaughan, 2007: 578).

Batson (1994) insanları toplum yanlısı davranmaya yönlendiren dört etkeni öne sürmektedir:

- *Özgecilik*: Diğerlerine yardım etmek amacıyla hareket etmek;
- *Egoizm*: İşin sonunda kendi çıkarını düşünerek olumlu sosyal davranışta bulunmak ;
- *Kollektivizm*: Aile üyeleri, dernekler, politik partiler gibi belirli bir gruba yardımcı olmak için olumlu sosyal davranış göstermek ;
- *Prensiplik*: Medeni ya da dini prensipler gibi ahlaki prensipleri desteklemek için olumlu sosyal davranışlar göstermek ;

Bir başkasının yararını gözeterek gerçekleştirilen herhangi bir eylem toplum yanlısı davranıştır (Aronson, Wilson ve Akert, 2012: 623).

Yardım etme davranışı terimi ise, toplum yanlısı davranışın bir alt kategorisini nitelemek için kullanılmakta ve amaçlı bir şekilde bir başka canlı varlığın veya grubun yararına olan davranış olarak tanımlanabilmektedir (Hogg ve Vaughan, 2007: 578).

### 2.1.2. Özgeciliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması

Özgecilik, insanların birbirine yardımcı olma emeliyle hareket ettiği olumlu sosyal davranışlardan biridir. Özgecilik, kendi güvenliğini, çıkarını gözetmeksizin gösterilen bir davranış olarak ortaya çıkmaktadır (Gerrig ve Zimbardo, 2012: 535).

Özgecilik, karşılığında bir bedel ödemek gerektiğinde bile başkasına yardım etme isteğidir (Aronson, Wilson ve Akert, 2012: 623). Leeds (1963) özgeciliği, a) en azından bir diğer kişiye faydalı olabilen, b) gönüllü şekilde gerçekleştirilen, c) kişinin hemen bir ödül elde etme beklentisi ile güdülenmeyen bir davranış olarak kabul etmiştir. Hobbes (1642)'e göre, özgeci davranışlar doğrudan ödül, çıkar ve bencillikle bağlantılıdır (Akt. Mutafçılar, 2008).

Piliavin ve Charng (1990)'e göre, kişinin kendi istek ve ihtiyaçlarından daha çok, başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik değerler, tercih ve davranışların tümü, özgecilik olarak tanımlanabilmektedir.

Freedman, Sears ve Carlsmith (1993)'e göre, özgeci davranışla başkalarına yardım eden veya yardımı amaçlayan davranış arasındaki fark, yardım edilen kişi için önemli olmayabilir; burada önemli olan yardımda bulunan kişinin niyetidir.

Chou (1996) gerçek özgeciliği, dışarıdan rahatsız edici bir uyarı, ödül veya ceza beklentisine dayalı motivasyonla değil, sadece başkalarının yararı için istekli ve gönüllü bir şekilde yapılan davranış olarak tanımlamaktadır.

Başkalarının acısını algılamak refleks olarak dikkatimizi çekmektedir. Acıyı hissetmekse, yardım etme duygusunu uyandıran çok önemli bir biyolojik işarettir (Goleman, 2014: 113).

İnsanın en önemli özelliklerinden biri, para ve gıda gibi kaynaklarını paylaşarak veya sıkıntılarını gidererek başkaları adına davranma eğilimidir. Genellikle, kaynağın kültürel olduğu düşünülen bu özgeci davranışlar, ucunda anlık kişisel çıkar olmadan ve kişiye pahalıya mal olsa bile düzenli biçimde yapılmaktadır ( Brockman, 2014: 27).

Özgecilikte yardıma muhtaç kişiye dikkatini verecek kadar zaman ayırmak kritik önem taşımaktadır. Birine odaklanarak duygusal bir döngü oluşturulduğu oranda empati duygusu da güçlenmektedir (Goleman, 2007: 66).

Fedakar birey, başka bir bireyin hayatta kalmasını veya üremesini kendisinin hayatta kalmasına veya üremesine tercih eden bireydir. Mesela işçi arılar ürememekte ama kuluçkaya yatmış kraliçe arının üremesine öncelik tanıyarak fedakarlık yapmaktadırlar. İnsanlık tarihine bakılacak olursa, 19.yüzyılda yaşamış ipek işçisi Çinli kadınlar asla evlenmemeyi ve cinsellik yaşamamayı tercih ederek ailelerini desteklemiş ve çalışarak maaşlarını eve götürmüşler. “Evlilik karşıtı” fertler olan bu kadınların en az işçi arılar kadar fedakar oldukları kabul edilmektedir ( Barber, 2005: 19).

Bir başkasının iyiliğine tanık olmanın verdiği içsel rahatlığı betimlemek için “yücelik” terimi kullanılmaktadır. Yücelik hissi veren davranışlar arasında en sık sözü edilenler, hastalara ya da yoksullara yapılan yardım ya da zor durumdaki insanlara gösterilen ilgidir. Ancak bu iyiliklerin bütün bir aileyi evinde barındırmak kadar zorlayıcı bir şekilde özgeci olması gerekmemektedir. Basit bir düşünceli davranış bile bu yücelik hissini verebilmektedir. Kişinin tanık olduğu bir iyilik kendi içinde de aynısını yapma dürtüsünü uyandırmakta ve bu yücelik hissini bulaşıcı olabileceği düşünülmektedir (Goleman, 2007: 69).

Palaz ve Boz (2008)’a göre, dini duygular, ahlaki duygular, iyilikseverlik gibi kavramlar kişinin toplumdaki diğer bireyleri düşünerek onlara gönüllü yardım edebilmesi konusunda güdü oluşturabilmekte ve “özgecilik” kavramı çerçevesinde incelenebilmektedir.

Butler (2010)’e göre, başkalarını önemsememizde ve onların çıkarları ile ilgilenmemizde tuhaf veya açıklanamaz bir şey yoktur. Butler bu konuda “Kendimize olan sevgimizin yanı sıra herhangi bir keyif ya da iç prensip varsa, neden bize benzeyen varlıkların iyiliğine yönelik bir sevgimiz olmasın ve neden bu sevgiden aldığımız keyif bizi mutlu etmesin” şeklinde düşünmektedir. Herkesin kendi mutluluğuna yönelik olarak arzusu ve belirli nesnelere yönelik belirli ve çeşitli sevgisi, tutkusu, isteği vardır. Birincisi, bu, kişinin kendisine olan sevgiden, ikincisi ise kişiliğindeki doğadan kaynaklanmaktadır. Birincinin peşinden koştuğu amaç, içsel olan kendi keyfi, mutluluğu ve tatminidir. İkincinin amacı ise, sevgilerin yöneldiği ve hakkında her zaman belirli bir fikir ya da algı olan dışsal şeydir. İlki kendi çıkarlarını veya mutluluğunu yansıtan varlık olan insana aittir, ikincisi mantıklı

olmaktan çok uzak olmasına rağmen büyük ölçüde insan doğasının bir parçasıdır.

### 2.1.3. Özgeciliğin Temelleri

Özgeciliğin temeli olarak karşılıklılık ve sosyal sorumluluk olan iki spesifik norm ileri sürülmüştür. Karşılıklılık normuna göre, bize yardım edenlere yardım etmeliyiz. Bundan başka, insanlar geçmişte gerçekleşen veya gelecekte olması beklenen bir yardımın karşılığı olarak da yardımda bulunabilmektedirler (Hogg, Vaughan, 2007: 586). Diğer bir deyişle, birisi bize yardım ettiğinde minnettarlık duymaktayız ve bu durum da bizi ileride bu iyiliği karşılıksız bırakmamaya güdülemektedir (Aronson, Wilson ve Akert, 2012: 626).

Sosyal sorumluluk normu, insanlara müstahak oldukları şeyleri vermemiz gerektiğini bildirmektedir. Doğal bir felaketin mağduru olan insanlar için elimizden geleni yaptığımız halde, sarhoşluk nedeniyle düşerek yaralananların buna müstahak olduklarını düşünme eğilimindeyiz. Bu norm, yardım etmeye neden gerek duyulduğuna ilişkin yapılan yüklemelere bağlıdır (Hogg ve Vaughan, 2007: 587).

Berkowitz ve Friedman (1967) yaptıkları çalışmada arkadaşlık, beğenme ve beğenmeme duygularının özgeci davranışları etkilediğini, aynı zamanda, özgecilik ve beğenme arasında ilişki olduğunu belirtmişler.

Wedekind ve Braitwaite (2002) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, karşılıklı özgecilik kavramının önemli bir bileşeni de insanların özgeci ve güvenilir olarak ün kazanmasıdır. Araştırma zamanı katılımcılar, diğer katılımcılara para yardımı yaparak özgeci davranış gösterebilecekleri birkaç fırsatı da içinde bulunduran bir oyun oynadılar. Oyunun ilerlemesi ile birlikte, “göstermelik puanlar” itibarlarının sağlam bir göstergesi olarak açıklanmaktaydı. Araştırmanın ikinci kısmında, başka bir oyunda en iyi itibara sahip katılımcılar aynı zamanda, özgeci davranışlar için ödüllendirilmesi en muhtemel olan kişilerdi. Bu sonuçlar özgeciliğin güvenilir bir kaynağı olarak itibar kazanmanın uzun süreli yararlarını göstermektedir.

Karşılıklı özgecilik davranışlarının desteklenebilme ihtimalini etkileyen ilgili biyolojik parametreler, Trivers’in çalışmasında (2010) belirtilmektedir. Buna göre, 1- yaşam süresinin uzunluğu, 2- karşılıklı bağlılık derecesi 3- ebeveyn bakımı 4- baskınlık hiyerarşisi 5- savaşta yardım; karşılıklı özgeciliğin evrimini destekleyen

geniş koşulların belirtilmesi açısından önemlidir.

#### 2.1.4. Özgecilik ve Ödül İlişkisi

Fabes ve diğerleri (1989) tarafından yapılan araştırmada, 72 çocuğu iki gruba ayırarak tek tek odaya alıyorlar. Çocuklara iki kutu dolusu renkli küçük kağıtlar vererek, şu an hastanede yatan ve bu kağıtlarla oynamayı seven başka çocuklar için bu kağıtları renklerine göre ayırtırmak rica ediliyor. İlk gruba bu iş için ödül olarak oyuncak vaat ediliyor, ikinci gruba ise hiçbir şey vaat edilmiyor. Bir süre sonra onlara teşekkür edilerek bu kadarının yeterli olduğu söyleniyor. Sonra masaya bazı oyuncaklar konularak odadan çıkılıyor ve çıkmadan önce isterlerse ayırtırmaya devam edebilecekleri, isterlerse de oyuncaklarla oynayabilecekleri söyleniyor. Gizlice takip edince, ödül almayan gruptaki çocukların 100% 'ü hasta çocuklara yardımcı olmak için ayırtırmaya devam ederken, ödül alanların sadece 43% 'ü devam ediyor.

Eastlund (1998) yaptığı araştırmasında, gönüllü ve para karşılığında verilen kanları inceleyerek, para için verilen kanların daha az kaliteli olduğunu ve bu kanlarda daha çok hastalık bulunduğunu ortaya çıkarmıştır.

Warneken ve Tomasello (2008) tarafından yapılan araştırmada, 18 aylık tam olarak sosyalleşmemiş bebeklerle, ödül ile özgeci eğilimler arasındaki ilişki incelenmiştir. Kendilerini güvende hissetmeleri için anneleri ile beraber tek tek odaya alınan çocukların anneleri kenarda bekliyor. Masada çalışmaya başlayan araştırmacı birden kalemini düşürünce, çocuklar da doğal olarak kalemi ona vererek yardım ediyor. Bu yardım karşısında bazı çocuklara ödül veriliyor, bazıları övülüyor ve bazılarına da hiçbir şey verilmiyor. Deneyin ikinci kısmında çocuklara birer oyuncak veriliyor ve araştırmacı çocuklar oyuncakla oynarken kalemi tekrar düşürüyor. Ödül alan grup, en az yardım eden grup oluyor. Övgü alan grup da ödül/övgü almayan gruba göre daha az yardım ediyor.

Yardım etmek ve iyilik yapmak insanın doğasında olan bir değer olduğu için çocuklar bunu iç motivasyonla yapmaktadır. Sadece yardım etmiş olmak için yardım eden çocuklara, bu davranışlarından dolayı ödül verilince ve ya onlar övülünce, iç motivasyonun yerini dış motivasyon almaktadır. Dış motivasyonla yardım etmeye



başlayan çocuğun, motivasyon kaynağı ortadan kalkınca yardım etme davranışı da ortadan kalkmaktadır (Bolat, 2018: 102).

İnsanlar ödül veya onaylanmak için değil, değerlerinden dolayı yardım etse de, ödül için içine girdiği zaman hedef kaymaktadır. Ödül ve övgü yoluyla çocuklara değer kazandırılmaya çalışınca, çocuklar onaylanmak için yardım etmeye başlamaktadırlar. Onay mekanizması olmayınca yardım etmeyi bırakan çocuk, ileride yetişkin olunca, yardım etmek için değil; onaylanmak, toplumda kabul görmek için bağış yapmaktadır. Yardım etme davranışına herhangi bir dış motivasyon eklenmediği zaman, çocuk sadece iyi bir insan olmak için yardım etmeye devam etmektedir (Bolat, 2018: 105).

### **2.1.5. Özgecilik ve Empati İlişkisi**

Batson, Duncan, Ackerman, Buckley ve Birch (1981) tarafından yapılan araştırmada, Batson insanlarda özgeciliğin varlığını sorgulamak için geliştirdiği deneysel modelinde motivasyon kaynağı olarak empatik kaygıyı bildirmiştir. Psikolojik egoizmin bencillik temelli açıklamaları kişilerin neden ve nasıl özgeci bir şekilde davrandıklarını açıklamada yeterli olamamaktadır. Batson, empati-özgecilik hipotezi ile ilgili çalışmasında özel olarak “yardım etme” motivasyonu ile ilgilenmekteydi. Araştırmanın problemi, başkalarına yardım ettiğimizde bunun tamamen kişisel çıkarlarımızla ilgili olup olmaması ve özgeci bir şekilde motive olabilme yetisine sahip olup olmamız şeklinde özetlenebilir. Batson ve diğerlerinin (1981) çalışmasında, prososyal davranışın gerçekleşmesinde önce bir uyarılmaya ihtiyaç olduğu, daha sonra empatinin başkalarına yardım etmek üzere harekete geçirdiği vurgulanmaktadır.

Batson ve diğerleri tarafından yapılan (1995) deneysel çalışmalar, empatiden kaynaklanan özgeciliğin ve ahlaki bir adalet prensibine sahip olma arzusunun bazen birbiri ile işbirliği yapan, bazen de çatışan bağımsız prososyal güdüler olduğunu göstermiştir.

Batson (2008)'a göre, ihtiyaç içinde birisine duyulan empatik kaygı, bu ihtiyacı karşılamaya yönelik özgeci motivasyon yaratmaktadır. Başka şekilde, özgeci motivasyonun kaynağı ihtiyaç içinde bir insana duyulan empatik kaygıdır.

Dovidio, Allen ve Schroeder (1990) tarafından yapılan deneysel bir araştırmada, empatik kaygının yardım etme üzerindeki etkisinin, özgeci ve egoist açıklamaları incelenmiştir. Empati-özgecilik hipotezinin sınanmasına göre, empatik kaygının başka bir kişinin sıkıntısını hafifletmek için özgeci bir motivasyon yarattığı iddia edilmektedir.

Empati-özgecilik ilişkisi ile ilgili çalışmayalar yapan Hoffman (1978) şu dört sonuca ulaştığını belirtmiştir:

1. Empatik uyarılma, yardım davranışından önce ortaya çıkmaktadır.
2. Kurbanın acısı ne kadar çoksa, gözlemcinin empatik uyarılması da o kadar şiddetli olmaktadır.
3. Empatik uyarılmanın şiddeti, sistematik olarak onu takip eden yardım davranışını belirlemektedir.
4. Empatik uyarılma, yardım etme davranışının ardından azalmaktadır.

Hoffman (1978) empatik uyarılmanın yardım etme davranışının motivasyonu olduğunu varsaymadan bu sonuçları açıklamanın zor olacağını ifade etmiştir. Ona göre empati, bencillik ve özgecilik arasındaki boşluğu doldurmak için eşsiz bir olgudur. Çünkü o, başka kişinin talihsizliğini kişinin kendi sıkıntısı haline getirmektedir. Dolayısıyla da, o kişiye yardım etmek bu sıkıntıyı gidermenin en iyi yolu olmaktadır.

Hoffman'nın çıkarımlarını eleştiren Eisenberg (1987) ise genel olarak empati ve yardım etme davranışının nedensel bir ilişki içinde ele alınmaması gerektiği konusunun altını çizmektedir. Ona göre prososyal davranışların üzerinde empatik eğilimlerden ziyade sosyalleşme sürecinin etkisi vardır.

Dünyanın her yerinde kalabalık kent sokaklarında yürüyen insanların başka birini fark etmeye, selamlamaya veya yardım eli uzatmaya daha az eğilimli olmalarının nedeninin, kentsel dönüşüm olduğu düşünölmektedir. Aşırı yüklö uyarılardan kendini koruma amaçlı olarak insanı kendi içine kapatan bu eylem sayesinde çevrediklerin acil ihtiyaçları da devre dışı bırakılmaktadır. Önceliklerimiz, bir sürü sosyal-psikolojik etken ve sosyalleşme arzumuz, dikkatimizi ve duygularımızı- dolayısıyla da empatimizi yönlendirmekte veya kısıtlayabilmektedir.

Sadece dikkat göstermek bile empatinin oluşmasına, duygusal bir bağlantının kurulmasına neden olmaktadır (Goleman, 2007: 67).

Özgeciliğin pratik hayattaki psikolojik yansımalarında özgeci bir insan, muhatabını anlamayı amaçlamaktadır. Kendini muhatabın yerine koymakta, onun gibi düşünmeye ve hissetmeye çalışarak hayata onun gözünden bakmaya çaba sarf etmektedir. Böyle bir yaklaşım, başkalarının kazanması için kaybetmeyi, başkalarının huzuru için sıkıntılara katlanmayı ve başkalarının çıkarları için kendi çıkarlarından vazgeçmeyi ya da çıkarlarını ertelemeyi ifade etmektedir (Bahadır, 2011: 128-129).

Uzak ve yakın tarih kendi hayatları pahasına insanlara yardım eden, özgürlükleri pahasına başka insanları savunan kahramanların hikâyeleriyle doludur. Bazen insanlar bir şey beklemeden “kendilerine bir maliyeti olsa bile tek amaçlarının karşısındakine yardım etmek olabileceğini” ifade etmektedirler. Bu sebeple yardım isteyen insana eşduyum gösterebilirsek katışıksız bir özgecilikle yardım ederiz (Sayar, 2011: 85). Fedakârlıkta bulunarak paylaşmanın ve diğer insanı düşünmenin bizi vicdanlı bir insan yapacağını unutmamalıyız. Çünkü vicdanının sesine kulak verebilen bütün insanlar yardım etme davranışını sergilemektedirler (Sayar, 2011: 131).

Segal (2011) empatinin özgecilik ve dayanışma ile ilişkili olduğunu belirtmektedir. Empati, toplumsal gruplaşmalar, benzer insanlara daha çok değer verme ve kültür gibi temalar dikkate alındığında, toplum-birey ilişkisi ötekini anlama ve eyleme geçme noktasında dikkat çekmektedir. İnsanlar empatik bir donanıma (ayna nöronlar)sahipse ve bu da onları özgeciliğe yönlendiriyorsa, “kötülüğün kaynağı nereden geliyor?” sorusu dikkat çekmektedir. İnsanlar empatik, özgeci ve ahlaki bir donanıma sahip olsalar da, topluluklar bu davranışlardan seçici olarak faydalanmakta vede seçtiği davranışları desteklemektedirler. Doğamız biz insanlara empatik olmak ve sosyal olarak sorumlu olmamız için temel araçları vermişse de , bu araçları mevcut düzene oturtabilmemiz için bir sosyal yönlendirmeye ihtiyacımız vardır.

İki uçlu olan empatik ilgi, bir ebeveynin çocuğuna duyduğu ilginin aynısıyla birleşen ötekinin üzüntüsünü doğrudan yaşamamanın verdiği örtük rahatsızlık şeklinde kendini göstermektedir. Ama bu ilgilenme içgüdüsüne, öteki kişinin iyiliğine ne

derece değer verdiğimizi tartan sosyal bir denklem de ilave edilmektedir (Goleman, 2014: 112).

İçlerinde çok güçlü bir şekilde duygudaşlık kıpırtıları olan kişilerin çoğu acı çekeabilmekte ve insanlara yardım amaçlı mesleklerde bu durum kimi zaman duygusal tükenmeye ve şefkat yoğunluğuna neden olmaktadır (Goleman, 2014: 113).

### **2.1.6. Özgecılık ve Kuramlar**

Toplum yanlısı davranışı geleneksel kuramlara başvurarak açıklamak zordur. Toplum yanlısı davranış pekiştirme olgusundan bağımsız olduğu için olağan dışı bir davranıştır. “ Bir başka insan için yapılan fedakarlık ve harcanan çaba, sözcüğün bilinen anlamıyla, nasıl pekiştirilebilir?” sorusu sorulabilir (Hogg, Vaughan, 2007: 580).

#### **2.1.6.1. Kohlberg'in Ahlaki Gelişim Modeli**

Kohlberg altı evreli ahlaki gelişim modelinde her biri iki aşamada gerçekleşen gelenek öncesi, geleneksel ve gelenek sonrası diye üç düzey belirtmiştir. Gelenek öncesi düzeyin ilk aşaması olan ceza-itaat evresinde çocuklar otoriteye uymakta ve cezalandırılmaktan kaçınmaktadırlar. Olayların dış görünüşüne ve sonuçlarına bakarak karar veren çocuklar için olayın arka planındaki neden önemli değildir. Davranışın iyi ya da kötü olduğunu davranışın fiziksel sonuçları belirlemektedir. Araçsal ilişkiler eğilimi aşamasında iyiyi ve kotüyü kişisel ihtiyaçlar belirlemektedir. Bu aşamada kişi kendi çıkarlarına uyduğu sürece diğer insanlara hizmet etmektedir. Bir çeşit alışverişe benzeyen ilişkiler zamanı iyilik, “sen beni kolla, ben seni kollayayım” hattı boyunca geri dönmektedir. Bu evrede çocuk otoritenin de hata yapabileceğini kavramaya başlamaktadır. Geleneksel düzeyin ilk aşaması olan kişilere uyum/ iyi çocuk aşamasında iyi davranış, başkalarına yardım etmek ya da onları mutlu etmektir. Başkaları tarafından onay görmek, iyi çocuk olmak için önemlidir ve ahlaki yargılarda başkalarının hissettikleri de dikkate alınmaktadır. Kanun ve düzen eğilimi aşamasında sosyal kurallara uyum esastır. Toplumsal

kuralları korumak ve onlara uymak mutlaktır. Bu aşamada kanunlar sorgulanmaksızın izlenmekte ve kanunlara uymayanlar asla onaylanmamaktadır (Duska ve Whelan, 1975: 46).

Gelenek sonrası düzeyin ilk aşaması olan sosyal anlaşma aşamasında yasalar yerini korumakta ancak bunların değiştirilebileceği de düşünülmektedir. Bu aşamadaki bireyin, toplumun üstünde bir bakış açısı vardır. Kanunlar, sosyal düzeni korumak, temel yaşama ve özgürlük haklarını güvence altına almak için gerekli görülmektedir. Kanunlara, herkesin refahı ve çoğunluğun haklarını koruyacağı için uyulmaktadır. Eğer kişinin ihtiyaçları ile toplumsal kanunlar arasında bir çatışma ortaya çıkarsa, adaletli olmayan yasalara boyun eğme yerine, bunları değiştirmek için çaba sarfetme doğru kabul edilmektedir. Evrensel ahlak ilkesi aşaması zamanı iyi ve doğru kişisel vicdan sorunudur. Bu aşama adalet, insanlık onuru ve eşitlik gibi soyut kavramları kapsamaktadır. Evrensel ahlak ilkesi aşaması adaletin evrensel etik ilkeleri, kişisel seçimler, insan hakları, insan varoluşuna saygı gibi konular çerçevesinde ele alınmaktadır (Duska ve Whelan, 1975: 47).

Pratt, Hunsberger, Pancer ve Alisat (2003) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, toplumsal yardım aktivitelerinde bulduklarını söyleyen 17 yaş grubu ergenler, özgeci ahlaki değerlerin önemi üzerinde daha fazla durmaktadırlar.

Özünde ahlaki bir davranış olan özgeci davranışın gösterilmesi için ahlaki davranışın gelenek sonrası düzeyde olması beklenebilmektedir. Kumru, Carlo ve Edwards (2004), 11-22 yaş aralığında olan 550 ilköğretim, lise ve üniversite öğrencisi üzerine yaptıkları araştırmada, ahlaki muhakemenin olumlu sosyal davranışları yordadığını ortaya çıkarmışlar.

#### **2.1.6.2. Evrimsel Psikoloji**

Başlangıçta Charles Darwin tarafından ortaya atılan, daha sonra biyologlar tarafından geliştirilen görüşlerden yararlanan evrimsel sosyal psikoloji ortak insan niteliklerini araştırmaktadır (Taylor, Peplau ve Sears, 2015: 18). Birçok toplumsal davranışın başlangıcını açıklayan evrimsel sosyal psikologlar, gereksinimi olanlara yardım konusundaki istekliliğimizi de araştırmıştır (Taylor, Peplau ve Sears, 2015: 19).

Çoğu insan özgeci davranışların yalnızca insana özgü olduğunu düşünmekte, hayvanlarınsa onlara başkalarını düşünmeyi öğreten ebeveynlere sahip olmadıkları için yalnızca bencil dürtülere dayanarak özgecil davranmadıklarını ileri sürmektedirler. Şempanzelerin bile zaman zaman başkalarını düşünerek yardımsever bir şekilde davranması bu konuda sandığımız kadar özel olmadığımızı göstermektedir (Brockman, 2014: 27).

Birbirleri için kendilerini tehlikeye atan ve özgeci davranış sergileyen hayvanlarla ilgili gözlemler, evrimsel psikologlar için bir araştırma konusu olmuştur. Bir türün yardımsever üyeleri kendilerini feda ederek hayatta kalma ve genlerini bir sonraki kuşağa aktarma olasılığını azaltırken, nasıl oluyor da biyolojik olarak özgeci davranma konusunda ısrarcı olabiliyorlar? Başkalarına yardım etme eğilimi bireyin genleri için yüksek hayatta kalma değerine sahip olduğu halde, bireyin kendisi için hiç de öyle olmayabilir (Taylor, Peplau ve Sears, 2015: 381).

Sosyal davranışı bizim genetik mirasımızın bir ürünü olarak gören sosyo-biyologlara göre, yaşamın özü hayatta kalma genidir ve genlerimiz bizi kendilerinin hayatta kalma şansı maksimum olacak biçimde harekete geçirmektedirler. Sosyo-biyologlar, gerçekte kalıtımsal olan, görünürde ödül ve cezalardan etkilenmeyen, yardım eden için olağan bir fayda sağlamadığında bile ortaya çıkan güçlü bir özgeciliğin olduğuna inanmaktadırlar (Hogg ve Vaughan, 2007: 580).

Wilsona (1975, 1978) göre, fedakarlık davranışından sorumlu olan genler kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır, çünkü uzun vadede birey yok olsa da, fedakarlık türün hayatta kalma olasılığını arttırmaktadır (Akt.Hogg ve Vaughan, 2007: 581).

Trivers'a (2010) göre biyolojik olarak canlılar arasında en çok yardım severi insandır. Bu aşırı yardımseverliğin evrimsel açıdan da incelenmesi gerekmektedir. Özgeci davranışları evrimsel çerçevede işlemiş Antropolog Trivers evrimsel model geliştirmiştir. Trivers modeli "karşılıklı özgeci" olarak kavramlaştırılan belirli davranış türlerinin özgeci davranış sergileyen canlının muhatabı ile uzaktan bağlantılı olduğu ve akraba seçiliminin nasıl gerçekleştiğini göstermek üzere tasarlanmıştır. Özgeci canlılar, zaman içerisinde hem üreme hem de hayatta kalma açısından özgeci olmayan canlılara üstün gelmeye eğilim göstermektedirler. Bu görüşe göre, bir yabancıya yardım etmekle benzer bir durumda bulunduğu aynı şekilde sana da yardım edilmesi ihtimalini arttırırsın. Kendisi ile uzak bağlantıları

olan bir kişiyi boğulmaktan kurtarmak için risk alarak suya atlayan kişinin özgeci bir davranış sergilediği söylenebilir. Kişi kendi çocuğunu kurtarmak için atlıyor olsaydı bu davranış özgecilik örneği olmayacaktı; bu, sadece çocuğunda bulunan kendi genlerinin kalıcılığına katkıda bulunmaya hizmet edecekti.

Çocuklar davranış taklitçisi olmanın yanısıra iyi birer niyet okuyucudurlar. Niyet okumanın esas olduğu bir diğer alan gibi yardım etme davranışı karşımıza çıkmaktadır. Küçük çocukların niyet okuma kabiliyetlerini yalnızca kendi menfaatleri için mi, yoksa aynı zamanda başkalarına yardım etmek için mi kullandıklarını araştırmak için sosyal oyun konusunda test yapılmıştır. Buradaki amaç birisi bir şeyi düşürerek ona uzandığında küçük çocuğun bunun kaza olup olmadığını ve o kişinin nesneyi almaya ihtiyacı olup olmadığını anlamasını öğrenmektir. Testin sonucunda bebeğin yere düşen topu kalkıp aldığı ve topu düşüren kişinin eline koyduğu tespit edilmiştir. Bu kazara keşfetme anından sonra küçük çocuklarda başkalarına yardım etme ve başkalarını düşünme konusuna ilham olan bir çok araştırma, çocukların yaşamlarının başından itibaren böyle yapmaya başladıklarını açığa çıkarmıştır (Brockman, 2014: 29).

### **2.1.6.3. Toplumsal- Kültürel Bakış Açısı.**

Toplumsal-kültürel bakış açısı evrimsel yaklaşımı eleştirerek, olumlu toplumsal etmenlerin biyolojiden çok daha önemli olduğunu savunmaktadır. Toplumsal evrim insan kültürünün tarihsel gelişimine verilen ad olarak insanı, grubun refahını daha iyiye götürecek beceri ve inançları yavaş yavaş evrimselleştiren bir varlık olarak değerlendirmiştir. Toplumsal sorumluluk, karşılıklılık ve toplumsal adalet diye nitelendirilen üç norm yardım etme davranışı ile yakından ilişkilidir. Bu durum bize bağımlı olanlara yardım etmemizi emreden toplumsal sorumluluk ve bize yardım edenlere yardım etmemiz gerektiğini söyleyen karşılıklılık kuralıdır (Taylor, Peplau, Sears, 2015: 382). Dürüstlük ve kaynakların hakça dağıtımıyla ilişkili olan kural ise toplumsal adalet kuralıdır (Taylor, Peplau ve Sears, 2015: 383).

Bu üç norm olumlu toplumsal davranış olarak kültürel bir değer sağlar. Bireyler toplumsallaşma süreci yoluyla bu kuralları öğrenir ve toplumsal davranış ilkelerine uygun davranır hale gelirler. İnsanların yakın akraba ve arkadaşlarına yabancılardan

daha fazla yardım etmesini toplumsal normlar çerçevesinde açıklayacak olursak, bu yakın olanlar için daha fazla sorumluluk duyma ve gerektiğinde onlardan da yardım alma ile bağlantılıdır (Taylor, Peplau ve Sears, 2015: 385).

Sosyalleşme pratikleri çocuk gelişimini derinden etkilese de, kültürel normlar biyolojik miras yoluyla başlatılan her şeyi kolaylaştırıp desteklese de, özgecil davranışlar yalnızca kültürel normların ve sosyaleşmemizin sonucu değildir. Özgecil davranış erken çocukluk döneminde ortaya çıksa da, çocukların kime ve nasıl yardım edecekleri konusunda öğrenecek çok şeyleri vardır. Çocukların gelişimlerinin hangi evresinde sosyal yaşamımızı belirleyen normları, özellikle de insan özgeciliğini öğrenmeye ve dikkate almaya başladıkları araştırılması gereken bir konudur. Tek kültürel normlara bağlılık özgecil davranışlarımızın asıl kaynağı değildir. Kültürel faktörler insanın biyolojik eğilimini geliştirmektedir, yani kültür insan ruhuna özgecilik eğilimini aşılammakta ama bu eğilimi beslemektedir (Brockman, 2014: 36).

Waxler, Yarrow ve King (1979)'e göre, sıkıntılı zamanlarda başkalarına yardım etme ve onları rahat ettirme genellikle çocuğun hayatının ikinci yılında gelişen bir davranış şeklidir ve davranış annenin çocuğa nasıl davrandığından çok etkilenmektedir. Diğerlerinin sıkıntılarına en hazır ve en uygun şekilde cevap veren çocuklar, sinyallerine duyarlı bir şekilde cevap veren ve rahatlatan vücut teması sağlayan annelere sahipler.

Çocuklara yardımsever olmayı öğretirken ‘ söylediğimi yap, yaptığımı yapma ‘ ilkesi işe yaramayacaktır. Bir yetişkin kendisi bencilce davranarak çocuklara yardımsever olması yönünde telkinde bulunuyorsa, çocuklar da bencilce hareket edeceklerdir (Hogg ve Vaughan, 2007: 582).

İnsanlar yardım davranışı gerçekleştiren başka bir bireyi gözleyerek ve onun davranışını başka durumlara genelleyerek de, yardımsever olmayı öğrenebilmektedirler. Yardımsever olmayı gözlem yoluyla öğrenmek model almanın özel bir durumudur (Hogg ve Vaughan, 2007: 583).

Rotterin “Beklenti-Değer” kuramına göre, kişi belirli bir davranış içindeyse o davranıştan elde edeceği sonucun bir değeri vardır. Belirli bir durumda, değer ya da beklenti çok düşükse, davranış ortaya çıkmaz. Rotter, böylece kişinin davranışının gerçekleşmesini beklenti ve kişinin davranıştan elde edeceği sonucun değeri diye iki



temel faktöre indirgemektedir. Toplumsal öğrenme kuramında, “beklenti” bir davranışın ortaya çıkma olasılığının üç temel belirleyicisinden birincisidir. İkinci temel değişken “sonucun değeri”, üçüncü temel değişken ise “psikolojik durum”dur. Psikolojik durum hem beklentileri, hem de sonuçların değerini belirlemekte, dolayısıyla da davranışın yineleme olasılığını etkilemektedir (Altıntaş ve Gültekin, 2015: 277).

İnsanların yardım edip etmeme davranışları ile yardıma ihtiyacı olanlar hakkında yaptıkları yüklemeler belirli düzeyde rol oynayabilmektedir. Bir insan herhangi bir vesile ile başkasına yardımcı olsa da, yardımseverliğin sürekliliği için yardımseverlik fikrinin içselleştirilmesi gerekmektedir. Kendisini yardımsever bir kişi olarak kabul eden çocuk, yardım etmenin bir seçenek olduğu ileriki durumlarda kendisine kılavuzluk edecek bir yüklemde bulunmaktadır (Hogg ve Vaughan, 2007: 584).

Ariely, Brancha ve Meiser (2009) yapmış oldukları araştırmada, 154 öğrenciyi tek tek bir odaya alıyor ve onlara bir bilgisayar oyunu oynatıyorlar. Öğrencilerin yapması gereken tek şey bilgisayar faresine basmak olsa da, fareye basma nedenleri çok farklılık göstermektedir. Bazıları fareye basarak hem para kazanıyor, hem de bir vakfa para kazandırıyor. Bazıları ise para kazanmadan sadece vakfa para kazandırıyor. Bazı öğrencilerin ne kadar bağış yaptığı ve ne kadar para kazandığı herkes tarafından bilinse de, bazı öğrenciler de sadece kendisi biliyor. Öğrenciler, en az bağışı, para kazandıkları ve kimsenin sonucu görmediği durumlarda yapıyor. En çok bağışı ise herkesin gördüğü durumlarda yapıyor. Öğrenciler, herkesin gördüğü durumda çıkarıcı algılanmamak için daha çok bağış yapmıştır.

Toplum yanlısı davranışın gelişmesinde ve sürdürülmesinde kültürel normun varlığı önemli bir etkiye sahiptir. Normlar insan davranışı üzerinde sosyal etkiye arka plan sağlayarak doğuştan değil tamamen sonradan öğrenilirler. Normlar uygun sosyal davranışı dikte eden sosyal beklentiler olarak karşımıza çıkmaktadır. Bazı sosyal sorumluluk normlarının evrensel olması, bu standardın sosyal yaşamı kolaylaştırdığını ve işlevsel bir değeri olduğunu göstermektedir (Hogg ve Vaughan, 2007: 586).

Gintis (2000)’e göre, özgeci işbirliği sergileyen bireyler, grup içi rekabette bencil bireylere karşı evrimsel açıdan dezavantajlı durumda olsalar da, gruplar arası

rekabetin şiddetli olduğu durumlarda özgeci bireylerden oluşan gruplar evrimsel açıdan bencil bireylerden oluşan gruplardan daha avantajlı olabilmektedirler.

#### 2.1.6.4. Sinirbilim Açısından Özgecilik

Moll ve diğerleri (2006) tarafından yapılan araştırmada, fonksiyonel MRI kullanarak katılımcıların nakid bağış yapma ile ilgili karar verirken ortaya çıkan beyin aktivitelerini incelenmiştir. İsimsiz olarak yapılan hayır işleri, bağış yapan bireylerin kendilerine dönecek hiçbir yarar, iyilik veya mali kazanım beklemediklerinden salt özgeciliğin bir örneği olarak görülmektedir. Deneyin temel hedefi, bireysel çıkarlar veya herhangi bir özgecil davranış türüne dayalı kararlarda yer alan nöral yolların haritasını çıkarmaktan ibaretti. Deney zamanı, kendilerine hedef tanımlarıyla birlikte hayır kuruluşlarının listesi verilen katılımcılardan bu kuruluşlara kendi belirleyecekleri az bir miktar bağışta bulunmaları istendi. Bu süreç boyunca, bilim insanları bu deneklerin beyin aktivitelerini incelediler. Alışılmadık bir özelliği olan deney zamanı katılımcıların her birine bağışladıkları değil, bağışlamadıkları miktar ödül olarak verilecekti. Bu sebepten dolayı, katılımcılar, bağışta bulunma veya bu duruma karşı çıkma konusunda çelişki yaşadılar. Katılımcıların büyük çoğunluğu, paralarının ortalama %40'ına denk gelen bir maliyete karar verdiler. Daha büyük miktara karar veren katılımcıların bu kararı almaları diğerlerine göre daha uzun sürdü. Bu da bu gibi kararlar verirken manevi duyguların da işin içine girdiğini göstermektedir. Katılımcıların kararına bağlı olarak, özgecil olsun olmasın, beynin farklı bölgelerinde hareketlilik tespit edildi. Çalışmanın sonucuna göre, ön kısımda bulunan prefrontal korteksin tümüyle diğerlerinin yararı gözetilen kararlarda devreye girdiyi ortaya çıkıştır.

Ayna sinir hücreleri acı çeken birini gördüğümüzde devreye girmekte ve onun duygularını hemen paylaşmamızı sağlayarak bir tepki sistemine sebep olmaktadır. Başkalarının duygularını ne kadar paylaşabilirsek, onlara yardım etme isteğimiz de o oranla artmaktadır (Goleman, 2007: 72).

Beynimiz daha başından beri iyiliğe ayarlandığı için otomatik olarak dehşet içinde bağıran bir çocuğun yardımına koşarız ya da gülümseyen bir bebeği kucaklamak isteriz. Bu tür duygusal akışlar, içimizde önceden tasarlanmış ani

tepkilere yol açmaktadır. Bu akışın empatiden eyleme doğru böylesine otomatik ve hızlı şekilde gerçekleşmesi, tam da bu ardışıklığa adanmış devrelerin varlığına işaret etmektedir (Goleman, 2007: 78).

Harrison ve diğerlerinin (2007) pupil boyutunun duyguların dışavurumundaki rolünü sorguladıkları araştırmalarında 33 sağlıklı gönüllüye farklı pupil boyutlarında (%60, %100, %167) mutlu, sinirli, hüzünlü, korkulu, şaşkın, tiksinen ve nötral yüz ifadeleri sergileyen fotoğraflar gösterilmiştir. Katılımcılar gösterilen fotoğrafları empati ölçeği ile değerlendirdiklerinde, tüm yüz ifadeleri için daha küçük pupil boyutlarında empati yoğunluk skorlarının yüksek olduğu saptanmıştır. Bundan başka pupil boyutu değişikliklerine duyarlılık gösterenlerin empati ölçeği skorları da yüksek bulunmuştur. Ancak yalnızca hüzünlü yüz ifadesi için pupil büyüklüğü ile emosyonel dışavurum arasında anlamlı ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

İnsan beyni başkasının sıkıntısını hissetmemizi ve yardım için eyleme hazırlanmamızı sağlayacak bir sistem içerdiğine göre, neden hep öyle davranmadığımız sorusu sosyal psikolojinin araştırma konusudur. Modern yaşam şartlarına göre, genelde muhtaç kişilerle belli bir mesafeden ilgilenmekteyiz. Bu, mesafe, acı çeken insan için sadece “bilişsel empati”duyduğumuzu göstermektedir. Diğer taraftan sadece sempati duyarız, yani muhtaç kişinin sıkıntılarını hiç hissetmeden onun için üzülürüz. Bu şekilde uzak ilişki de doğamızda var olan yardım etme isteğinin zayıflamasına neden olmaktadır (Goleman, 2007: 80).

Üçüncü tür olan empatik bilgi daha ileriye giderek başkalarına değer vermemizi sağlamakta, onlara yardım etmek üzere bizi harekete geçirmektedir. Bu şefkatli tutum, beynin derinliklerinde ilgi ve bağlılıkla ilgili olan aşağıdan yukarıya doğru temel sistemlere dayanmaktadır. Bunlar daha yansıtıcı olan, başkalarının iyiliğini nedenli önemseyişimizi değerlendiren yukarıdan aşağıya doğru devrelerle karışmaktadır (Goleman, 2014: 104).

Yang ve Raine (2009) tarafından yapılan çalışmanın sonuçlarına göre, şiddet ve antisosyal davranışlarla en çok ilişkilendirilen beyin bölgesi prefrontal kortekstir. Suç işlemiş veya antisosyal bireylerde gri cevher azalması dorsolateral prefrontal korteks (DLPFK) için genelde sol tarafta, ön singulat korteks (ÖSK) ve orbitofrontal korteks (OFK) içinse sağ tarafta olmaktadır. Daha çok sağ taraflı ve ÖSK ve OFK’yi içeren bir patolojik durum ve etkilenme söz konusudur. Sağ prefrontal korteks

alanları empati yapabilmeye yakından ilişkili olduğu gibi “ayna nöron” yapılarıyla da yakından bağlantılıdır.

Decenty (2010)’nin çalışmasına göre, beyin gelişirken, bağlantılarımız başka birinin zevkini veya acısını düşünmeden önce hissedebileceğimiz şekilde oluşur. Kendimizle başka biri arasında temel bir rezonans hissi veren bağlantıların bir parçası olan ayna nöron sistemi, altı aylık gibi bir dönemde etkisini göstermektedir. Ayna nöronların yanısıra, ventromedial prefrontal korteks gibi devreler de kilit rol oynamaktadır.

Baumgartner ve diğerleri tarafından yapılan (2011), prefrontal korteksin özgeci dürtüleri bloke etmekte görev alan belli alanlarının olup olmadığını bulmayı hedefleyen bir çalışmada katılımcılar, teta patlamalı Transkraniyal Manyetik Uyarım (TMU) isimli bir işleme tabi tutuldular. Bu işlem, kısa süreliğine beynin belirli bölgelerindeki hareketi azaltarak, yani o bölgeleri geçici bir süre susturarak, bu durumda neler olduğunu gözleme imkanı sunmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre, katılımcılar arasından dorsolateral prefrontal korteksi susturulan kişiler, yüksek gelirli, başıbaşa ihtiyacı olmayan insanlara karşı cömert olma eğilimine giriyorlar. Dorsomedial prefrontal korteksi baskılanan kişiler ise herkese karşı oldukça bonkör olmaya meyilli bir davranış kalıbı gösteriyorlar.

#### **2.1.6.5. Psikodinamik Kuram**

İlk çocukluk döneminde ortaya çıkan yansıtma savunma mekanizması, çocuğun kendisi için tehlike olmaya başlayan etkinlik ve dileklerini kendisinden uzaklaştırmasına ve çevresinde bunların sorumluluğunu taşıyacak yeni bir suçlu aramasına neden olmaktadır. Fakat yansıtma mekanizması yalnızca saldırganlığın çevreye mal edilmesi ve kıskançlığın yansıtılması yolu ile insan ilişkilerine zarar veren bir mekanizma değildir. Yansıtmanın daha az dikkat çeken dürtüsel itkilerimizden başkaları yararına “özgeci bir vazgeçiş“ olarak adlandırabileceğimiz olumlu bağlanmaların kurulmasında, insan ilişkilerinin pekiştirilmesinde katkı sağlayan biçimi de vardır (Freud, 2011: 87).

Özgecilik olgun savunmalardan biri gibi karşımıza çıkmaktadır (Esin, 2016: 766). Özgecilik veya diğergamlık dediğimiz savunma mekanizmasını kullanan kişi

psikolojik sorunların örtmek için başkasına yardım etmeyi seçmektedir. Normalde içgüdüsel olan yardımlaşma isteği, özgecilikte ise insanın kişiler ya da gruplar tarafından beğenilme, onaylanma ve beklediği yakınlık isteğinin sonucu olarak kendini göstermektedir. Bu beklenti karşılanmadığı zaman, kişi ani olarak tavır alır yada arkasını dönerek gitmeyi tercih etmektedir. Özgecilikle kendini feda eder tarzdaki başa çıkma davranışlarının farklı olduğunu vurgulamak gerekmektedir. Kendini heder eder tarzdaki davranışta bir miktar mazoşistik dürtü etkisi izlendiği halde, içten gelen özgecilik ise empatik ve sempatiktir. İçten gelen özgecilik karşısındakine sevgi ve saygı duyarak onu yönetmeye çalışmamaktadır. Savunma amaçlı özgecilik ise kendini rahatlatmaya yöneliktir, yönlendirme ve etkileme amacı gütmektedir (Esin, 2016: 773).

Patolojik özgecilik, yansıtma ve kurbanla özdeşimin bir birleşimidir. Bu durum ihtiyaç sahiplerine yardımcı olarak aslında onlara yöneltilmiş olan kendi oral (bağımlılık) güdülerinizi yok saymanıza yardımcı olmaktadır. Bu durum ilgi görmekten dolayı memnun kalmakla beraber, insanın açgözlülüğünden kaynaklanan suçluluğunu azaltarak mahrumiyetle kendini cezalandırmasını içermektedir (Blackman, 2017: 123).

Normal özgecilik, üst benliğin cömertlik ve paylaşmayla ilgili değerlerine uyumlu empatik bir birleşimden kaynaklanmaktadır. Patolojik özgecilikse genellikle kendi yaşamlarının çoğunu, akılsızca sahte davaları ya da örgütleri kurtarmak için feda eden insanlarda bulunan karşıt tepki geliştirme, mazoşistik kışkırtma ve büyüklenmecilikle birlikte var olan kendi kendini tahrip edici, habis bir savunmadır (Blackman, 2017: 124).

Kişinin dürtülerini kendi beninde olunca yargılayıp suçlu bulan üstben, aynı dürtüyü çevrede şaşılacak derecede hoşgörülle karşılayabilmektedir. Kişinin elde ettiği dürtüsel kaynaklı haz, başkalarının dürtülerini doyururken duydukları ve kişinin de paylaştığı hazdır. Kişinin başkalarının duyduğu hazzı paylaşması yansıtma ve özdeşleşme mekanizmaları sayesinde mümkün kılınmaktadır. Kendi dürtülerine koyduğu sınırın öz yaşamında zorunlu kıldığı çekingen tutum, başka bir nesne üzerine yansıttığı aynı istekleri gerçekleştirmesi söz konusu olduğunda tümüyle ortadan kalkmaktadır. Bu açıdan bakıldığında başkaları yararına kendi dürtüsel etkilerinden feragat etmiş olmanın da bencilce bir anlamı vardır. Diğer taraftan

başkalarının dürtülerinin doyumuna ulaşması için çaba göstermek de özgeci olarak nitelenebilmektedir (Freud, 2011: 90).

Özgeci vazgeçiş, kişinin narsisistik yaralanma ile başa çıkmasını sağlayan bir yönteme dönüşebilmektedir (Freud, 2011: 93).

Bencillikle özgeciliğin bir araya geldiği anne babayla çocuklar arasındaki ilişkide yaşam tasarımlarının çocuklara aktarılmasına sıklıkla rastlanmaktadır. Ebeveynlerin kendi yaşamlarında gerçekleştiremedikleri ihtiraslarını daha uygun durumda olan çocuklarının yardımıyla elde etmeye çalıştıkları söylenebilmektedir. Annelerin oğullarına karşı olan o özgeci sevgilerindeki önemli belirleyicilerden biri, isteklerini erkekliklerinden dolayı bunları gerçekleştirmeye daha uygun olan oğullarına aktarmış olmalarıdır. Gerçekten de, bir erkeğin elde ettiği başarılar, ona bağlı olan kadınların özverilerinin karşılığını büyük ölçüde ödemiş bulunmaktadır (Freud, 2011: 94).

Özgecilik zamanı kişi, edilginlikten etkinliğe geçer, aldığı narsisistik yaralar yardımseverlik rolünün gücünün vurgulanmasıyla onarılmaktadır. Bu durumda edilgin olarak yaşanan engellenme deneyimi, etkin olarak başkalarına mutluluk vermesiyle dengelenmektedir. İnsanlar arasında kişinin kendi dürtüsel doyumunun yüceltilmiş ya da yer değiştirmiş biçimde rol oynamadığı gerçek bir özgeci ilişkinin bulunup bulunmadığı sorusu şimdilik yanıtsız bırakılmaktadır. Diğer taraftan, yansıtma ve özdeşleşme sözde özgeci davranışın tek yolu değildir. Aynı amaca götüren diğer bir yol da mazoşizmin değişik biçimlerinden geçebilmektedir (Freud, 2011: 96).

Nevrotik sevgi ve onaylanma ihtiyacı, koşul, durum ya da nesne ayrımı gözetmeksizin başkalarını hoş tutmaya ve bu şekilde onlar tarafından sevilip onaylanmaya duyulan ihtiyaçtır. Bu ihtiyaç, insanların beklentilerini otomatik olarak yerine getirmeyi, kendini ortaya koyma korkusunu, diğerlerinin düşmanlığından ya da kendi içindeki düşmanlıktan korkmayı içermektedir. Ağırlık merkezi bireyin kendisinin değil, başkalarının olduğu bu durumda önemli olan tek şey diğerlerinin görüşleri ve arzularıdır (Horney, 1991: 45).

İnsanın kendisini sevmesi, gerçekte, özseverlikten farklı bir anlam taşımakta ve diğer insanlara duyulan sevgiden soyutlanmamaktadır. Aslında, insanın kendini sevmesini ve özgeciliği birbiriyle çelişkili durum gibi değerlendirmemek lazım.

Bireyleşmeyi kabul eden ve gerçek kendini sevebilen insan, diğer insanları da sevicecek varlıklar olarak değerlendirmektedir. Böyle bir kişi, diğerlerini, kendisi için ne anlama geldiklerine göre değil, kendileri için ne anlama geldiklerine göre sevmektedir. Özgeci insan olağandışı sayılabilecek bazı durumlarda, bir insan ya da bir amaç uğruna, bilerek ve gerekli olduğu için, kendi varlığını tehlikeye atarak özveride bulunabilmektedir. Rastgele yapılan özveriler çoğu zaman bir erdemlilik belirtisi değildir; kişinin yalnız kalma korkularını, ya da kendine ve diğer kişilere duyduğu nefreti maskeleyen için geliştirilmiş davranışlardır. İnsanın dünyası öncelikle toplumsal nitelikte olduğundan, geliştirdiği güçler ve doyum sağlama biçimleri de toplumsal yönelimli olmaktadır. İnsan, bireyleşmeyi göze alabildiği oranda ve sinir sisteminin çevreye uyum yapabilme sınırlılıkları içinde, üretken bir çalışma ve içten sevgi ilişkileri yoluyla mutlu olabilmektedir (Gençtan, 1998: 308-309).

#### **2.1.6.6. Şema Terapisi: Kendini Feda Şeması**

Kişinin kendi mutluluğu pahasına olsa bile, gönüllü olarak başkalarının ihtiyaçlarını karşılamak üzerine aşırı odaklanması fedakarlık şemasıyla ilgilidir. Bencil hissetmekten doğan suçluluktan kaçınma, başkalarında acıya yol açabilecek eylemlerden kaçınma, ya da yardıma muhtaç olarak algılanan kişilerle bağlantıyı sürdürmek, bu şemayla tutarlı davranışlara yol açan bazı temel motivasyonlardır. Başkalarının acısına karşı şiddetli bir duyarlılıktan doğan ve bazı zamanlar kişiye kendi ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığını hissettiren bu şema genellikle, kişinin bakımını üstlenenlere karşı kırgınlık duymasına neden olmaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012: 31).

Kendini feda şeması genellikle başkalarının dertlerine akut bir hassasiyetten kaynaklanmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 42).

Kusursuzluğa tepki olarak ortaya çıkan kendini feda şemasına sahip birey şuna inanmaktadır; “bu kişilerin ihtiyaçlarının tümünü karşılırsam ve kendime aldırımsam, o kişiler beni kusurlarıma rağmen kabul edecekler ve ben bu kadar sevgisiz hissetmeyeceğim “ (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 46).

Genelde üstün bir empatik mizaçtan kaynaklanan kendini feda şemasına sahip insanlar, acıyı genelleme ve azaltmaya oldukça motive olduklarından başkalarının ruhsal acısını hissetmektedirler. Kendini feda genellikle başkalarına aşırı sorumluluk duygusunu içermesinden dolayı bağımlılık kavramıyla kesişmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 352).

Bu şemada birincil hedef, diğerlerinin gereksinimlerini ya da durumsal gereklilikleri mümkün olduğunca hızlı bir biçimde keşfetmek ve bunlara yönelmektir. Kendi gereksinimlerine odaklandıklarında suçlu hisseden bu bireyler, genellikle bakım ve yardım sağlayan alanlarda çalışmaktadırlar. Fazla bir saygınlığı ya da maddi kazanımı olmayan, çaba gerektiren ve zaman alıcı işlerin tekrarlayıcı bir biçimde aynı insanlar tarafından yapıldığı görülmektedir (Arntz ve Jacob, 2016: 22).

Bu şemaya sahip kişilerde baş ağrısı, kronik acı ve bitkinlik gibi psikosomatik semptomlar, bilinçli bir farkındalık olmadan ya da doğrudan istemek zorunda kalmadan kendilerine dikkat çekmeyi sağlayabilmektedir. Çok verip karşılığında çok az alarak yaratılan bir stresin sonucu olarak bu semptomlar ortaya çıkabilmektedir. Başkalarının ihtiyaçlarını karşılayan fakat kendininkini gidermeyen bu kişiler duygusal yoksunluk hissetmektedirler (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 352).

Kendini feda eden insanlar, kendileri gönüllü seçim yaparak yaşamaktadırlar (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 353).

Olumlu yönleri sahip olan bu şema, sadece sağlıklı bir dereceye ulaştığında patolojiktir. İçerisinde ikincil bir kazanç da barındıran bu şemada, kişiler kendilerini bakıcı olarak görmekten gurur duyabilmektedirler. İkincil kazancın diğer potansiyel kaynağı, şemanın başka insanları onlara çekebilmeleri ve kendini feda edenlerin yardım ve empatisinden haz almalarıdır. Bazense aşırı telafici davranışlar açısından uzun süreli kendini fedadan sonra kişiler, ani aşırı öfke göstererek diğer insanlara fedakarlık yapmayı tamamen kesebilmektedirler (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 353).



## 2.1.7. İlgili Araştırmalar

### 2.1.7.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Akbaba (1994) tarafından yapılan ‘‘grupla psikolojik danışmanın sosyal psikolojik bir kavram olan özgecilik üzerindeki etkisi’’ isimli çalışmada grupla psikolojik danışmanın niversite ğrencilerinin özgecilik düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırma Eğitim bilimleri bölümünde okuyan 48 ğrenci ile gerçekleştirilmiş ve tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilen bu öğrencilerin 24’ deney 24’ kontrol gruba seçilmiştir. Sınıf düzeylerine göre üç gruba ayrılan bu öğrencilere ön test olarak özgecilik leği uygulanmıştır. n test sonrasında üç ayrı deney grubuna on hafta süreyle haftada iki saatlik grupla psikolojik danışma uygulanmıştır. Uygulama sonucunda programa dahil olan deney grubundaki katılımcıların özgecilik düzeylerinin önemli ölçüde arttığı grlmştir.

Kasapoğlu (2013) tarafından yapılan ‘‘ niversite ğrencilerinde iyilik hali ile özgecilik arasındaki ilişkinin incelenmesi’’ isimli çalışmada niversite ğrencilerinin iyilik hali ile özgecilik düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Örnekleme İnönü niversitesinde okuyan 778 öğrenciden oluşan araştırmada lme aracı olarak özgecilik leği ve İyilik Hali leği kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, niversite ğrencilerinin toplam iyilik hali ve iyilik hali alt boyutları ile özgecilik düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, özgecilik ile özgeciliğin alt boyutlarının iyilik halinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu ortaya çıkmıştır.

Yöntem (2013) tarafından yapılan ‘‘ benlik kurguları ve otantikliğin özgecilik üzerindeki yordayıcı gücünün incelenmesi’’ isimli çalışmada benlik kurguları, özgecilik ve otantiklik arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma 20-52 yaş aralığında 116 erkek ve 104 kadın olmak üzere toplam 220 kişi ile yrtlmştir. Araştırmada lme aracı olarak Otantiklik leği, İlişkisel-Bireyci Toplulukçu Benlik leği ve özgecilik leği kullanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, bireyci benlik kurgusu ve otantikliğin özgeciliği anlamlı ölçüde yordadığı tespit edilmiştir. Ancak modele toplulukçu benlik kurgusu girildiğinde bireyci benlik kurgusunun ve otantikliğin özgecilik üzerindeki yordayıcı gücü anlamsızlaşmıştır.

Avcı, Aydın ve zbaşan (2013) yapmış oldukları çalışmada, hemşirelik ğrencilerinde empati-özgecilik ilişkisini ve özgeci davranışı belirleyen faktörleri

incelemişler. 218 öğrenci ile yürütülen araştırmanın sonuçlarına göre, hemşirelik eğitiminde öğrencilere özgeciler gibi profesyonel değerlerin öğretilmesinin, öğrencilerin empatik beceri ve eğilimlerinin geliştirilmesinin oldukça önemli olduğu tespit edilmiştir.

### **2.1.7.1. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Salais ve Fisher (1995) tarafından yapılan ve özgeci eğilimler, empati ve cinsel tercihler arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmaya 76 kadın homoseksüel ve 51 kadın heteroseksüel katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, özgeci yardım davranışı eğilimleri ve empati duygusu arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Homoseksüel kadınların heteroseksüel kadınlara göre empati düzeyi bakımından daha yüksek puanlar aldığı saptanmıştır. Bu sonuçların özgeciler ve empati ile ilgili sosyobiolojik modeli desteklediği ortaya çıkmıştır.

Miller (1997), okul öncesi çocuklarında empati ve özgeci davranışla mizaç özelliklerinin ilişkisini incelenmiştir. Araştırmanın örneklemi, 2-8 yaş arasındaki yüksek empati düzeyine sahip 27 çocuktan oluşmuştur. Çocukların anneleriyle görüşme yoluyla, çocukların okul ve evdeki empatik ve özgeci tepki düzeyleri belirlenmiştir. Duygusal olarak olumlu tanımlanan çocukların, empatik ve özgeci tepkilerinde de sosyal bireyler olduğu belirlenmiştir.

Burks, Youll ve Durtschi (2012) yaptıkları araştırmada, özgeciler - empati ilişkisi hipotezini sınamışlardır. Araştırmanın örneklemi, yaşı 18 ile 39 yaş arasında değişen 112 (76 kız, 36 erkek) psikoloji bölümünde okuyan üniversite öğrencilerinden oluşmuştur. Sonuçlar, özgeciler ve empati arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiş, aynı zamanda sosyal çekicilik ile empati ve özgeciler arasında da anlamlı pozitif bir ilişki bulunmuştur.

Furnham, Treglown, Hyde ve Trickey (2016) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, dışa dönüklüğün sosyallik boyutu ile özgeciler arasında pozitif ilişki tespit edildiği halde, hırs boyutu ile özgeciler arasında ilişki bulunamamıştır.

## 2.2. MÜKEMMELİYETÇİLİK

### 2.2.1. Mükemmeliyetçiliğin Tanımı ve Kavramsallaştırılması

Hollender (1965)'e göre, kişiler ailelerinden kabul görme isteklerinden dolayı güvensizlik duymaktadırlar ve bu durumda onlar hatasız ve başarılı olmayı seçerek mükemmeliyetçi kişilere dönüşmektedirler.

Burns (1980)'e göre, mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek standartlar belirlemesi ve bu standartlara ulaşip ulaşmamayı denetlemek anlamına gelmektedir. Burns (1983) mükemmeliyetçiliği beklentileri, olayların yorumlarını ve bireyin kendisini ve diğerlerini değerlendirmesini içeren mantıksız, katı ve gelişigüzel inançlar belirlemeyle ve bunlara uygun olarak öz- değer ( kendilik değeri) ve performansı ölçmeyle karakterize edilen bilişlerin ağı olarak değerlendirmiştir.

Patch (1984) mükemmeliyetçiliğe negatif bir bakış açısıyla yaklaşarak terimi yalnızca psikopatoloji bağlamında kullanma eğiliminde olmuştur. Patch mükemmeliyetçiliği kişisel yenilgiye yol açan kısır döngü gibi tanımlamıştır. Patch (1984)'e göre, mükemmeliyetçi insanlar Tanrı- Aşağılık insan fenomeninden sıkıntı yaşamaktadırlar. Başka bir ifadeyle mükemmeliyetçi insanlar ortada olanı görmekten acizdirler, ya sadece Tanrı vardır ya da Aşağılık bir insan. Patch (1984)'e göre, mükemmeliyetçi kişiler etrafındaki kişiler tarafından sevilme duygusunu kendilerine yaşatabilmeleri için böyle bir yolu seçmektedirler.

Roedell (1984)'e göre, mükemmeliyetçiliğin olumlu ya da olumsuz olması bireyin onu nasıl kullanacağına bağlıdır. Uygun bir şekilde kullanıldığı halde mükemmeliyetçilik başarıyla sonuçlanmakta, bireyde hatalara karşı aşırı hassasiyet, güven eksikliği olduğu durumlarda ve bireyin motivasyonunun dış kaynaklı olduğu hallerde ise mükemmeliyetçilik olumsuz bir yapı olmaktadır.

Blatt (1995)'e göre, mükemmeliyetçiler kendilerini aşağılık duygusu içinde hissetmekte ve hatalardan sürekli kaçınarak başkaları tarafından kabul görmeyi beklemektedirler.

Antony ve Swinson (2000)'a göre, mükemmeliyetçi kişiler olayları ya tamamen doğru ya da tamamen yanlış olarak görmekte, seçici algıyla olumsuz detayları hemen fark edip bu detayları felaket olarak yorumlamakta ve bunun sonucunda erteleme ya da kaçma davranışı göstermektedirler. Ayrıca mükemmeliyetçi bireyler başkalarının

kendileriyle ilgili olumsuz değerlendirmelerde bulduklarına inanmakta ve başkalarının kendi performanslarıyla ilgili ne düşündüğünü merak etmektedirler. Başarısızlık korkusu ve başkalarına güvenmeme nedeniyle hem kendi performanslarını, hem de başkalarının performanslarını sürekli kontrol etme gereksinimi duymakta ve kendilerini sürekli başkalarıyla karşılaştırmaktadırlar (Akt. Karayel, 2011). Mükemmeliyetçiler karar verme aşamasında da sıkıntılar yaşamaktadırlar. Hamachek (1978)'e göre, nevrotik mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler çok büyük kişisel standartlar belirlemekte ve bu standartlara ulaşma konusunda çok az esneklik göstermektedirler.

Özgüngör (2003)'e göre, mükemmeliyetçi kişilik özelliği olan düzenlilik, hata yapmaktan korkmak, hata yapmamaya odaklanmak, başarıyı değil, başarısız olmayı amaç edinmek; ebeveynlerinin eleştirel ve olumsuz tutumundan kaçınan çocuklarda daha çok görülmektedir.

Mükemmeliyetçi kişiler, konulara hakim olmak düşüncesiyle hazırlıklı olmaya itina göstermektedirler. Çok dikkatlidirler, gelecekle ilgili planlarını iyi hazırlamakta ve ele aldıkları işleri, planlarına sadık kalarak mükemmel yapmaya çaba sarf etmektedirler. Çalışmadan ve sonuca varmadan dinlenmek onlar için haramdır. İşlerini iyi organize etmekte, etrafı ve eşyalarını temizlemeyi hayatın bir parçası olarak görmektedirler (Seyyar, 2004).

Zorlayıcı standartlar ve özeleştiri, olumsuz etkilerine rağmen zorlayıcı standartlara ulaşma çabası, özdeğerini yüksek standartlara dayandırmak, mükemmeliyetçiliğin temel özellikleridir. (Shafran, Egan ve Wade, 2018: 25). Mükemmeliyetçiliğin kimlik sorunu olduğu düşünülse de, aslında bu bir ilişki sorunudur ve kişi “ diğer insanlar“ tarafından yargılanmaktan korkmaktadır (Bolat, 2018: 189).

## **2.2.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları**

### **2.2.2.1. Tek Boyutlu Mükemmeliyetçilik**

Mükemmeliyetçilikle ilgili ilk sistematik çalışmaları yapan Burns (1980), mükemmeliyetçiliği tek boyutlu bir yapı olarak ele almış ve “ulaşılması güç, hatta imkansız amaçlar için sürekli ve performansın üstünde çaba harcama“ diye

tanımlamıştır. Burns'e göre (1980) mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek standartlar belirlemesi ve bu standartlara ulaşip ulaşamadığını sürekli denetlemesidir.

Shafran ve diğerleri (2002) da mükemmeliyetçiliği tek boyutlu olarak değerlendirmekte ve bireylerin yüksek yetenek standartları belirleyerek bu standartlara ulaşmak için sürekli kendilerini eleştirdiklerini ifade etmektedirler. Sözü edilen araştırmacılar mükemmeliyetçiliği, bireyin belirlediği standartlarda yaptığı aşırı öz değerlendirme olarak kavramlaştırmaktadır.

### **2.2.2.2. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik**

Hewitt ve Flett (1991), mükemmeliyetçiliğin kişilerarası parçalarının olduğunu öne sürerek bu özelliklerin uyum zorluklarında kritik bir rol oynadığını belirtmişlerdir. Bu yapının empirik bir ölçümünü gerçekleştiren Hewitt ve Flett mükemmeliyetçiliği üç ayrı boyutta açıklamamıştır: kendiyönelimli, başkaları yönelimli ve sosyal olarak ön görülen mükemmeliyetçilik. Bu parçalar arasındaki temel ayrım inançların özellikleri değildir, aksine davranışların kime atıfta bulunduğudır. Kendi yönelimli mükemmeliyetçilik kendi için yüksek standart ve beklentiler içerirken; başkaları yönelimli mükemmeliyetçilik başkaları için gerçekçi olmayan beklenti, standart ve davranışların katı bir değerlendirmesini içermektedir. Sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik, onaylanabilmek için başkaları tarafından belirlenen yüksek standartları karşılayabilme ihtiyacını içermektedir.

Frost ve diğerleri (1990) tarafından yapılmış Frost Çok Yönlü Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇMÖ), başkaları yönelimli mükemmeliyetçiliği ölçmemesine rağmen; mükemmeliyetçiliğin hem kişisel yönlerini ölçmekte, hem de mükemmellik oluşturmada fark edilen dışsal baskıların saptanmasına yardımcı olmaktadır.

FÇMÖ' nin faktör analizi sonucunda ortaya çıkan 5 alt ölçeği ile birlikte ayrıca toplam mükemmeliyetçilik puanı da bulunmaktadır. Bu ölçekle mükemmeliyetçiliğin şu alt boyutlarını ölçmek mümkündür:

- Hatalar Üzerinde endişe duyma: Hatalara karşı olumsuz tepkileri içermektedir.

- Kişisel Standartlar : Çok yüksek standartlar belirlemeyi ve kendini bu standartlara yüklenen öneme göre değerlendirmeyi içermektedir.
- Ebeveyn Beklentileri : Kişinin kendisi için anne babası tarafından çok yüksek hedefler koyulduğuna olan inançları içermektedir.
- Ebeveyn Eleştirileri : Ebeveynlerin aşırı eleştirici algılanmasını içermektedir.
- Hareketle ilgili Kuşkuğunun Bulunması : Kişinin performansının kalitesi ile ilgili duyduğu şüpheyi ve performansının başarısız olduğu ile ilgili konuları içermektedir ( Frost ve diğerleri, 1990).

Slaney ve diğerleri (1996) mükemmeliyetçilik yapısını pek çok durumda uyumlu olabilecek bir bakış açısıyla ele almış ve bu model kapsamında üç boyuttan oluşan mükemmeliyetçilik oluşturmuşlar: a) yüksek kişisel standartlar, b) düzenlilik ve c) çelişki. Çelişki boyutu bireylerin kendileri için bizzat belirledikleri yüksek standartları karşılamada sürekli başarısız olduklarını algılamaları olarak değerlendirilebilir.

Hewitt ve diğerleri (2003) mükemmeliyetçi ilişki kurma biçimine yönelik öngördükleri mükemmeliyetçi davranış biçimini “Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme” olarak tanımlamaktadır. Araştırmacılar tarafından mükemmeliyetçiliğe ilişkin olarak önerilen KMG modeli üç temel davranış biçimini ele almaktadır. Birincisi, kişinin olumlu yönlerini, başarılarını, becerilerini ve yaptığı işleri sürekli öne çıkararak kendini mükemmel bir insan olarak göstermeye çalıştığı Mükemmeliyetçi Öz-Tanıttır (MÖT). İkincisi, bir yanlışın ya da eksikliğin ortaya çıkması ihtimalinde kişinin kendinde eksik bulduğu yanlarını saklama çabası ve bu konudaki abartılı endişeleri ile belirli olan Kusur Saklamadır (KS). Sonuncusu, algılanan hatalar ve eksikliklerin olması durumunda bunları açıkça ortaya koymak ya da sözel olarak ifade edebilmek konusundaki isteksizliğin belirtisi olarak ortaya çıkan Kusuru Açığa Vurmama (KAV) davranışlarıdır.

### **2.2.3. Mükemmeliyetçiliğin Oluşumu**

Barrow ve Moore (1983), anne babaların, beklentilerini ve kurallarını ifade ederken, eleştirilerini açık, kesin ve sert ya da dolaylı şekilde yapmalarının; standartların net bir şekilde çocuğa iletilmemesinin ya da ebeveynlerin mükemmeliyetçi davranışlarının model alınmasının çocuklarda ve ergenlerde

mükemmeliyetçi yapıyı oluşturduğunu ortaya koymuştur. Bu araştırmacılara göre, mükemmeliyetçiler, çocukluk dönemlerinde anne babaları tarafından davranışlarının onaylanmadığı veya onayın bir koşula bağlı olduğu çevrede yetişmektedirler.

Halgin ve Leahy (1989), mükemmeliyetçiliğin daha çocuklukta bulunan bir özellik olduğunu belirtmiştir.

Frost, Lahart ve Rosenblate (1991) Çok Yönlü Mükemmeliyetçilik envanterini hem kız çocuklarına hem de onların ebeveynlerine uygulayarak, anne ve babalardaki mükemmeliyetçilikle çocuklardaki mükemmeliyetçilik arasında bir ilişki olup olmadığını araştırmışlardır. Çalışmanın sonucuna göre, kızların toplam mükemmeliyetçilik puanları ile annelerin toplam mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı ilişki olduğu bulunsa da, babaların toplam mükemmeliyetçilik puanları ile kızların toplam mükemmeliyetçilik puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu çalışmada aynı zamanda annelerin mükemmeliyetçilik düzeyleri kızların artan psikopatolojik semptomları ile ilişkili bulunurken, babaların mükemmeliyetçilik düzeyleri ise, azalan semptomlarla ilişkili bulunmuştur.

Flett, Hewitt, Singer (1995) tarafından yapılan araştırma sonucunda, sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçiliğin otoriter aile stili ile ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilikle hem babanın otoriter olduğu aile stilleri, hem de annenin otoriter olduğu aile stilleri arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

Barber (1996) yaptığı araştırmada, psikolojik kontrolü, çocukların düşüncelerini ve duygularını kontrol eden ebeveyn davranışları olarak açıklamaktadır. Anne babalar psikolojik kontrol niyetine, suçluluk yükleme ya da sevgi geri çekme gibi manipüle edici teknikler kullanmaktadırlar.

Habke ve Flynn (2002)'e göre, mükemmeliyetçiliğin kökleri özellikle, ana baba sevgisinde ve bunlarla olan ilişkilerde yatmaktadır. Mükemmeliyetçilerin sosyal dünyasında sürekli bir tehlike beklentisi ve yargılayıcı olan, mükemmelden daha az bir sonuçtan tatmin olmayacak insanlar vardır.

Flett ve Hewitt (2002)'e göre, ebeveynleri mükemmeliyetçi olan çocuklar da onları taklit ederek mükemmeliyetçi olmaktadır, yani çocuklar bu bakımdan mükemmeliyetçiliği anne ve babalarından öğrenmektedirler. Sosyal olarak öğrenme

ayrıca anne babaları gibi mükemmel olmak isteyen ve ebeveynlerinin idealize edilmiş bir modeline sahip çocuklarda da ortaya çıkmaktadır.

Soenens, Vansteenkiste, Luyten, Duirez ve Grossens (2005), ebeveynlerin olumsuz mükemmeliyetçilikleri ile çocukların mükemmeliyetçiliği arasındaki uyumu ve çocukların olumsuz mükemmeliyetçiliğini tahmin etmede psikolojik kontrol ve anne babanın olumsuz mükemmeliyetçiliğinin etkisini saptamak amacıyla bir araştırma yapmışlardır. Araştırmanın sonucuna göre, annelerin ve kızlarının olumsuz mükemmeliyetçiliği arasında belirgin bir ilişki olduğu saptanmış, psikolojik kontrolün kızların olumsuz mükemmeliyetçiliklerini belirlemede önemli bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır.

Benk (2006), kusursuz performans sergilediğinde ebeveynleri tarafından daha çok kabul gören, ebeveynlerinin beklentilerini karşılayamadığında ise onlardan aşırı eleştiri alan çocuk ve ergenlerin mükemmeliyetçi eğilimler gösterdiğini, bununla beraber ebeveyn ilgisi yokluğu çeken çocukların da baş etme yöntemi olarak mükemmeliyetçi eğilimler geliştirdiğini belirtmiştir. Aynı zamanda, ebeveynleri mükemmeliyetçi olan çocuklar da onları model alarak mükemmeliyetçi olabilmektedir.

#### **2.2.4. Uyumlu ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik**

Hamachek (1978) tarafından uyumlu mükemmeliyetçilik, kişinin kendisi için belirlediği büyük amaç, ya da yüksek standartlara ulaşılabilirlik şeklinde tanımlanmıştır. Uyumlu mükemmeliyetçiler, güçlerini ve sınırlarını vurgulayan amaçlar edindiklerinden, başarılı bir şekilde amaçlarına ulaşmaktadırlar. Uyumlu mükemmeliyetçilerin başarı için çabalaması büyük tatmine, özsaygıda artışa neden olmakta ve kendi performansıyla gurur duymayı sağlamaktadır. Uyumlu mükemmeliyetçiler durumu diğerlerine göre destekleyici ve korkusuzca ele almakta, kendi sınırlarını ve çevresel sınırlamaları kabul etmekte ve elinden gelenin en iyisini yapmayı sevmektedirler.

Hamachek (1978)' e göre, uyumsuz mükemmeliyetçilik, kişinin kendisi için gerçek dışı ve aşırı derecede büyük amaçlar ve yüksek standartlar belirlemesidir. Amaçlarının çok büyük olmasından dolayı uyumsuz mükemmeliyetçilerin



amaçlarına erişmelerinde bir düşüş, başarısızlıklarında ise bir yükseliş mümkündür. Geçmiş hataları üzerinde çok fazla durma eğiliminde bulunan uyumsuz mükemmeliyetçilerin öz saygıları azdır. Uyumsuz mükemmeliyetçilerin başarısızlığı önlemek için motive edilmeleri endişeye, kafa karışıklığına, savunmasızlığa ve duygusal çöküntüye sebep olmaktadır.

Burns (1980) mükemmeliyetçiliği tamamen olumsuz bir özellik olarak tanımlayarak kişinin ulaşılması güç, hatta imkansız hedefleri önüne koyarak onlara ulaşmaya çalışması şeklinde değerlendirmiştir.

Rice, Ashby ve Preusser (1996)'e göre, ailelerin destekleyici veya sert algılanma durumlarındaki ayırımı göre nevrotik ya da normal mükemmeliyetçilik ortaya çıkmaktadır. Nevrotik mükemmeliyetçi bireyler ise ailelerini daha az cesaret verici olarak değerlendirmektedirler.

Rice ve Mirzadeh (2000) uyumlu (olumlu/ sağlıklı/ normal) ve uyumsuz (olumsuz /sağlıksız/ nörotik) olmak üzere iki çeşit mükemmeliyetçilik olduğunu belirtmişler. Uyumlu mükemmeliyetçilik sağlıklı, normal bireylerin mükemmeliyetçi özelliklerini gösterirken, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise sağlıksız, psikopatoloji ile ilişkili nörotik bir kişilik özelliği olarak değerlendirilmiştir.

Kottman (2000)' a göre, uyumsuz mükemmeliyetçiler hedefledikleri yüksek standartlara ulaşma konusunda son derece endişeli, hedeflerine ulaşamadıklarında ise bir yıkım halindedilerler.

Schuler (2000)'e göre, normal mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler başarı elde etme amacıyla davranışlarında düzenlilik sağlarlar ve başarısızlıkla sonuçlanma ihtimali olan durumlara karşı aşırı sert tutum içerisinde olmazlar. Nevrotik mükemmeliyetçiler ise kendilerine yüksek standartlar belirleyerek hata yapmaktan kaçınmakta ve verdikleri çabaların hiçbir zaman yeterli olduğunu düşünmeyen kişiler olarak tanımlanmaktadır.

Flett ve Hewitt (2002) mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz yönlerini karşılaştırmış,olumlu mükemmeliyetçiliği normal, olumsuz mükemmeliyetçiliği ise nevrotik tip mükemmeliyetçilik olarak tanımlamışlar. Flett ve Hewitt (2002)'e göre mükemmeliyetçiliğin ikiye bölünerek kavramsallaştırılması doğru değildir; pozitif, sağlıklı, uyumlu mükemmeliyetçilik terimleriyle anlatılan mükemmeliyetçilik yoktur. Amaçlarını kendi yeteneklerine göre belirlemiş, bilinçli, işini çok iyi yapma

isteği için çalışanlara normal veya sağlıklı mükemmeliyetçi denmesi yanlıştır; çünkü bu kişiler mükemmeliyetçi değildir.

Zararlı mükemmeliyetçilikle sağlıklı bir başarı çabası arasındaki temel farklar bu şekilde belirtilebilir:

- Zararlı mükemmeliyetçilikte kişinin kendisiyle ilgili görüşü kendi zorlayıcı standartlarına ne kadar ulaşabildiğine fazlasıyla bağlı olmaktadır
- Zararlı mükemmeliyetçilikte kişi olumsuz sonuçlara rağmen aynı standartlar için çabalamaya devam etmektedir (Shafran, Egan ve Wade, 2018: 24).

Flett ve Hewitt (2002)'e göre, mükemmeliyetçilik uyumsuz ve nevrotik olduğu için kişi üzerinde bazı baskılara sebep olmaktadır. Uyumsuz mükemmeliyetçilik fiziksel ve psikolojik hastalıkların meydana gelmesine sebep olmaktadır; bireylerin kendileri için bazı akıldışı ve gerçekçi olmayan ölçütler ve standartlar belirlemeleri yüzünden intiharlara bile sebep olmaktadır. Standartları çok yüksek olan bu bireyler kendilerini doğru dürüst tanımamakta ve bu standartlar altında ezilmektedirler.

Flett ve Hewitt (2002) uyumlu (normal) mükemmeliyetçiliği vicdan sahibi olmakla ilişkilendirmişler.

Stoeber ve Joorman (2001) yaptıkları çalışma ile erteleme davranışı ile mükemmeliyetçilik arasında ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Gilman ve Ashby (2003) uyumsuz olan mükemmeliyetçilerin diğerlerine göre daha çok sosyal uyumsuzluk ve ilişki sorunu yaşadıklarını bulmuşlardır.

## **2.2.5. Mükemmeliyetçilik ve Kuramlar**

### **2.2.5.1. Psikodinamik Kuram**

Nevrotik insan haris bir insan olduğu için kendi değeri ve önemi konusunda birtakım hayaller kurmaktadır. Gerçek başarılarını, bir dahi ya da kusursuz bir insan olma hayalleriyle karşılaştırarak değerlendirmekte ve bu karşılaştırmanın sonucunda sahip olduğu yeteneklerini ve başarılarını aşağı görmektedir. Bütün bu yarışmadan el çekme eğilimlerinin genel sonucu, nevrotik bir insanın gerçek başarısızlıklara uğraması ve kendi yetenekleri ve imkanları ölçüsünde başarı kazanamamasıdır. Böyle bir insan, zaman ilerledikçe, imkanları ile başarıları arasındaki tutarsızlığı

daha çok hissetmektedir. Yeteneklerinin ziyan olup gittiğini, kişiliğinin gelişmesine karşı çıkan bir engelin var olduğunu, zamanın geçip gitmesine rağmen bir türlü olgunlaşamadığını çok açık bir şekilde hissetmektedir. İmkanlarla başarılar arasındaki tutarsızlık, dış şartlara bağlı olabilmektedir. Ama nevrotilerde karşımıza çıkan ve nevrozların şaşmaz bir belirtisi olan bu tutarsızlık, nevrotilik kişinin iç çatışmalarından ileri gelmektedir (Horney, 1980: 215).

Hjelle ve Ziegler (1992)'e göre, süperego'nun ödüllendirici yanı ego idealdir. Ebeveynlerin değer verdiği ve onayladığı davranışlar yoluyla gelişmekte ve kişinin, ulaşıldığında özsaygı duymasını sağlayan mükemmellik standartlarına ulaşmaya çalışmasına yol açmaktadır. Çocukken okuldaki başarısı ödüllendirilen bir kişi akademik konularda da başarılı olduğu zaman kendisiyle iftihar etmektedir. Kişi amaçlarına yaklaştıkça ego ideal daha yüksek standartlar belirlediğinden, ego-ideale ulaşmak mümkün olmamakta ve doyum sağlanamamaktadır. Ebeveyn kontrolünün yerini öz-denetime bırakmasıyla süperego'nun tamamıyla geliştiği kabul edilse de, bu özdenetim gerçeklik ilkesince gerçekleştirilmemektedir. Süperego bir taraftan toplumca kabul görmeyen her türlü id dürtüsünü bütünüyle engellemeye çalışırken, diğer taraftan kişiyi düşüncede, sözde ve davranışta mutlak mükemmelliğe zorlamaktadır. Kısacası, süperego mükemmeliyetçi hedeflere ulaşmaya çalışmanın, gerçekçi hedeflere ulaşmaya çalışmaktan daha iyi olduğu konusunda egoyu ikna etmeye çalışır.

Kişisel başarıya yönelik nevrotilik hırs kişinin kendi üstünlüğünü onaylayabilmek için başkalarını yenme ve en iyi olma arzularını içermektedir. Öz-değerlendirmenin en iyisi olmaya bağlandığı bu durumda kişi, kendini büyük işler başarma konusunda acımasızca kamçulamaktadır. Bunlara ise başarısızlık ve küçük düşme-düşürülme korkuları eşlik etmektedir (Horney, 1991: 49).

Kusursuzluğa ve yanılmazlığa duyulan nevrotilik ihtiyaç, mükemmellik çabaları ile benlik saygısını ve kişisel üstünlüğü kanıtlama çabasını içermektedir. Kişi kendi kusursuzluğu ile kendini diğerleri karşısında üstün görmektedir. Kendi zayıflıklarını ve hatalarını gizlemeye çalışmakla birlikte hata yapma, yetersizlik, suçlanma ve eleştirilme korkuları yaşanabilmektedir (Horney, 1991: 49).

Nevrotilik kusursuzluk ihtiyacı özgün değerini yitirmiştir, çünkü bu ihtiyaç, hiçbir değişme geçirmeksizin kusursuz olmaya veya böyle gözükmeye yönelik bir

girişime karşılık gelmektedir. Kişinin kendi özü içindeki değişme gerektiren alanların bulunması ürkütücü olduğu için nevrotik birey bundan kaçınmaktadır. Bu yüzden de bu durumun düzelme olasılığı yoktur. Nevrotik bireyin ilgilendiği tek şey, saldırılara maruz kalmamak ve başkaları karşısındaki gizli üstünlük duygusunu korumak için, içindeki herhangi bir eksikliği örtbas etmektir ( Horney, 1991: 51).

Freud'un psikoseksüel gelişim evrelerini içeren kuramında mükemmeliyetçilik kavramı anal dönemine denk gelmektedir. Birçok fiksasyonun yaşandığı bu dönem mükemmeliyetçi tutumun gelişimi için de uygun zemini olan bir dönemdir. Anal dönemde tuvalet eğitimi esnasında sert bir tutum ile karşılaşan çocukta, mükemmeliyetçi bir tutum ortaya çıkabilmektedir (Ayhan, 2007).

Üstünlük eğilimi, sosyal duygunun yetersizliği yüzünden başarısızlıkla karşılaşan kişiyi, tehlikeli alandan uzaklaştırmaktadır. Bu az ya da fazla korkaklık şeklinde kendini göstermektedir. Üstünlük arzusu kişiyi kaçış çizgisi üzerinde tutmak ya da sosyal problemlerin etrafında kalmaya zorlamak suretiyle de kendini belli edebilmektedir. "Evet - hayır" çatışması arasında kalan üstünlük arzusu kişiyi, bir görüşe zorlamaktadır. Bu hal, çocukluğundan beri sosyal duygudan yoksun olan ve sadece varlığı, hazları, acıları ile ilgilenen kişide daha da fazlalaşmaktadır (Adler, 2002: 67).

Önemi şimdiye kadar ancak bireysel psikoloji tarafından belirtilen ve çoğu zaman akıl hastalığında daha fazla görünen, üstünlük kompleksi adını verdiğim bu gurur, çok güçlüdür. İnsanı ileriye doğru itmektir. Sinir hastası kaçışı sağlamak için, onu bu kaçıştan alıkoyan herşeyden uzak kalmak zorundadır. Bu kişilerde sadece kaçış düşüncesi, duyguları ve davranışları yer almaktadır (Adler, 2002: 86).

Adler mükemmeliyetçiliğin, her insanın doğasında var olan bir özellik olduğunu, bununla birlikte, normal ve nevrotik mükemmeliyetçilerin yaşam biçimlerinde aile çevrelerinden ve doğum sırasından kaynaklanan farklılıkların bulunduğunu belirtmiştir. Adlere göre mükemmellik için en çok çaba harcayanlar ilk doğanlardır. Kendilerinden sonra gelen kardeşe yönelen ebeveyn ilgisini ve sevgisini tekrar kendi üzerlerine çekmek için kuvvetli bir başarıma gereksinimi duymaktadırlar. Bu kişiler geçmişe sürekli özlem duyarken gelecek konusunda karamsarlığa kapılmaktadırlar. Bununla birlikte ilk doğan çocuklar, otoriteye saygı duymakta ve her şeyin kurallara göre yapılması gerektiğine inanmaktadırlar. En büyük çocuğun bu

mükemmeliyetçilik özelliği kendine özgü bir sorunsallık içerse de, bireylerin toplumsallık duyguları ile eğitilmeleri halinde bu sorunsallık avantaja dönüştürülebilir (Adler, 2004: 147-152).

### 2.2.5.2. Bilişsel Kuram

Beck (1976) bilişsel üçlü olarak da bilinen kişinin kendisine, dünyaya ve geleceğe yönelik olumlu olmayan düşüncelerinin duygusal bozuklukların kökenini oluşturduğunu ifade etmektedir. Bilişsel hatalar kişinin düşüncelerinde yer alan yapısında sistemlilik ve süreklilik olan mantık hataları olarak düşünülebilir (Akt. Tuncer, 2006).

Kendi düşünce özelliklerini tanımak, bir şeyleri kontrol altına alabilmenin ilk aşamasıdır. Bazen mantıklı bulduğumuz şeyler bizim düşünce tuzaklarımız olabilir. İnsanları sıkıntılı ruh haline iten başlıca düşünce işleme özellikleri şunlardır:

- *Felaketleştirme*, olası diğer sonuçları görmeksizin en kötüyü düşünme ve felaket dolu sonuçlar bekleme durumunu ifade etmektedir.
- *Zihin oluma*, diğer insanların düşüncelerini bildiğimizi zannetme, diğerlerinin de bizim ne düşündüğümüzü bilme ve diğerlerinin düşüncelerinin kalıcı olduğunu zannetme durumunu ifade etmektedir.
- *Kişiselleştirme*, kişinin her şeyi kendi üstüne alınma durumunu ifade etmektedir.
- *Mükemmeliyetçilik*, her şeyde mükemmel olma isteğini ifade etmektedir.
- *Ya olursa*, gerçek tehditlerle ilgili olarak gücü ve uğraşma kabiliyetini azaltacak şekilde olmayan veya olmayacak şeylerle ilgili kaygılanma durumunu ifade etmektedir.
- *Olmalı*, emir kipi, dayatmacılık, reddedilmeyecek bir şeyleri belirtme durumunu ifade etmektedir. Bu durumda -“meli”,- “malı” lar kişiye hapisane inşa etmektedir.
- *Aşırı genelleme*, tek olaydan çıkarak genel sonuçlara ulaşma durumunu ifade etmektedir.

- *Etiketleme*, kendisini ve diğer insanları bir davranış veya tutumdan ötürü belli bir özellikle tanımlayıp diğer özelliklerini unutmama durumunu ifade etmektedir (Türkçapar, 2018: 339).

Besser, Flett, Guez ve Hewitt (2008) 'e göre, otomatik düşünce yapılarına sahip bireyler zamanla mükemmeliyetçiliğe zihinsel olarak daha fazla odaklanmakla bilişsel olarak mükemmeliyetçiliğe uyum gösterebilirler. Mükemmele ulaşılma durumu ya da başarısız olma durumu bu kişiler için hayati öneme sahiptir ve kusursuz olmaya yönelik düşünceler her zaman ortaya çıkmaya hazır konumdadır.

Ellis de mükemmeliyetçiliği akıl dışı inançlarla ilişkilendirerek açıklamıştır. Bu inanç sistemine göre, kişinin her anlamda yeterli ve kabiliyetli olması, hiç yanlış yapmadan her durumla baş edebilmesi, onun diğer kişilerden saygı görebilmesi ve değerli olabilmesi açısından gereklidir. Sahip olamadığı hedefleri karşısında kendini engellenmiş hisseden ve üstesinden tam anlamıyla gelemediği işlerden tatmin olamayan bireyler genellikle her konuyla ilgili arzularını zorunluluktan öte göremeyen kişilerdir. Talepkar olma ve kendini derecelendirerek ifade etme, mükemmeliyetçilerin en tanıdık özellikleri arasındadır. Ellis , mükemmeliyetçiliğin oluşumuna etki eden özellikle üç mantık dışı inançtan bahsetmektedir. Bu inançlar, her yönüyle başarı sahibi ve yeterli olmak zorundayım düşüncesi, bazı şeyler yolunda gitmezse bu durumun felaket olacağı düşüncesi ve problemlerin doğru, kesin ve kusursuz sadece bir çözümünün olduğu ve bu çözüm yolu bulunamazsa sonucun korkunç olacağı düşüncesidir (Akt. Tuncer, 2006).

Akıl dışı inançlar Ellis tarafından (1987) belirgin akıl dışı inançlar, sinsi ve karmaşık akıl dışı inançlar şeklinde belirtilmiştir.

- Belirgin akıl dışı inançlar

Önemli görevleri başarılı ve yetkin bir şekilde gerçekleştirmek istediğim için bu görevleri her zaman çok iyi bir şekilde yerine getirmeliyim. Önem verdiğim kişilerin beni onaylamasını istediğim için her zaman onların onayını almalıyım. Başkalarının bana adil ve düşünceli davranmalarını istediğim için her zaman ve bütün koşullarda bana böyle davranmaları gerekir. Güvenli, doyurucu ve rahat bir yaşama sahip olmak istediğim için, içinde yaşadığım koşullar her zaman doyurucu ve rahat olmalıdır.

- Sinsi ve karmaşık akıl dışı inançlar

Sadece bazı zamanlarda başarılı olmak istediğim ve önemli görevleri yetkin ve başarılı bir şekilde gerçekleştirmek istediğim için bu görevlerin hepsini, her zaman çok iyi bir şekilde yerine getirmeliyim. Önem verdiğim-- kişilerin beni onaylamasını istediğim ve sadece çok az bir onay almak istediğim için bunu her zaman elde etmeliyim. Başkalarına her zaman düşünceli ve adil davrandığım için, onların da bana aynı şekilde davranmalarını istediğim için, bana çok iyi davranmaları gerekir. Güvenli, doyurucu ve rahat bir yaşama sahip olmak istediğim, başkalarının da böyle bir yaşam sürmesine yardım etmeye çalışan iyi bir insan olduğum için, benim yaşadığım koşullar her zaman elverişli, rahat ve doyurucu olmalıdır (Burger, 2006: 629)

Antony ve Swinson, Ellisin bu konuda olan düşüncelerinin etkisinde kalarak mükemmeliyetçilerin sahip oldukları özellikleri şu şekilde açıklamışlardır (Akt. Tuncer, 2006):

- *Ya hep ya hiç düşüncesi*, bir süreklilik yerine iki farklı kategoriden bir durum üzerinde düşünmeyi ifade etmektedir.
- *Süzgeçten Geçirme*, olumlu ve önemli olmayan detayları abartarak seçici davranma eğilimini ifade etmektedir. Bu durumdaki kişiler, olumlu ve önemli bilgileri göremezden gelmektedirler.
- *Zihin okuma*, diğerlerinin sizin ne düşündüğünüzü bilme durumunu ifade etmektedir.
- *Dar bakış açısı*, herhangi bir durumun sadece olumsuz taraflarını görmeyi ifade etmektedir.
- *Kişisel duyarlılık*, genel olarak beğenilmek arzusuyla diğer insanların düşüncelerini fazlaca önemseme durumunu ifade etmektedir.
- *Felaketleştirme*, daha olası sonuçları dikkate almaksızın geleceyi olumsuz olarak öngörme durumunu ifade etmektedir.
- *Aşırı katı standartlar ve esnek olamama*, isteklerinin daha azına rıza göstermeyi başarısızlık olarak değerlendirme durumunu ifade etmektedir. Bu

kişiler beklentilerini ve amaçlarını esnek hale getirmeyi güçlükle başarabilmektedirler.

- *Aşırı sorumlu hissetme ve kontrol gereksinimi* durumunda kişiler, çevrelerinde bulunan diğer kişilerin yaptıkları hataların sorumluluğu kendi üzerlerine alırlar; diğer kişilerin düşünce ve davranışlarını kontrol etmek zorunda oldukları düşüncesine kapılırlar.
- *Zorunluluklar*, kişinin işleri ile ilgili birtakım kurallar belirlermesi ve bu kurallara uygun davranmadığı zaman suçlu ve yetersiz hissetme durumunu ifade etmektedir.
- *Başkalarına güvenme güçlüğü*, kişilerin iş bölümü sırasında görev verme ve iş paylaşımı konusunda zorlanma durumunu ifade etmektedir.
- *Uygun olmayan toplumsal karşılaştırma*, kişilerin kendilerini sürekli olarak başka insanlarla kıyaslayıp bu durumun neticesinde çok fazla olumsuz duygu yaşama durumunu ifade etmektedir.

### **2.2.3.3. Şema Terapisi:Yüksek Standartlar/ Aşırı Eleştiricilik Şeması**

Yüksek standartlar kişinin genellikle eleştiriden kaçınmak amacıyla, davranış ve kendini ortaya koyma alanlarındaki içselleştirilmiş yüksek standartlarını karşılamak için, yoğun çaba harcaması gerektiği temel inancına dayanmaktadır. Bu durum tipik olarak baskı altında hissetme, yavaşlamakta zorlanma, kendine ve başkalarına karşı aşırı eleştirelilikle sonuçlanmaktadır. Bu şema gevşeme, sağlık, zevk alma, öz-saygı, başarı algısı ya da tatmin edici ilişkiler alanlarında her zaman önemli bozulmalara neden olmaktadır (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012: 33).

Kusursuzluğa tepki olarak ortaya çıkan yüksek standartlar zamanı birey şuna inanmaktadı; “eğer mükemmel olabilirim, sevgiye layık olacağım” (Young, Klosko ve Weishaar, 2009: 45).

Yüksek standartlar sıklıkla bu şekilde kendini göstermektedir : (a) Mükemmeliyetçilik, kendi performansının norma kıyasla iyi olmasını hafife alma veya ayrıntıya aşırı dikkat, (b) Hayatın bir çok alanında gerçekçi olmayan yüksek ahlaki, etik, dini ve kültürel talimatları da içine alan, katı kurallar ve “-meli-malı”lar,



(c) Daha fazlasını başarabilmek için çok zaman harcamak ve verimlilikle aşırı meşgul olmak (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2012: 34).

Bu şemaya sahip insanlar iddialı hedeflerine ulaşmak ve başarılı olabilmek için sürekli olarak baskı altında hissederler. Yaptıkları her şeyde en iyisi olmak için çabalayan bu insanlar genelde eğlenceli ve kendiliğinden etkinlik yapmak konusunda kendilerini çok zor serbest bırakırlar ve başarı ile ilişkili olmayan etkinlikleri değerli görmeleri neredeyse imkansızdır. Mükemmeliyetçi ve katı olan böyle bireyler, çoğunlukla açıkça ulaşamaz olsa ya da bunların olumsuz sonuçları olsa da, kendi yüksek standartlarını sorgulamazlar, bunları doğal olarak görürler (Arntz ve Jacob, 2016: 26).

Hewitt ve Flett'in (1991) mükemmeliyetçilikle ilgili öngördüğü model, söz konusu mükemmeliyetçi tutumların işlevselliğinden daha çok, kişilerin kendileriyle ilgili ve kişilerarası alanda işlevsel olmayan beklentilerini merkeze almaktadır. Bu anlamda model, mükemmeliyetçiliğin öne çıktığı alanların kişilerarası şemalarla ilişkisini kurarak genel olarak benimsenen bir sınıflama önermektedir. Mükemmeliyetçiliğin kişilerarası modeli, kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca beklenen mükemmeliyetçilik gibi üç alanda yoğunlaşmaktadır.

Baldwin ve diğerleri (1993) yaptıkları araştırmada, kişilerarası şemaların kişilerin gerçekçi olmayan beklentileriyle olan ilişkisine vurgu yapmaktadırlar.

## **2.2.6. İlgili Araştırmalar**

### **2.2.6.1. Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar**

Sapmaz (2006) “Üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi” isimli çalışmada mükemmeliyetçi olmayan ve uyumlu-uyumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip öğrencilerin çeşitli psikolojik semptom belirtileri incelenmiş, farklılıklar ayrıca örneklemin demografik özelliklerin açısından da değerlendirilmiştir. Araştırma 2004-2005 eğitim yılında Sakarya Üniversitesi Eğitim fakültesinde lisans programlarında öğrenim gören yaklaşık 2500 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmanın sonuçlarına göre, mükemmeliyetçi olmayan üniversite öğrencileri ile farklı mükemmeliyetçilik

tutumlarına sahip üniversite öğrencilerinin somatizasyon belirti düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Öğrencilerin obsesif- kompulsif belirti düzeyleri ile mükemmeliyetçilerin üç boyutta sınıflandırması arasında da (uyumlu mükemmeliyetçiler, uyumsuz mükemmeliyetçiler, mükemmeliyetçi olmayanlar) anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Altun ve Yazıcı (2010) tarafından yapılan çalışmada, öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırma grubu, Trabzondaki 19 farklı ilköğretim okulunda öğrenim görmekte olan 1100 ilköğretim ikinci kademe öğrencisinden oluşmaktadır. Verilerin analizi sonucunda, öğrencilerin akademik başarıları ve olumlu mükemmeliyetçilikleri arasında pozitif yönde, olumsuz mükemmeliyetçilikleri ile ise negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Kaya (2015) tarafından yapılan "Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: duygusal zekanın aparıcı rolü" isimli çalışmada üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve affetme düzeyleri arasındaki ilişkide duygusal zekanın aparıcı rolü incelenmiştir. Araştırma 2015-2016 eğitim öğretim yılı Atatürk üniversitesinde öğrenim görmekte olan 304 ü kadın, 318i erkek olan 622 öğrenci ile yürütülmüştür. Araştırmanın sonuçlarına göre, affetme ile mükemmeliyetçilik arasında negative yönde anlamlı bir ilişki, affetme ile duygusal zeka arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, mükemmeliyetçilik ile duygusal zeka arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Kurul (2017) "Çocuklukta başlayan obsesif- kompulsif belirtilerin anne baba tutumu, mükemmeliyetçilik ve bazı değişkenler açısından incelenmesi" isimli çalışmasında 11-13 yaş aralığındaki klinik olmayan obsesyon ve kompulsiyonlara sahip çocuklarda, bu obsesyon ve kompulsiyonlara etki eden durumlar araştırmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre, obsesif kompulsif belirti puanları yaş, cinsiyet, kardeş sırası, erken tuvalet eğitimi, zorlu tuvalet eğitimi, anne baba tutumu, tik bozukluğu ve çocuğun mükemmeliyetçi düzeyine göre anlamlı derecede farklılık göstermektedir.

### 2.2.6.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Sumi ve Kanda (2002) tarafından yapılan bir araştırmada, nevrotik mükemmeliyetçilik ile depresyon, anksiyete ve psikosomatik semptomlar arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu araştırmada, 138 erkek Japon öğrenciye Burns mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Hopkins Semptom Listesi'nin depresyon, anksiyete ve somatizasyon alt ölçekleri uygulanmıştır. Sonuçlar, nevrotik mükemmeliyetçilikle depresyon ve psikosomatik semptomlar arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bununla birlikte, beklentilerin aksine, nevrotik mükemmeliyetçilik ve anksiyete arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Saboonchi ve Lundh (2003) tarafından yapılan bir araştırmada, mükemmeliyetçilik, öfke, beden sağlığı ve pozitif duygulanım arasındaki ilişki incelenmiş ve çalışmaya 184 İsveçli öğrenci katılmıştır. Araştırmacıların beklentilerinin aksine sürekli öfke sosyal düzene yönelik mükemmeliyetçilik yerine, kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile ilişkili bulunmuştur. Araştırma sonuçları, hem kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin, hem de sosyal düzene yönelik olarak vurgulanan mükemmeliyetçiliğin somatik şikayetlerle, özellikle de tansiyon ve yorgunluk gibi semptomlarla zayıf bir pozitif ilişkisi olduğunu ve bu durumun kadınlarda erkeklere göre daha net görüldüğünü kanıtlamıştır. Sonuç olarak elde edilen bulgular, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin daha olumlu olduğunu ve mükemmeliyetçiliğin uyumlu yönünü yansıttığı görüşünü desteklememiş, aksine pozitif duygulanım ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Craddock, Church ve Sands (2009) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik eğilimleri ile ailesel özellikleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, kalabalık aile yapısının ve otoriter ebeveyn tutumlarının üniversite öğrencilerinde uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik eğilimlerini güçlendirdiği tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, dağılmış ailelerden gelen, anne babası aşırı otoriter ve kontrolcü olan öğrencilerin uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Dengeli aile bütünlüğü ve ebeveyn desteği güçlendikçe uyumsuz mükemmeliyetçilik eğilimlerinin zayıfladığı da tespit edilmiştir.

Cox ve Chen (2015) tarafından yapılan araştırmada, mükemmeliyetçiliğin sosyal kaygı ve olay sonrası tekrarlayan bilişsel işleme ve performansa ilişkin öz-algı üzerinde nasıl bir etkisi olduğu incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, mükemmeliyetçilik (sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik ve eylemler hakkında şüpheler) doğrudan sosyal kaygıyı etkilemekte, olay sonrası tekrarlayan bilişsel işleme ve performansa ilişkin öz-algıyı ise dolaylı olarak sosyal kaygı ve durumluluk kaygısı ile olan ilişkisi üzerinden etkilemektedir.

### **2.2.6.3. Özgecilik ve Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ile İlgili Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar**

Stoeber (2015) tarafından yapılan bir araştırmanın sonucuna göre, başkaları yönelimli mükemmeliyetçilik özgecilik ile benzersiz bir negatif ilişki göstermiştir. Bu, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilerin diğer insanlara göre daha az duygusal, kabul edici ve şefkatli olduklarını düşündürecek bir sonuçtur. Kendi yönelimli mükemmeliyetçilik ise, kendine yönelik mükemmeliyetçilerin, ihtiyaçı olanlara karşı diğer insanlardan daha şefkatli olduğunu düşündürecek şekilde özgecilikle benzersiz pozitif ilişkiler göstermiştir.

Kanadalı araştırmacılar, aşağıdaki parametreleri içeren mükemmeliyetçilik yapısı kavramını ileri sürmüşlerdir:

- Kendine yönelik mükemmeliyetçilik. Bu mükemmeliyetçiler eğilim olarak kendilerine karşı diğerlerinden daha fazla abartılı davranmakta ve icra edilmekte olan işin yürütülmesi için planların esnetilmesinin, olası bir tesadüfi hata veya kusurun düşüncesini bile kabul etmemektedirler.
- Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik. Bu mükemmeliyetçiler diğer insanlara karşı abartılmış talepler uygulamakta, diğerlerinin eksiklerine tahammülsüzlük göstermektedirler. Bu sebeple bu kişilerde olası saldırganlık da söz konusu olabilmektedir.
- Tüm dünyaya yönelik mükemmeliyetçilik. Bu mükemmeliyetçiler "mükemmel dünya" fikrine sahip olmakla birlikte, çevresel gerçeklikleri yüksek standartlar çerçevesinde görmekte ve dünya düzenini bu bakış açısıyla değerlendirmektedirler.

- Sosyal olarak dayatılmış mükemmeliyetçilik diğer insanların standartlarını ve beklentilerini karşılama ihtiyacını kendinde yansıtmaktadır. Bu kişiler özgecilik özelliklerinin tezahüründe diğer insanlara sürekli yardımda bulunmakta, ödül olaraksa "takdir" görmeyi beklemektedirler (Akt. Ermilova, 2015).

Vyunova, Larskikh, Strebkova (2014) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, yapıcı mükemmeliyetçilik ve tutku kendi içinde özgecil özellikleri barındırmaktadır. Yapıcı mükemmeliyetçinin özgeciliği doğrudan ya da dolaylı olarak kendi menfaat ve beklentisi için çalışan kişiye yarar sağlamaktadır.



## BÖLÜM III

### YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları ile verilerin toplanması ve verilerin analizi hakkında bilgiler verilmiştir.

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Üniversite öğrencilerinde özgecilik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkileri ortaya koymak ve bununla beraber bu iki değişkenin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre anlamlı bir şekilde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemeye yönelik yapılan bu çalışma; genel tarama modellerinden ilişkiisel tarama modeline göre desenlenmiştir. Tarama modelleri hali hazırda veya geçmişte var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır. Bu araştırma modelinin bir diğer önemli özelliği de var olan durumu değiştirmeksizin olan durumu gözlemlemektir (Karasar, 2011, s. 77). Çalışmada nicel ve nitel veri toplama yöntemleri kullanılmıştır. Nicel veriler aracılığıyla ile değişkenler arası ilişkilerin betimlenmesi hedeflenmiştir. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme özelliklerinin, onların özgecilik düzeylerini nasıl yordadığı incelenmektedir.

Araştırmanın nitel kısmında özgecilik davranışı hakkında ek bilgi sağlamak amacıyla çoktan seçmeli sorular sorulmuştur. “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusu ile üniversite öğrencilerinin yardım etme davranışına ilişkin düşüncelerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Alanyazında özgecilik daha çok olumlu anlamda kabul gören bir davranış olarak incelenmektedir. Aşırı fedakarlığın özgeci kişinin hem kendisi, hem de ailesi ve yakın çevresi ile olan ilişkisini nasıl etkilediği konusu çok fazla araştırılmamıştır. Bu konuda bilgi elde etmek amacıyla “Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?” ve “Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?” soruları sorulmuştur. “Yardımsever davranışların sebebi nedir?” sorusu ile üniversite öğrencilerini yardım etmeye yönelten motivasyonla ilgili bilgiler elde edilmeye

çalışılmıştır. Bunun yanı sıra özgecilik davranışının çeşitli demografik değişkenlere göre değişiminin incelenmesi amaçlanmıştır.

### **3.2. Çalışma Grubu**

Bu araştırmanın çalışma grubunu, 2017-2018 Eğitim-Öğretim yılında Türkiye, İstanbul ilinde 5'i devlet, 8'i özel olmak üzere farklı üniversitelerde ve farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan 250'si kız ve 250'si erkek olmak üzere toplam 500 öğrenci oluşturmuştur.

### **3.3. Veri Toplama Araçları**

Bu çalışmada “Kişisel Bilgi Formu”, “ Özgecilik Ölçeği” ve “Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği” veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Veri toplama araçlarına ait detaylı bilgi aşağıda belirtilmiştir.

#### **3.3.1. Kişisel Bilgi Formu**

Üniversite öğrencileri ile ilgili çeşitli değişkenler hakkında bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, fakülte, bölüm, ailenin ekonomik durumu, kişinin kimlerle yaşadığı, yetiştiği aile tutumu, yardımseverliğe bakış açısı ile ilgili bilgiler yer almaktadır. Etik kurallar ve gerçekçi yanıtlar alabilmek için araştırma esnasında öğrencilere kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir.

#### **3.3.2. Özgecilik Ölçeği**

Ümmet, Ekşi, Otrar (2013) tarafından Türkçe güvenirlik ve geçerlik çalışması yapılan ölçek, kültürel yapıya uygun olarak kişilerin özgecilik davranışlarını ölçmede kullanılmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, Marmara Üniversitesi'nin farklı fakültelerinde öğrenim gören 336'sı kadın, 248'i erkek ve yaş

ortalaması 22.90 olan toplam 584 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Ölçek geliştirme çalışmasında açımlayıcı faktör analizi kullanılmış, madde ayırt edicilikleri belirlenmiş, kriter geçerliği çalışması yapılmış ve Cronbach Alpha güvenilirlik sayısı hesaplanmıştır. Çalışmanın sonunda toplam varyansın 51.82'sini açıklayan 38 maddeden ve 7 alt boyuttan (gönüllü faaliyetlere katılma, maddi yardım, travmatik durumlarda yapılan yardım, yaşlı/hastalara yapılan yardım, fiziksel güce dayalı yardım, eğitim sürecinde yardım, yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım) oluşan bir ölçek elde edilmiştir. Ölçeğin alt boyutlara ve toplamına dair Cronbach Alpha güvenilirlik sayıları hesaplanmış, toplam Cronbach Alpha değerinin .81 olduğu saptanmıştır.

Bu çalışma kapsamında özgecilik ölçeğinin güvenilirlik katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır.

### **3.3.3. Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği**

Balcı, Kırıl, Kalafat ve Boysan (2009) tarafından geliştirilen Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği, türk toplumunda mükemmeliyetçilik eğilimi yüksek olan kişilerde kendini çok fazla öne çıkarma ve onay alma ihtiyacı davranışının altında yatan faktörleri ve beklenen olumsuz sonuçları değerlendirme imkanı verecektir. Mükemmeliyetçi Öz- Tanıtım, Kusur Saklama ve Kusuru Açığa Vurmama Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme ölçeğinin alt boyutlarıdır. KMGÖ'nin türk örneklemini üniversitede lisans eğitimi almakta olan 271 öğrenci oluşturmuştur. Ölçeğin türk örneklemindeki geçerliliği doğrulayıcı faktör analizi kullanılarak test edilmiştir. Ölçeğin iç tutarlılığı Cronbach alfa katsayısı hesaplanarak değerlendirilmiş ve ölçme aracından elde edilen iç tutarlık değerinin çok yüksek olduğu saptanmıştır. Ölçeğe ilişkin hesaplanan iç tutarlılık değerinin  $\alpha=0.80$  olduğu saptanmıştır. Benzer bir biçimde ölçeğin 15 günlük test tekrar test korelasyonunun da yüksek olduğu bulunmuş,  $r=0.82$  olarak hesaplanmıştır.

Bu çalışma kapsamında kendini mükemmeliyetçi gösterme ölçeğinin güvenilirlik katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır.



### 3.4. Veri Toplama İşlemi

Araştırma, İstanbul ilinde farklı devlet ve özel üniversitelerinde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Araştırmada kullanılan Kişisel Bilgi Formu ile birlikte Özgecilik Ölçeği ve Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Ölçeği 2017-2018 akademik yılı ikinci dönemi nisan-mayıs ayları içerisinde uygulanmıştır. Önce araştırmanın amacı hakkında kısa bir bilgi verilmiş, sonra ise uygulama için uygun saatler tespit edilmiştir. Ölçeklerin doldurulması 15-20 dakika arasında bir sürede tamamlanmıştır.

### 3.5. Verilerin Analizi

Araştırma sorularına bağlı olarak verilerin analizinde çoklu regresyon analizi (enter), T testi, tek yönlü varyans analiz ve frekans dağılımları, aritmetik ortalama ve standart sapma gibi betimsel veriler kullanılmıştır. Araştırmanın 1. Sorusuna cevap aramak için çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinde üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinin alt boyutlarından alınan puanlar yordanan değişken (gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardımı, travmatik durumlarda yardımı, yaşlı/ hastalara yardımı, fiziksel güce dayalı yardımı, eğitim sürecinde yardımı, yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım), mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutlarından (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) alınan puanlar yordayıcı değişken olarak ele alınmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının cinsiyete, yaşa, ailenin ortalama gelir düzeyine, kimlerle yaşadığına, yetiştirildikleri aile stiline göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için tek yönlü varyans analizi ve T testi analizleri yapılmıştır.

Çalışmada analizlere geçilmeden önce veriler incelenip veri analize uygun hale getirilmiştir. Bunun için ilk olarak kayıp verilere bakılmış ve kayıp veri bulunmadığı tespit edilmiştir. Daha sonra verilerin regresyonun şartlarından olan çoklu doğrusal bağıntı, normal dağılım ve uç değerler incelenmiştir. Normal dağılım için basıklık ve çarpıklığın -2 ile +2 aralığında olması gerektiği belirtilmiş ve mevcut çalışmada bu şartın sağlandığı görülmüştür (Akbulut, 2010; George, ve Mallery, 2016; Tabachnick ve Fidell, 2013). Değişkenler ile ilgili çoklu doğrusal

bağlantıyı incelemek için Tolerans değerlerinin .10 dan küçük ve VIF değerlerinin ise 1'dan büyük olmasının şart olduğu mevcut çalışmada verilerinin bu şartı sağladığı tespit edilmiştir (Field,2013). Bir diğer kural olan değişkenler arasındaki ilişkinin .80'den küçük olması gerektiği şartıda incelenmiş bu şartın sağlandığı görülmüştür (Garson, 2006). Uç değerler incelemek için mahalnobis uzaklık değerlerine bakılmış uzaklık (değerler 0.22 ile 21.66 arasında) ve veri grubunda uç değer olmadığı anlaşılmıştır. Otokorelasyon sorunun olup olmadığını tespit etmek için Durbin-Watson değerinin 1-3 arasında olması (Akbulut, 2010; Kalaycı, 2008) ölçütü dikkate alınmıştır.

Varyans analizleri ve T testinde varyansların homojenliği şartının sağlanıp sağlanmadığını test etmek için Levene F testine bakılmıştır. Bu testler sonucunda elde edilen puanlarda anlamlı bir farklılık görüldüğü durumlarda, bu farkı ortaya koymak için varyansların eşleştiği durumlarda post hoc testlerinden Tukey, olmadığı durumlarda ise Tamhane kullanılmıştır. Ayrıca analizlerin etki büyüklükleri de rapor edilmiş ve Cohen (1988)'e göre yorumlanmıştır.

Çalışmanın verileri R istatistik paket programı, (version 3.5.1, 2018-07-02) (<https://www.r-project.org>) aracılığıyla analiz edilmiş ve anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir.

## BÖLÜM IV

### BULGULAR

Bu bölümde çalışmada elde edilen bulgular sunulmuştur. Bu bağlamda bu bölümde sırasıyla ilk olarak üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri ve mükemmeliyetçi kendini gösterme özelliklerine ilişkin betimsel değerler ortaya konulmaktadır. Bundan sonra çalışmaya dahil edilen bireylerin özgecilik düzeylerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme özellikleri tarafından anlamlı düzeyde yordanıp yordanmadığı ortaya konulmuştur. Daha sonra üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışı; cinsiyete göre yaşa göre, şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre, kimlerle yaşadığına göre ve yetiştirildikleri aile stiline göre farklılaşma düzeyleri ortaya konulmuştur. Son olarak özgecilik davranışına ilişkin çoktan seçmeli sorulara ilişkin frekans dağılımları sunulmuştur.

#### **4.1. Üniversite Öğrencilerinin Özgecilik Anlayışının Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Bu başlık altında sırasıyla üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının cinsiyete göre, yaşa göre, şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre, kimlerle yaşadığına göre yetiştirildikleri aile stiline göre değişimine ilişkin bulgulara yer verilecektir.

##### **4.1.1. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışının Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular**

Çalışmada, üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının cinsiyete göre incelenmesine yönelik t testi sonuçları, puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiş ve Tablo 1’de sunulmuştur. Analizde Levene testi sonuçlarına göre varyansların eşleştiği tespit edilmiştir.

Tablo 1. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışı T Testi Sonuçları

	cinsiyet	N	Ortalama	Ss	Sh	t	Sd	P	Cohen d
Özgecilik	Erkek	250	139.9	22.7	1.43	-5.65	498	.001	-0.506
	Kadın	250	150.2	17.6	1.11				

Tablo 1’de görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri incelendiğinde, cinsiyete göre kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ( $t(498) = -5.65, p < .001$ ). Buna göre kadınların da özgecilik davranışı ( $X=150.2, Ss=17.6$ ) erkeklere ( $X=139.9, Ss=22.7$ ) göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Elde edilen sonucun etki büyüklüğünün orta düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiştir (Cohen  $d=-0.506$ ).

#### 4.1.2. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışının Yaşa Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının yaşa göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının yaşa göre incelenmesine yönelik puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiş ve Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışının Yaşa Göre Dağılımları

Yaş	Ortalama	Ss	N
18-20	141.5	22.44	202
21-23	147.8	18.46	247
24-26	141.9	25.51	36
27 ve üstü	156.3	18.08	15

Elde edilen bu bulgularından üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışlarında gözlenen ortalamaların anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bu amaç

doğrultusunda, ilk önce puanların varyanslarının homojen olduğu Levene testi [F(3,496)=1.746, p=.15] ile belirlenmiş olup daha sonra tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışlarının varyans analizine ilişkin sonuçlar Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları

Varyansın kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Yaş	6685	3	2228.4	5.204	0.002	0.031
Sabit	212404	496	428.2			

Tablo 3’te yer alan bulgulara göre üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinde yaşa göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmaktadır. Bu farklılık Cohen’e (1988) göre yorumlandığında etki büyüklüğünün küçük düzeyde olduğu görülmektedir ( $\eta^2=0.031$ ). Bu farkın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen tukey testi sonuçları tablo 4’te sunulmuştur.

Tablo 4. Üniversite Öğrencilerinde Yaşa Göre Özgecilik Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Sonuçları

Yaş		Ortalama farkı	Sh	T	P tukey
18-20	21-23	<b>-6.305</b>	<b>1.963</b>	<b>-3.212</b>	<b>0.007</b>
	24-26	-0.436	3.744	-0.117	0.999
	27 ve üstü	<b>-14.853</b>	<b>5.538</b>	<b>-2.682</b>	<b>0.033</b>
21-23	24-26	5.869	3.692	1.590	0.359
	27 ve üstü	-8.548	5.503	-1.553	0.380
24-26	27 ve üstü	-14.417	6.360	-2.267	0.095

Tablo 4’te görüldüğü gibi, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde 18-20 yaş özgecilik puanı ortalaması (  $X = 141.5$ ) ile 21-23 yaş arası öğrencilerin puanı ortalaması (  $X = 147.8$ ) ve 27 ve üstü öğrencilerin puan ortalaması (  $X = 156.3$ ) arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu bulgular çerçevesinde 21-23 yaşları

arasında bulunan üniversite öğrencilerinde özgecilerlik davranışı 18-20 yaş arasından daha yüksektir. Benzer şekilde 27 yaş ve üstü öğrencilerde özgecilerlik davranışı 18-20 yaş arasındakilerden daha yüksektir.

#### 4.1.3. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilerlik Anlayışının Şu An İçinde Bulunduğu Ailenin Ortalama Gelir Düzeyine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinde özgecilerlik anlayışının şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinde özgecilerlik anlayışının şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre incelenmesine yönelik puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiş ve Tablo 5’te sunulmuştur.

*Tablo 5. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilerlik Anlayışının Şu An İçinde Bulunduğu Ailenin Ortalama Gelir Düzeyine Göre Dağılımları*

<b>Ailenin geliri</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Ss</b>	<b>N</b>
1500 ve altı	142.7	21.32	43
1500-3000	146.2	18.45	209
3000-4500	143.6	21.28	108
4500 ve üzeri	145.2	23.98	140

Elde edilen bu bulgularından üniversite öğrencilerinde özgecilerlik anlayışlarında gözlenen ortalamaların anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, ilk önce puanların varyanslarının homojen olduğu Levene testi ile belirlenmiş olup daha sonra tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilerlik anlayışlarının incelenmesine yönelik tek yönlü varyans analizine ilişkin sonuçlar Tablo 6 ‘da sunulmuştur.

Tablo 6. *Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

Varyansın kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Ailenin geliri	764.5	3	254.8	0.579	0.629	0.003
Sabit	218324.9	496	440.2			

Tablo 6’da yer alan bulgulara göre üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinde şu an içinde bulunduğu ailenin ortalama gelir düzeyine göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmamaktadır.

#### 4.1.4. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışının Kimlerle Yaşadığına Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının kimlerle yaşadığına göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışının kimlerle yaşadığına göre incelenmesine yönelik puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiş ve Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7. *Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışının Kimlerle Yaşadığına Göre Dağılımları*

Kimlerle Yaşiyor	Ortalama	Ss	N
Yalnız	152.1	20.39	28
Anne-Baba	148.4	18.85	203
Anne	142.7	31.45	16
Baba	138.8	19.96	4
Arkadaşlarla	142.3	19.85	55
Üniversite Yurdu	141.8	21.46	184
Akraba	139.7	29.88	10

Elde edilen bu bulgularından üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışlarındakimlerle yaşadığına göre gözlenen ortalamaların anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, ilk önce puanların varyanslarının homojen olduğu Levene testi [F(3,496)=1.270, p=.27] ile belirlenmiş olup daha sonra tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilik anlayışlarının kimlerle yaşadığına göre incelenmesine yönelik tek yönlü varyans analizine ilişkin sonuçlar Tablo 8’de sunulmuştur.

*Tablo 8. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

Varyansın kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Kimlerle yaşıyor	6472	6	1078.7	2.501	0.022	0.03
Sabit	212617	493	431.3			

Tablo 8’de yer alan bulgulara göre üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinde kimlerle yaşadığına göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmaktadır. Bu farklılık Cohen’e (1988) göre yorumlandığında etki büyüklüğünün küçük düzeyde olduğu görülmektedir ( $\eta^2=0.03$ ). Bu farkın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen Tukey testi sonuçları tablo 9’da sunulmuştur.

*Tablo 9. Üniversite Öğrencilerinde Kimlerle Yaşadığına Göre Özgecilik Düzeylerine İlişkin Tukey Testi Sonuçları*

Kimlerle Yaşıyorsunuz	Ortalama farkı	Sh	T	p tukey	
Anne-Baba	Anne	5.667	5.392	1.051	0.927
	Baba	9.605	10.485	0.916	0.962
	Arkadaşlarla	6.046	3.157	1.915	0.420
	<b>Üniversite Yurdu</b>	<b>6.518</b>	<b>2.114</b>	<b>3.083</b>	<b>0.028</b>
	Akraba	8.655	6.727	1.287	0.829

Tablo 9’da görüldüğü gibi, araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde anne-baba ile yaşayanların özgecilik puanı ortalaması (  $X = 148.4$ ) ile üniversite



yurdunda yaşayan öğrencilerin puanı ortalaması (  $X = 141.8$ ) arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Bu bulgular anne- baba ile yaşayan üniversite öğrencilerinde özgecilerik davranışı üniversite yurdunda yaşanlara göre daha yüksektir.

#### 4.1.5. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilerik Anlayışının Yetiştirildikleri Aile Stiline Göre İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinde özgecilerik anlayışının yetiştirildikleri aile stiline göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amaçlanmıştır. Bu çerçevede üniversite öğrencilerinde özgecilerik anlayışının yetiştirildikleri aile stiline göre incelenmesine yönelik puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları belirlenmiş ve Tablo 10'da sunulmuştur.

*Tablo 10. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilerik Anlayışının Yetiştirildikleri Aile Stiline Göre Dağılımları*

Yetiştiği aile stili	Ortalama	Ss	N
Demokratik	146.5	20.46	317
Otoriter	143.0	20.41	152
İhmalkâr	141.1	27.14	31

Elde edilen bu bulgularından üniversite öğrencilerinde özgecilerik anlayışlarında yetiştirildikleri aile stiline göre gözlenen ortalamaların anlamlı bir biçimde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda, ilk önce puanların varyanslarının homojen olduğu Levene testi [ $F(2,497)=.86, p=.43$ ] ile belirlenmiş olup daha sonra tek yönlü varyans analizi uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinde özgecilerik anlayışlarının yetiştirildikleri aile stiline göre incelenmesine yönelik tek yönlü varyans analizine ilişkin sonuçlar Tablo 11'de sunulmuştur.

*Tablo 11. Üniversite Öğrencilerinde Özgecilik Anlayışı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizi Sonuçları*

Varyansın kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	$\eta^2$
Yetiştigi aile stili	1772	2	886.1	2.026	0.133	0.008
Sabit	217317	497	437.3			

Tablo 11’de yer alan bulgulara göre üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeylerinde yetiştirildikleri aile stiline göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmamaktadır.

#### 4.2. Değişkenlere İlişkin Betimsel İstatistikler ve Değişkenler Arasında Pearson Korelasyon Katsayıları

Üniversite öğrencilerinin özgecilik ve alt boyutları olan gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardımı, travmatik durumlarda yardımı, yaşlı/ hastalara yardımı, fiziksel güce dayalı yardımı, eğitim sürecinde yardımı, yakınlık duygusundan kaynaklanan yardımı ile mükemmeliyetçi kendini gösterme ve alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklamave kusuru açığa vurmama değişkenlerine ilişkin betimsel istatistikler tablo 12’de gösterilmiştir.

*Tablo 12. Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikler (N:500)*

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<b>Geçerli kişi sayısı</b>	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500
<b>Ortalama</b>	145.1	109.4	39.84	37.44	29.08	24.87	23.08	24.26	15.59	18.65	19.1 2	19.50
<b>Standart sapma</b>	20.95	21.59	10.25	8.818	6.252	5.462	4.328	3.711	2.975	3.757	3.10 3	3.419
<b>Varyans</b>	439.1	466.0	105.1	77.76	39.08	29.83	18.73	13.77	8.848	14.12	9.63 0	11.69
<b>Çarpıklık</b>	-0.86	-0.15	-0.04	-0.28	-0.04	-0.70	-0.97	-0.94	-0.97	-0.79	-0.74	-0.95
<b>Basıklık</b>	1.742	0.12	-0.51	0.20	-0.01	0.46	1.40	2.00	1.55	1.03	1.41	1.20
<b>En düşük değer</b>	54	36	13	9	9	7	6	6	4	5	5	7

**En yüksek  
değer**

188 174 66 62 47 35 30 30 20 25 25 25

1.özgeçiliclik, 2.mükemmeliyetçi kendini gösterme,3.mükemmeliyetçi öz-tanıtım, 4.kusur saklama, 5. kusuru açığa vurmama, 6.gönüllü faaliyetlere katılım, 7.maddi yardım, 8.travmatik durumlarda yardım, 9.yaşlı/ hastalara yardım 10.fiziksel güce dayalı yardım 11.eğitim sürecinde yardım, 12.yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım

Tablo 12’de değişkenlere ilişkin dağılımlar sunulmuştur. Regresyon analizi, T testi ve varyans analizlerine geçilmeden önce verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine çarpıklık-basıklık değerleri incelenerek karar verilmiştir. Tablo 12’de görüleceği üzere değişkenlerin neredeyse tamamının çarpıklık-basıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında olduğu görülmektedir. Verilerin normal dağılım şartını sağlaması için çarpıklık-basıklık değerlerinin +2 ile -2 arasında olması gerektiği belirtildiğinden (Tabachnick ve Fidell, 2013), bu çalışmadaki verilerin normal sınırlar içinde dağılım gösterdiği söylenebilir.

Çalışmadaki tüm değişkenler arasındaki ilişkileri ortaya koymak üzere değişkenler arasındaki pearson korelasyon katsayıları hesaplanmış ve sonuçlar Tablo 13’te gösterilmiştir.

*Tablo 13. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları*

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.Özgeçiliclik	1											
2.Gönüllü Faaliyetlere Katılım	.81***	1										
3.Maddi yardım	.79***	.64***	1									
4.Travmatik durumlarda yardım	.77***	.51***	.51***	1								
5.Yaşlı/ hastalara yardım	.77***	.55***	.53***	.57	1							
6.Fiziksel güce dayalı yardım	.79***	.55***	.56***	.52***	.58***	1						
7.Eğitim sürecinde yardım	.74***	.50***	.46***	.58***	.59***	.52***	1					
8.Yakınlık duygusundan kaynaklanan	.75***	.46***	.52***	.58***	.49***	.61***	.54**	1				

yardım

<b>9.Mükemmeliyetçi kendini gösterme</b>	.05	.05	.01	-.03	.01	.04	.04	.13**	1			
<b>10.Öz-Tanıtım</b>	-.03	-.01	-.06	-.09*	-.05	-.03	-.01	.06	.87***	1		
<b>11.Kusur saklama</b>	.06	.03	.02	-.02	-.01	.07	.05	.19***	.88***	.67***	1	
<b>12.Kusuru açığa vurmama</b>	.14**	.13**	.12**	.06	.14**	.14**	.11*	.08	.71***	.41***	.50***	1

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

Tablo 13'te görüleceği üzere değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları .11 ile .88 arasında değişmektedir. Araştırmanın bağımsız değişkenlerinden olan mükemmeliyetçi kendini gösterme ile bağımlı değişken yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım arasında ( $r = .13$ ,  $p < .01$ ) pozitif ilişki bulunurken mükemmeliyetçi kendini gösterme ile diğer bağımlı değişkenler arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Araştırmanın diğer bağımsız değişkenlerinden olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım ile travmatik durumlarda yardım ( $r = -.09$ ,  $p < .05$ ) arasında yine negatif yönde bir ilişki bulunurken diğer bağımlı değişkenler ile arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Bir diğer bağımsız değişken olan kusur saklama ile bağımlı değişken olan yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım arasında ( $r = .19$ ,  $p < .001$ ) pozitif ilişki bulunurken diğer bağımlı değişkenler ile arasında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir. Son olarak araştırmanın son bağımsız değişkenlerinden olan kusuru açığa vurmama ile özgecilik ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), gönüllü faaliyetlere katılım ( $r = .13$ ,  $p < .01$ ), maddi yardım ( $r = .12$ ,  $p < .01$ ), yaşlı/ hastalara yardım ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), fiziksel güce dayalı yardım ( $r = .14$ ,  $p < .01$ ), eğitim sürecinde yardım ( $r = .11$ ,  $p < .01$ ) arasında pozitif yönde bir ilişki bulunurken travmatik durumlarda yardım ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ile aralarında herhangi bir ilişki tespit edilememiştir.

### 4.3. Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Kendini Gösterme Düzeyleri Onların Özgecilik Özelliklerini Regresyon Analizlerine İlişkin Bulgular

Bu bölümde sırasıyla özgecilik düzeyinin alt boyutları olan gönüllü faaliyetlere katılım, maddi yardımı, travmatik durumlarda yardımı, yaşlı/ hastalara yardımı,

fiziksel güce dayalı yardımı, eğitim sürecinde yardımı, yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım ile onların yordayıcısı olan mükemmeliyetçi kendini göstermenin alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama arasındaki ilişkileri ortaya koyan çoklu regresyon analizleri raporlanacaktır.

#### 4.3.1. Gönüllü Faaliyetlere Katılım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları tablo 14’de gösterilmiştir.

Tablo 14. Üniversite Öğrencilerinin Gönüllü Faaliyetlere Katılım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
	Sabit	22.2	1.29		17.162	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.04	0.03	-0.078	-1.284	.200				
	Kusur saklama	.007	0.04	0.012	0.187	.852	0.15	0.02	0.02	3.615*
	Kusuru açığa vurmama	.137	0.04	0.157	3.03	.003				

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

Üniversite öğrencilerinin gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablo 14’de sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğini sadece mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden kusuru açığa vurmamanın yordadığı tespit edilmiştir (F=(496, 3)= 3.615, p < .05, R<sup>2</sup>=.02).

**Kusuru açığa vurmamanın** modele katkıları göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin **gönüllü faaliyetlere katılım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı söylenebilir ( $\beta = .157$ ,  $t(496) = 3.03$ ,  $p = 0.01$ ). Diğer bağımsız değişkenlerin modele herhangi bir katkılarının olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan kusuru açığa vurmamanın gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğinin % 2'sini açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.2. Maddi Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin maddi yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15. Üniversite Öğrencilerinin Maddi Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	T	P	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
	Sabit	21.624	1.02		21.14	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.068	0.02	-0.162	-2.68	.007	0.177	0.031	0.026	5.36***
	Kusur saklama	0.022	0.03	0.046	0.71	.473				
	Kusuru açığa vurmama	0.115	0.03	0.166	3.22	.001				

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

Üniversite öğrencilerinin maddi yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablo 15'te sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin maddi yardım özgecilik özelliğini sadece mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden kusuru açığa vurmamanın yordadığı tespit edilmiştir ( $F(496, 3) = 5.36$ ,  $p < .001$ ,  $R^2 = .03$ ).

**Kusuru açığa vurmamanın** modele katkıları göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin **maddi yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı söylenebilir ( $\beta = .166$ ,  $t(496) = 3.22$ ,  $p = 0.001$ ). Diğer bağımsız değişkenlerin modele herhangi bir katkılarının olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan kusuru açığa vurmamanın maddi yardım özgecilik özelliğinin % 3'ünü açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.3. Travmatik Durumlarda Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 16'da gösterilmiştir.

Tablo 16. Üniversite Öğrencilerinin Travmatik Durumlarda Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	P	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
	Sabit	24.159	0.88		27.41	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.059	0.02	-0.164	-2.70	.007				
	Kusur saklama	0.016	0.02	0.038	0.59	.551	0.14	0.02	0.02	3.563*
	Kusuru açığa vurmama	0.064	0.03	0.108	2.08	.038				

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

Üniversite öğrencilerinin travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablo 16'da sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliğini mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusuru açığa

vurmamanın anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir ( $F=(496,3)= 3.563$ ,  $p < .05$ ,  $R^2=.02$ ).

Değişkenlerin modele tek tek katkıları göz önüne alındığında **mükemmeliyetçi öz-tanıtım** özelliğinin üniversite öğrencilerinin **travmatik durumlarda yardım** özgecilik özelliğini **negatif yönde** yordarken ( $\beta= -0.164$ ,  $t(496) = -2.70$   $p= 0.01$ ), diğer yandan **kusuru açığa vurmama** ise üniversite öğrencilerinin **travmatik durumlarda yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı görülmektedir ( $\beta= .108$ ,  $t(496) = 2.08$   $p= 0.05$ ). Diğer bağımsız değişken olan kusur saklama modele herhangi bir katkısı olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan öz-tanıtım kusuru açığa vurmama travmatik durumlarda yardımözgecilik özelliğinin % 2'sini açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.4. Yaşlı/ Hastalara Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin yaşlı/ hastalara yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 17'de gösterilmiştir.

Tablo 17. Üniversite Öğrencilerinin Yaşlı/ Hastalara Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
	Sabit	14.567	0.70		20.78	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.034	0.01	-0.117	-1.95	.052	0.19	0.04	0.03	6.20***
	Kusur saklama	-0.013	0.02	-0.039	-0.61	.542				
	Kusuru açığa vurmama	0.099	0.02	0.207	4.03	.001				

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

Üniversite öğrencilerinin yaşlı/ hastalara yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar tablo 17'de sunulmuştur.



Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin yaşlı/ hastalara yardım özgecilik özelliğini sadece mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden kusuru açığa vurmamanın yordadığı tespit edilmiştir ( $F=(496, 3)= 6.20, p < .001, R^2=.04$ ).

**Kusuru açığa vurmamanın** modele katkıları göz önüne alındığında üniversite öğrencilerinin **yaşlı/ hastalara yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı söylenebilir ( $\beta= .207, t (496) =4.03, p= 0.001$ ). Diğer bağımsız değişkenlerin modele herhangi bir katkılarının olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan kusuru açığa vurmamanın yaşlı/ hastalara yardım özgecilik özelliğinin % 4'ünü açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.5. Fiziksel Güce Dayalı Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniversite öğrencilerinin fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 18'de gösterilmiştir.

Tablo 18. Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Güce Dayalı Yardım Düzeyleri Regresyon Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
	Sabit	16.699	0.88		18.84	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.062	0.02	-0.170	-2.83	.005				
	Kusur saklama	0.046	0.02	0.108	1.70	.090	0.19	0.04	0.03	6.01***
	Kusuru açığa vurmama	0.093	0.03	0.155	3.02	.003				

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

Üniversite öğrencilerinin fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 18'de sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğini mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusuru açığa vurmamanın anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir ( $F=(496,3)= 6.01$ ,  $p < .001$ ,  $R^2=.04$ ).

Değişkenlerin modele tek tek katkıları göz önüne alındığında **mükemmeliyetçi öz-tanıtım** özelliğinin üniversite öğrencilerinin **fiziksel güce dayalı yardım** özgecilik özelliğini **negatif yönde** yordarken ( $\beta = -0.170$ ,  $t(496) = -2.83$   $p = 0.01$ ), diğer yandan **kusuru açığa vurmama** ise üniversite öğrencilerinin **fiziksel güce dayalı yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı görülmektedir ( $\beta = 0.155$ ,  $t(496) = 3.02$   $p = 0.01$ ). Diğer bağımsız değişken olan kusur saklamanın modele herhangi bir katkısı olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusuru açığa vurmama fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğinin % 3'ünü açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.6. Eğitim Sürecinde Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz

##### Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 19'da gösterilmiştir.

Tablo 19. Üniversite Öğrencilerinin Eğitim Sürecinde Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	p	R	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	F
	Sabit	17.767	0.73		24.10	.001				
	Öz-Tanıtım	-0.037	0.01	-0.121	-1.99	.046				
	Kusur saklama	0.027	0.02	0.078	1.21	.225	0.14	0.02	0.02	3.49*
	Kusuru açığa vurmama	0.062	0.02	0.124	2.39	.017				

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

Üniversite öğrencilerinin eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 19’da sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğini mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusuru açığa vurmamanın anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir ( $F=(496,3)= 3.49, p < .05, R^2=.02$ ).

Değişkenlerin modele tek tek katkıları göz önüne alındığında **mükemmeliyetçi öz-tanıtım** özelliğinin üniversite öğrencilerinin **eğitim sürecinde yardım** özgecilik özelliğini **negatif yönde** yordarken ( $\beta= -0.121, t (496) =-1.99 p= 0.05$ ), diğer yandan **kusuru açığa vurmama** ise üniversite öğrencilerinin **eğitim sürecinde yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı görülmektedir ( $\beta= .124, t (496) = 2.39 p= 0.05$ ). Diğer bağımsız değişken olan kusur saklamanın modele herhangi bir katkısı olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusuru açığa vurmama eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğinin % 2’ünü açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.3.7. Yakınlık Duygusundan Kaynaklanan Yardım Düzeyleri Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Üniveriste öğrencilerinin yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Çoklu regresyon sonuçları Tablo 20’de gösterilmiştir.

Tablo 20. Üniversite Öğrencilerinin Yakınlık Duygusundan Kaynaklanan Yardım Düzeyleri Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Yordayıcı değişkenler	B	Std. Hata	Beta ( $\beta$ )	t	P	R	R <sup>2</sup>	ΔR <sup>2</sup>	F
	Sabit	17.168	0.80		21.39	.001	0.21	0.04	0.04	7.57***
	Öz-Tanıtım	-0.040	0.02	-0.119	-1.98	.048				

Kusur saklama	0.105	0.02	0.271	4.28	.001
Kusuru açığa vurmama	-5.115	0.02	-9.353	-0.09	.985

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

Üniversite öğrencilerinin yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğini yordayan mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerini (mükemmeliyetçi öz-tanıtım, kusur saklama ve kusuru açığa vurmama) belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve sonuçlar Tablo 20’de sunulmuştur.

Buna göre genel modelin anlamlı olduğu görülmektedir ve üniversite öğrencilerinin yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğini mükemmeliyetçi kendini gösterme bileşenlerinden mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusur saklamanın anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir (F=(496,3)= 7.57, p < .001, R<sup>2</sup>=.04).

Değişkenlerin modele tek tek katkıları göz önüne alındığında **mükemmeliyetçi öz-tanıtım** özelliğinin üniversite öğrencilerinin **yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım** özgecilik özelliğini **negatif yönde** yordarken ( $\beta = -0.119$ , t (496) = -1.98 p= 0.05), diğer yandan **kusur saklama** ise üniversite öğrencilerinin **yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım** özgecilik özelliğini **pozitif yönde** yordadığı görülmektedir ( $\beta = .271$ , t (496) = 4.28 p= 0.001). Diğer bağımsız değişken olan kusuru açığa vurmamanın modele herhangi bir katkısı olmadığı görülmektedir. Modelde yer alan mükemmeliyetçi öz-tanıtım ve kusur saklama yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğinin % 4’ünü açıklama gücüne sahip olduğu görülmektedir.

#### 4.4. Özgecilik Davranışına İlişkin Çoktan Seçmeli Sorulara Verilen

##### Yanıtların İncelenmesine İlişkin Bulgular

Bu bölümde üniversite öğrencilerinin özgecilik davranışının daha iyi anlaşılması için sorulan “yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünüyorsunuz”, “aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir”, “kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler”, “yardımsever

(özgeci) davranışların sebebi nedir” sorularına verdikleri cevaplar cinsiyete göre sırasıyla incelenecektir.

#### 4.4.1. Yardıma İhtiyacı Olan Birini Gördüğünüzde Ne Düşünürsünüz Sorusuna Verilen Cevapların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

“Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevapların cinsiyete göre incelenmesine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri tablo 21’de sunulmuştur.

Tablo 21. Üniversite Öğrencilerinde Yardıma İhtiyacı Olan Birini Gördüğünüzde Ne Düşünürsünüz Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları

Cinsiyet	Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?	Frekanslar	Yüzdesi	Toplam yüzdesi
Erkek	Yardımcı olmaktan keyif duyarım	201	80.4	80.4
	Nasıl olsa başkaları yardım eder	30	12.0	92.4
	Başkaları bana yardımcı olsun	19	7.06	100.0
	Toplam	250	100.0	
Kadın	Yardımcı olmaktan keyif duyarım	219	87.6	87.6
	Nasıl olsa başkaları yardım eder	28	11.02	98.8
	Başkaları bana yardımcı olsun	3	1.02	100.0
	Toplam	250	100.0	
Genel	Yardımcı olmaktan keyif duyarım	420	84.0	84.0
	Nasıl olsa başkaları yardım eder	58	11.06	95.6
	Başkaları bana yardımcı olsun	22	4.04	100.0

Tablo 21’de görüldüğü üzere, “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusuna erkek üniversite öğrencilerinin yüzde 80’ i “yardımcı olmaktan keyif duyarım” dedikleri halde? kadınlarda bu oran yüzde 87 ‘ye çıkmaktadır. Erkeklerden “nasıl olsa başkaları yardım eder” diyelerin oranı yüzde 12 iken, bu oran kadınlarda yüzde 11’e düşmektedir. “Başkaları bana yardımcı olsun” cevabında erkekler yüzde 7 ile kadınlardaki yüzde 1’lik orandan daha fazladır. Genel

olarak incelediğimizde öğrencilerin yüzde 84’ü “yardımcı olmaktan keyif duyarım” diye cevaplarken, “nasıl olsa başkaları yardım eder” diyelerin oranı yüzde 11, “başkaları bana yardımcı olsun” diyenler ise yüzde 4 olarak gerçekleşmiştir.

#### 4.4.2. Aşırı Yardımseverliğin Ne Gibi Sonuçları Olabilir Sorusuna Verilen Cevapların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

“Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevapların cinsiyete göre incelenmesine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri tablo 22’de sunulmuştur.

Tablo 22. Üniversite Öğrencilerinde Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları

Cinsiyet	Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?	Frekanslar	Yüzdesi	Toplam yüzdesi
Erkek	Yardım eden kişiyi hoşnut eder	113	45.2	45.2
	Yardım eden kişiyi yorar	44	17.06	62.8
	Başka insanları rahata alıştıırır	93	37.2	100.0
	Toplam	250	100.0	
Kadın	Yardım eden kişiyi hoşnut eder	125	50.0	50.0
	Yardım eden kişiyi yorar	65	26.0	76.0
	Başka insanları rahata alıştıırır	60	24.0	100.0
	Toplam	250	100.0	
Genel	Yardım eden kişiyi hoşnut eder	238	47.6	47.6
	Yardım eden kişiyi yorar	109	21.08	69.4
	Başka insanları rahata alıştıırır	153	30.06	100.0

Tablo 22’de görüldüğü üzere “Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?” sorusuna erkek üniversite öğrencilerinin yüzde 45’i “yardım eden kişiyi hoşnut eder” dediği halde, kadınlarda bu oran yüzde 50’ ye çıkmaktadır. Erkeklerde “yardım eden kişiyi yorar” diyenlerin oranı yüzde 17 iken, bu oran kadınlarda yüzde

26'ya yükselmektedir. Erkeklerde “Başka insanları rahata alıştıırır” diyenlerin oranı 37 iken, kadınlarda bu oran yüzde 24'e düşmektedir. Genel olarak incelediğimizde öğrencilerin yüzde 47'si “yardım eden kişiyi hoşnut eder” dediği halde, “yardım eden kişiyi yorar” diyenlerin oranı yüzde 21, “başka insanları rahata alıştıırır” diyenler ise yüzde 30 olarak gerçekleşmiştir.

#### 4.4.3. Kendinden Çok Başkalarının İyiliği İçin Çaba Sarf Etmek Aile İçi İletişimi Nasıl Etkiler Sorusuna Verilen Cevapların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

“Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevapların cinsiyete göre incelenmesine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri tablo 23’de sunulmuştur.

Tablo 23. Üniversite Öğrencilerinde Kendinden Çok Başkalarının İyiliği İçin Çaba Sarf Etmek Aile İçi İletişimi Nasıl Etkiler Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları

Cinsiyet	Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?	Frekanslar	Yüzdesi	Toplam yüzdesi
Erkek	Aile içi iletişimi güçlendirir	92	36.8	36.8
	Aile içi iletişimi bozar	58	23.02	60.0
	Aile üyelerine model olur	42	16.08	76.8
	Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir	58	23.02	100.0
	Toplam	250	100.0	
Kadın	Aile içi iletişimi güçlendirir	85	34.0	34.0
	Aile içi iletişimi bozar	29	11.06	45.6
	Aile üyelerine model olur	50	20.0	65.6
	Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir	86	34.4	100.0
	Toplam	250	100.0	
Genel	Aile içi iletişimi güçlendirir	177	35.4	35.4

Aile içi iletişimi bozar	87	17.04	52.8
Aile üyelerine model olur	92	18.04	71.2
Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir	144	28.08	100.0

Tablo 23’de görüldüğü üzere, “kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?” sorusuna erkek üniversite öğrencilerinin yüzde 36’sı “aile içi iletişimi güçlendirir” dediği halde, kadınlarda bu oran yüzde 34 olarak gerçekleşmiştir. Erkeklerde “aile içi iletişimi bozar” diyenlerin oranı yüzde 23 iken, bu oran kadınlarda yüzde 11’e düşmektedir. “Aile üyelerine model olur” cevabında erkekler yüzde 16 ile kadınlardaki yüzde 20 ‘lik orandan daha düşüktür. “Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir” sorusuna erkekler yüzde 23 ile kadınların yüzde 34 ‘ünden daha düşüktür. Genel olarak incelediğimizde öğrencilerin yüzde 35’i “Aile içi iletişimi güçlendirir” dediği halde, “aile içi iletişimi bozar” diyenlerin oranı yüzde 17, “aile üyelerine model olur” diyenlerinse yüzde 18 olarak gerçekleşmiştir. “Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir” diyenlerin oranı ise yüzde 28’dir.

#### 4.4.4. Yardımsever (özgeci) Davranışların Sebebi Nedir Sorusuna

##### Verilen Cevapların Cinsiyete Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

“Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir?” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevapların cinsiyete göre incelenmesine ilişkin frekans dağılımları ve yüzdeleri tablo 24’de sunulmuştur.

Tablo 24. *Üniversite Öğrencilerinde Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir Sorusunun Cinsiyete Göre Dağılımları*

Cinsiyet	Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir?	Frekanslar	Yüzdesi	Toplam yüzdesi
Erkek	Mutlu olmak	105	42.0	42.0
	Saygınlık kazanmak	27	10.08	52.8
	Hayır diyememek	16	6.04	59.2



	Sorumluluk duymak	93	37.2	96.4
	Suçluluk duymak	9	3.06	100.0
	Toplam	250	100.0	
Kadın	Mutlu olmak	100	40.0	40.0
	Saygınlık kazanmak	33	13.02	53.2
	Hayır diyememek	25	10.0	63.2
	Sorumluluk duymak	88	35.2	98.4
	Suçluluk duymak	4	1.06	100.0
	Toplam	250	100.0	
Genel	Mutlu olmak	205	41.0	41.0
	Saygınlık kazanmak	60	12.0	53.0
	Hayır diyememek	41	8.02	61.2
	Sorumluluk duymak	181	36.2	97.4
	Suçluluk duymak	13	2.06	100.0

Tablo 24’de görüldüğü üzere “Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir?” sorusuna erkek üniversite öğrencilerinin yüzde 42’si “mutlu olmak” dedikleri halde, kadınlarda bu oran yüzde 40’dır. “Saygınlık kazanmak”, “hayır diyememek”, “sorumluluk duymak”, “suçluluk duymak” cevabını verenler erkeklerde sırasıyla yüzde 10, 6, 37 ve 3 iken, kadınlarda yüzde 13, 10, 35 ve 1 olarak gerçekleşmiştir. Genel olarak öğrencilerin yüzde dağılımları incelendiğinde “mutlu olmak”, “saygınlık kazanmak”, “hayır diyememek”, “sorumluluk duymak”, “suçluluk duymak” cevabını verenler sırasıyla yüzde 41, 12, 8, 36 ve 2 olarak gerçekleşmiştir.

## BÖLÜM V

### TARTIŞMA

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinde özgecilik düzeyleri ile mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Aynı zamanda üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri ve mükemmeliyetçilik özelliklerinin cinsiyet, yaş, içinde buldukları ailenin ortalama gelir düzeyi, kimlerle yaşadıkları, yetiştirildikleri aile stili değişkenleri açısından farklılaşp farklılaşmadığını amaç edinmiştir.

Bu bölümde araştırmanın yukarıda belirtilen amaçları doğrultusunda elde edilen bulguların literatür çerçevesinde tartışılarak yorumlanmasına yer verilmiştir.

Bu araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeyleri incelendiğinde, cinsiyete göre kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Buna göre kadınların da özgecilik davranışı erkeklere göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Elde edilen sonucun etki büyüklüğünün orta düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar incelendiğinde “yardımcı olmaktan keyif duyarım” diyenlerin oranı yüzde 84, “nasıl olsa başkaları yardım eder” diyelerin oranı yüzde 11, “ başkaları bana yardımcı olsun” diyenlerin oranı ise yüzde 4 olarak tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde “yardımcı olmaktan keyif duyarım” cevabın erkek öğrencilerinde yüzde 80, kadın öğrencilerin ise yüzde 87 oranında tespit edilmiştir.

Elmas( 1998) tarafından yapılan çalışmada da, kadınların erkeklerden daha özgeci olduğu sonucuna varılmıştır. Avcı, Aydın, Özbaşan (2013) tarafından yapılmış çalışmada kız öğrencilerin özgecilik puan ortalamalarının erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu ortaya çıkmakla birlikte, aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır. Akbaba (1994) özgecilik söz konusu olduğunda cinsiyetin belirleyici bir değişken olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Mutafçılar (2008) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, öğretmenlerin cinsiyetleri ile özgecilik düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Kasapoğlu (2013) tarafından yapılan bir çalışmaya göre, özgeciliğin cinsiyete göre değişmediği görülmüştür. Koçak, Ak (2015) tarafından yapılan bir çalışmaya göre, öğrencilerin özgecilik puan ortalamaları incelendiğinde, kız öğrencilerin ortalaması

ile erkek öğrencilerin puan ortalamasının birbirlerine yakın olduğu ortaya çıkmış ve cinsiyet değişkenine göre öğrencilerin özgecilik puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Andreoni ve Vesterlund (2001) tarafından yapılan araştırmada kadınların erkeklerden daha empatik, özverili ve cömert olduğu ortaya çıkmıştır.

Araştırmanın değişkenlerinden biri olan cinsiyet ile özgecilik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmüştür. Ancak görüldüğü gibi, alanyazında cinsiyet değişkeni ile özgecilik arasındaki ilişkiyi inceleyen araştırmalarda birbirinden farklı sonuçlar tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları bu farkın çok büyük olmadığını da ortaya koymaktadır. Bu bulgular ışığında, annelik içgüdüsüne sahip olmanın kadınların daha empatik, özgeci ve şefkatli tepkiler vermesine neden olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde 18-20 yaş özgecilik puanı ortalaması ile 21-23 yaş arası öğrencilerin puanı ortalaması ve 27 ve üstü öğrencilerin puan ortalaması arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Araştırma sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, 21-23 yaşları arasında bulunan üniversite öğrencilerinde özgecilik davranışı 18-20 yaş arasından daha yüksektir. Benzer şekilde 27 yaş ve üstü öğrencilerde özgecilik davranışı 18-20 yaş arasındakilerden daha yüksektir. Kasapoğlu (2013) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, 3. sınıf öğrencilerinin özgecilik düzeyinin 1. sınıf öğrencilerine göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yeşilkayalı (2015) tarafından yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre, koruyucu aile bireylerinin yaş grubu ile toplam özgecilik düzeyi ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ancak, en yüksek özgecilik düzeyinin ortalaması 58 ve üstü yaşlarda, en düşük ortalamanın ise 47-57 yaş grubunda olduğu tespit edilmiştir. Van Slyke ve Brooks (2005) tarafından yapılan bir çalışmada, yaş arttıkça kar amacı gütmeyen kuruluşlar için gönüllü çalışmalara ve hayır faaliyetlerine katılmanın arttığı ve yaş düzeyinin kişinin hayırseverlik düzeyini de olumlu şekilde etkilediği tespit edilmiştir. Bu bulgular ışığında yaş arttıkça aslında özgeciliğin değişmesi değil de, yardımseverliğin arttığı düşünülmektedir. Yetişkinliğe doğru özgeci davranışların artması, kişinin tek kendi için değil, etrafı için de sorumluluk duyması, kendi değerini fark etmesi ve başkalarının da en az kendisi kadar değerli olduğunu düşünmesi şeklinde yorumlanabilir. Aynı zamanda yetişkinlik dönemi ile birlikte evlilik, çocuk sahibi

olmak gibi rol geçişlerinin de kişinin daha empatik bakış açısı geliştirmesine neden olduğu düşünölmektedir.

Bu araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin özgecılık düzeylerinde şu an içinde buldukları ailenin ortalama gelir düzeyine göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmamaktadır. Elmas (1998) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, sosyo-ekonomik durumla özgecılık düzeyleri arasında doğru orantılı bir ilişki saptanmıştır. Yani, sosyo- ekonomik durum yükseldikçe bireylerin özgecılık düzeyleri de aynı şekilde artmaktadır. Kişi gönüllü faaliyetlere katılarak, travmatik durumlarda yardım ederek, yaşlı ve hasta bakımını üstlenerek, eğitim konusunda başkalarına destek olarak da özgeci davranışta buluna bilir. Özgecılık sadece maddi yardımı kapsayan bir davranış olmadığı için, ortalama gelir düzeyinin özgecılık üzerinde tekbaşına çok fazla etkili olmadığı düşünölmektedir.

Bu araştırma sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, üniversite öğrencilerinin özgecılık düzeylerinde yetiştirildikleri aile stiline göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmamaktadır. Elmas(1998) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, demokratik anne-baba tutumlarının bireylerin özgecılık durumlarını olumlu yönde etkilediği, otoriter ve ilgisiz tutumların ise özgeci davranışların gelişimini olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinde özgecılık davranışı ve mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Stoeber (2015) tarafından yapılan bir araştırmanın sonucuna göre, başkaları yönelimli mükemmeliyetçilik özgecılık ile benzersiz bir negatif ilişki göstermiştir. Bu, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilerin diğer insanlara göre daha az duygusal, kabul edici ve şefkatli olduklarını düşöndürecek bir sonuçtur. Kendi yönelimli mükemmeliyetçilik ise, kendine yönelik mükemmeliyetçilerin, ihtiyacı olanlara karşı diğer insanlardan daha şefkatli olduğunu düşöndürecek şekilde özgecilikle benzersiz pozitif ilişkiler göstermiştir. Vyunova, Larskikh, Strebkova (2014) tarafından yapılan bir araştırmanın sonuçlarına göre, yapıcı mükemmeliyetçilik ve tutku kendi içinde özgecil özellikleri barındırmaktadır. Yapıcı mükemmeliyetçinin özgeciliği doğrudan ya da dolaylı olarak kendi menfaat ve beklentisi için çalışan kişiye yarar sağlamaktadır. Yapılan diğer çalışmalar da özgecılık ve mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ilişkilerin olduğunu destekler niteliktedir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre, mükemmeliyetçi öz-tanıtım özelliği üniversite öğrencilerinin travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliği, fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliği, eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliği ve yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliği ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre, mükemmeliyetçi öz-tanıtım özelliğine sahip bireylerin özgecilik düzeylerinin düşük olduğu düşünülmektedir. Kişinin sürekli olumlu yönlerini, becerilerini ve yaptığı işleri ön plana çıkarması, kendini mükemmel bir insan olarak göstermeye çalışması durumu ile özgecilik arasında negatif ilişkilerin ortaya çıkması beklenen bir sonuçtur. Özgeciliğin tamamen kendi çıkarını gözetmeksizin gerçekleştirilen bir davranış olduğu düşünülmemektedir. Özgecilik kişinin başkaları tarafından beğenilme, onaylanma ihtiyacının sonucu olarak ortaya çıkabilir. Bunun yanı sıra, sadece kendini ön plana çıkaran, kendini mükemmel insan olarak göstermeye çalışan kişinin de özgeci olamayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğinin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusur saklama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Taylor, Peplau, Sears (2015) tarafından belirtildiği gibi, insanların yakın akraba ve arkadaşlarına yabancılardan daha fazla yardım etmesi yakın olanlar için daha fazla sorumluluk duyma ve gerektiğinde onlardan da yardım alma ile bağlantılıdır. Esin (2016) tarafından belirtildiği gibi, normalde içgüdüsel olan yardımlaşma isteği, özgeciliğe ise insanın kişiler ya da gruplar tarafından beğenilme, onaylanma ve beklediği yakınlık isteğinin sonucu olarak kendini göstermektedir. Karşılıklılığın özgeciliğin bir normu olduğu belirtilerek, gerektiğinde başkalarından yardım isteme fikrinin kusur saklamaya neden olabileceği düşünülmektedir. Diğer taraftan yanlışları ya da eksiklikleri ile özellikle de yakın çevresi tarafından kabul edilememekten korkan kişinin kaçış olarak özgeciliği seçtiği de düşünülmektedir.

Bu araştırma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinde gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğine sahip kişilerin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliğinin yüksek olduğu söylenebilir. Benzer şekilde üniversite öğrencilerinde maddi yardım özgecilik özelliğine sahip üniversite öğrencilerinin kusuru açığa vurmama özelliğinin de yüksek olduğu görülmüştür. Yine benzer şekilde travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliği, yaşlı/ hastalara yardım

özgecilik özelliği, fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliği ve eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliği ile kusuru açığa vurmama özelliğinin pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Wedekind ve Braitwaite (2002) tarafından yapılan bir araştırmaya göre, karşılıklı özgecilik kavramının önemli bir bileşeni de insanların özgeci ve güvenilir olarak ün kazanmasıdır. Ariely, Brancha ve Meiser (2009) tarafından yapılmış araştırmada, öğrenciler, en az başışı, para kazandıkları ve kimsenin sonucu görmediği durumlarda yapıyor. En çok başışı ise herkesin gördüğü durumlarda yapıyor. Öğrenciler, herkesin gördüğü durumda çıkarıcı algılanmamak için daha çok başış yapmıştır. Kusuru açığa vurmama özelliği ile özgecilik arasında pozitif ilişkilerin ortaya çıkması sonucunda onay alma ihtiyacının özgeci davranışlara neden olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın nitel kısmında özgecilik davranışı hakkında ek bilgi sağlamak amacıyla çoktan seçmeli sorular sorulmuştur. “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusu ile üniversite öğrencilerinin yardım etme davranışına ilişkin düşüncelerinin incelenmesi amaçlanmıştır. “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?” sorusuna erkek üniversite öğrencilerinin yüzde 80’ i “yardımcı olmaktan keyif duyarım” dedikleri halde, kadınlarda bu oran yüzde 87 ‘ye çıkmaktadır. Bu da kadınların daha özgeci olduğuna dair çıkan sonuçları destekler niteliktedir.

Alanyazında özgecilik daha çok olumlu anlamda kabul gören bir davranış olarak incelenmektedir. Aşırı fedakarlığın özgeci kişinin hem kendisi, hem de ailesi ve yakın çevresi ile olan ilişkisini nasıl etkilediği konusu çok fazla araştırılmamıştır. Bu konuda bilgi elde etmek amacıyla “Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?” ve “Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?” şeklinde sorular sorulmuştur. Genel olarak incelediğimizde “Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?” sorusuna öğrencilerin yüzde 47’si “yardım eden kişiyi hoşnut eder” dediği halde, “yardım eden kişiyi yorar” diyenlerin oranının yüzde 21, “başka insanları rahata alıştırır” diyenlerin oranının ise yüzde 30 olduğu tespit edilmiştir. Özgecilik olumlu sosyal davranış olarak kabul edilmektedir. Bu sonuçlar doğrultusunda bakılacak olursa, başka insanların kendileri için çaba sarf etmekten vazgeçmesinde özgeci insanların da etkisinin olduğu düşünülmektedir.

“Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?” sorusuna genel olarak incelediğimizde öğrencilerin yüzde 35’i “aile içi iletişimi güçlendirir” dediği halde, “Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir” diyenlerin oranı ise yüzde 28’dir. Bu sonuç kendini feda düzeyinde olan özgeciliğin kişinin kendisine ve çevresine uzun vadede zararlı etkilerinin olabileceğini düşündürmektedir.

“Yardımsaver davranışların sebebi nedir?” sorusu ile üniversite öğrencilerini yardım etmeye yönelten motivasyonla ilgili bilgiler elde edilmeye çalışılmıştır. “Yardımsaver (özgeci) davranışların sebebi nedir?” sorusuna öğrencilerin yüzde 41’i mutlu olmak cevabını verdiği halde, yüzde 36’sı sorumluluk duymak cevabını vermiştir. Akbaba (2001) tarafından türkçeye uyarlanan Özgecilik ölçeğinin alt boyutlarından biri de sorumluluk boyutudur. Duru (2002) tarafından yapılan araştırmada özgeci bireyin sosyal sorumluluk, ahlaki akıl yürütme ve duyarlılık gibi kişilik özelliklerine sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara dayanarak, kişiyi yardım davranışına yönlendiren sebeplerden birinin de içselleştirilmiş sorumluluk duygusu olduğu düşünülmektedir.

## **BÖLÜM VI**

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

#### **6.1. Sonuçlar**

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak genel sonuçlara yer verilmiştir.

1. Cinsiyet bağlamında özgecilik davranışlarını incelediğimizde kadınların erkeklerden daha fazla özgeci davranış içinde buldukları tespit edilmiştir.

2. Yaşı küçük olan üniversite öğrencilerinin büyük olanlara göre daha az özgeci davranış gösterdikleri tespit edilmiştir.

3. Üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeylerinde şu an içinde buldukları ailenin ortalama gelir düzeyine göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir.

4. Üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeylerinde yetiştirildikleri aile stiline göre gruplar arasında önemli bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir.

5. Anne- baba ile yaşayan üniversite öğrencilerinde özgecilik davranışının üniversite yurdunda yaşanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

6. Üniversite öğrencilerinde özgecilik davranışı ve mükemmeliyetçi kendini gösterme arasında anlamlı ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir.

7. Gönüllü faaliyetlere katılım özgecilik özelliğine sahip üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliğinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

8. Maddi yardım özgecilik özelliğine sahip üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliği ile yüksek olduğu tespit edilmiştir.

9. Travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliğinin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.



10. Yaşlı/ hastalara yardım özgecilik özelliğinin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

11. Fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğinin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

12. Eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğinin yine benzer şekilde mükemmeliyetçi kendini gösterme kusuru açığa vurmama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

13. Travmatik durumlarda yardım özgecilik özelliğinin ise üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme öz-tanıtım özelliği ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

14. Fiziksel güce dayalı yardım özgecilik özelliğinin ise üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme öz-tanıtım özelliği ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

15. Eğitim sürecinde yardım özgecilik özelliğinin ise üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme öz-tanıtım özelliği ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. .

16. Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğinin ise üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme öz-tanıtım özelliği ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, mükemmeliyetçi kendini gösterme öz-tanıtım özelliğine sahip bireylerin özgecilik düzeylerinin düşük olduğu düşünülmektedir.

17. Yakınlık duygusundan kaynaklanan yardım özgecilik özelliğinin üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçi kendini gösterme kusur saklama özelliği ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

18. “Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar incelendiğinde “yardımcı olmaktan keyif duyarım” diyenlerin oranı yüzde 84, “nasıl olsa başkaları yardım eder” diyenlerin oranı yüzde 11, “ başkaları bana yardımcı olsun” diyenlerin oranı ise yüzde 4 olarak tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde “yardımcı olmaktan keyif duyarım” cevabın erkek öğrencilerinde yüzde 80, kadın öğrencilerin ise yüzde 87 oranında tespit edilmiştir. Bu sonuç cinsiyet bağlamında özgecilik davranışlarının incelendiği

zaman elde edilen kadınların erkeklerden daha özgeci oldukları sonucunu destekler niteliktedir.

19. “Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar incelendiğinde, öğrencilerin yüzde 47’si “yardım eden kişiyi hoşnut eder” dediği halde, “yardım eden kişiyi yorar” diyenlerin oranının yüzde 21, “başka insanları rahata alıştıır” diyenlerin ise yüzde 30 olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde “yardım eden kişiyi hoşnut eder “ cevabı erkek öğrencilerinde yüzde 45, kadın öğrencilerinde yüzde 50 olarak tespit edilmiştir.

20. “Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler” sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar incelendiğinde öğrencilerin yüzde 35’si “aile içi iletişimi güçlendirir” dediği halde, “aile içi iletişimi bozar” diyenlerin oranı yüzde 17, “aile üyelerine model olur” diyenler ise yüzde 18 olduğu tespit edilmiştir. “Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir” diyenlerin oranı ise yüzde 28 olarak tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde ise “yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar yetişir” cevabı erkek öğrencilerinde yüzde 23 , kadın öğrencilerin ise yüzde 34 oranında tespit edilmiştir.

21. Yardımsever (özgeci) davranışların sebebi nedir sorusuna üniversite öğrencilerinin verdikleri cevaplar doğrultusunda yüzde dağılımlarının (41, 12, 8, 36 ve 2) mutlu olmak, saygınlık kazanmak, hayır diyememek, sorumluluk duymak, suçluluk duymak şeklinde sıralandığı tespit edilmiştir. Cinsiyete göre incelendiğinde “ mutlu olmak“ cevabı erkek öğrencilerinde yüzde 42, kadın öğrencilerinde yüzde 40 olarak tespit edilmiştir.

## **6.2. Öneriler**

Araştırma İstanbul ilinde 5 devlet ve 8 özel üniversitede öğrenim görmekte olan 500 üniversite öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Bu araştırmanın Türkiye'nin farklı bölgelerinde farklı demografik özelliklere sahip öğrencilere de uygulanabileceği düşünülmektedir.

Araştırmanın değişkenlerinden biri olan cinsiyet ile özgecilik düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu görülmüştür. Farklı araştırmalarda farklı sonuçların elde edilmesi göz önünde bulundurularak gelecekte yapılacak araştırmalarda cinsiyet

ile özgecilik arasındaki ilişkinin farklılık göstermesinde etkili olabilecek değişkenler üzerinde durulmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın çalışma grubu tek üniversite öğrencileri ile sınırlı olduğu için iş hayatına atılmış yetişkinlerle de bu çalışmanın yapılabileceği düşünülmektedir.

Yaşı küçük olanların daha az özgeci davranışlar gösterdiği sonucuna dayanarak farklı yaş grupları ile yeni araştırmaların yapılabileceği düşünülmektedir.

Farklı özgecilik ve mükemmeliyetçilik ölçekleri kullanılarak yeni araştırmaların yapılabileceği düşünülmektedir.

Yardım etme davranışına herhangi bir dış motivasyon eklenmediği zaman insan doğası itibarile özgecidir fikrini ileri süren çalışmaları ( Fabes, 1989., Warneken , Tomasello 2008) temel alarak Türkiyede de özgecilik-ödül ya da özgecilik- iç/dış motivasyon ilişkisini araştıran çalışmaların yapılabileceği düşünülmektedir.

Özgeci davranışta bulunmak kişiye iyi bir şeyler yapmış olmaktan dolayı olumlu hisler yaşatsa da, özgeciliğin kendini feda halini almış patolojik boyutlarını araştırmak için yeni çalışmaların yapılabileceği ve bu konuda yeni ölçeklerin geliştirilebileceği düşünülmektedir.

“Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarf etmek aile içi iletişimi nasıl etkiler” sorusuna verilen cevapları temel alarak özgeci davranışların aile içi iletişimi nasıl etkilediği ile ilgili çalışmaların yapılabileceği düşünülmektedir .

Özgeci bireyden beklenen şey davranışlarını dış çevreden bağımsız bir şekilde gerçekleştirebilmesi olsa da, yapılan çalışmada kusuru açığa vurmama ve kusur saklama ile özgecilik arasında pozitif ilişkiler ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre, bireyi özgeci davranışa iten motivasyonla ilgili yeni çalışmaların yapılabileceği düşünülmektedir.

Özünde fedakarlık duygusu olan özgeciliğin kişilerin iş ve yaşam doyumunu, strese dayanıklılığını, tükenmişlik düzeyini nasıl etkilediği ile ilgili çalışmaların yapılabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Adler, A. (2002). Sosyal duygunun gelişiminde bireysel psikoloji. (Çev. H. Özgü). İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Adler, A. (2004). Yaşamın anlam ve amacı.(Çev. K. Şipal). 7. Baskı. İstanbul: Say Yayınları.
- Akbaba, S. (1994). *Grupla psikolojik danışmanın sosyal psikolojik bir kavram olarak özgecilik üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Akbaba, S. (2001). Özgecilik Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. Atatürk Üniversitesi Erzurum Eğitim Fakültesi Dergisi, 3(2), 85-95.
- Akbulut, Y. (2010). Sosyal bilimlerde SPSS uygulamaları: Sık kullanılan istatistiksel ve açıklamalı SPSS çözümleri. İdeal Kültür Yayıncılık.
- Altıntaş, E., Gültekin, M. (2005). Psikolojik Danışma Kuramları. İstanbul: Aktüel Yayıncılık.
- Altun, F., Yazıcı, H. (2010). Öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkiler. *International Conference on New Trends in Education and Their Implications*. Antalya, Turkey.
- Antony, M. M., Swinson, R.P. (2000). *When Perfect isn't Good Enough: Strategies or coping with Perfectionism*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Andreoni, J., Vesterlund, L. (2001). Which is the fair sex? Gender differences in altruism. *Quartely Journal of Economics*, 116(1), 293-312.
- Ariely, D., Bracha, A., Meiser, S. (2009). Doing Good or Doing Well? Image motivation and Monetary Incentives in Behaving Prosocially. *American Economic Review*, 99 (1), 544-55.
- Arntz, A., Jacob, G. (2016). Uygulamada şema terapi.(Çev, G. Soygüt). 1. Baskı . Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

- Aronson, E., Wilson, T.D., Akert, R. M. (2012). Sosyal Psikoloji. (Çev. O. Gündüz). 1. Baskı. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Avcı, D., Aydın, D., Özbaşaran, F. (2013). Hemşirelik öğrencilerinde empati-öğrencilik ilişkisi ve özgeci davranışın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2 (2), 108-113.
- Ayhan, İ. (2007). Psikanalitik yaklaşım: bilinçaltından notlar, Psikoloji Köşesi, *TUBiTAK Bilim ve Teknik Dergisi*, 472, 1-6.
- Bahadır, A. (2011). İnsanın Anlam Arayışı ve Din: Logoterapik Bir Araştırma. 2. Baskı. İstanbul :İnsan Yayınları.
- Balcı, A., Kırıl, E., Kalafat, T., Boysan, M. ( 2009). Kendini mükemmel gösterme ölçeğinin türk örnekleminde psikometrik özellikleri. *Kriz Dergisi* 17(3), 23-32.
- Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M., Thomas D.W. (1993). An Exploration of the Relational Schemata Underlying Attachment Styles: Self-Report and Lexical Decision Approaches. *Pers Soc Psychol Bull*, 19,746–754.
- Barber, B. K. (1996). Parental Psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67, 3296-3319.
- Barber, N . ( 2005). Doğanın duygusu ( Çev. O. Düz ) 1. Baskı. İstanbul: Güncel Yayıncılık.
- Barrow, J. C., Moore, C. A. (1983). Group Interventions with Perfectionistic Thinking. *Personnel and Guidance Journal*, 61, 612-615.
- Batson, C. D., Duncan, B.D., Ackerman, P., Buckley, T., Birch, K. (1981). Is empathic emotion a source of altruistic motivation?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 40 (2), 290-302.
- Batson, C. D. (1994). Why act for the public good? Four answers. *Personality and Social Psychology Bulletin*20, 603-610.
- Batson, C. D., Klein, T.R., Highberger, L., Shaw,L. L. (1995). Immorality from empathy-induced altruism: When compassion and justice conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(6), 1042-1054.

- Batson, C. D. (2008). *Empathy-induced altruistic motivation. Prosocial Motives, Emotions, and Behavior*, Inaugural Herzliya Symposium, March 24-27.
- Baumgartner, T., Knoch, D., Hotz, P., Eisenegger, C., Fehr, E. (2011). Dorsolateral and ventromedial prefrontal cortex orchestrate normative choice *Nature Neuroscience* 14 (11), 1468-1474.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York, NY: International Universities Press.
- Benk, A. (2006). *Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliğinin Belirtilerle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berkowitz, L., Friedman, P. (1967). Some social differences in helping behavior. *Personal Social Psychology*, 5, 217-25.
- Besser, A., Flett, G. L., Guez, J., Hewitt, P. L. (2008). Perfectionism, mood, and memory for positive, negative, and perfectionistic content. *Individual Differences Research*, 6 (4), 211- 244.
- Blackman, J.S. (2017). *Zihnin kendini koruma yolları ( Çev. Ö. Karakaş)*. 2. Baskı. İstanbul: Psikoterapi Enstitüsü Eğitim yayınları.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50(12), 1003-1020.
- Bolat, Ö. (2018). *Beni ödülle cezalandırma*. 115. Baskı. İstanbul: Doğan Kitap.
- Brockman, M. (2014). *Gelecekte bilim ( Çev. F. İyidoğan)*. 1. Baskı. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik. (Çev. İ. D. E. Sarıoğlu)*. 1. Baskı. İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Burks, D., Youll, L., Durtschi, J. (2012). The empathy-altruism association and its relevance to health care professions. *Social Behavior and Personality: An international journal*, 40, 395-400.
- Burns, D.D. (1980). The Perfectionist's Script for Self Defeat. *Psychol Today*, 34-51.

- Burns, D.D. (1983). The Spouse Who Is A Perfectionist. *Medical Aspects of Human Sexuality*, 17, 219-230.
- Butler. J. (2010). Human nature and other sermons excerpts from sermon 5. T. Nadelhoffer, E. Nahmias, S. Nichols (Eds.). *Moral psychology: Historical and contemporary readings*, 103-110, UK: Wiley-Blackwell.
- Chou, K. L. (1996). The Rushton, Chrisjohn and Fekken Self-Report Altruism Scale: A Chinese Translation. *Personality and Individual Differences*, 21, 297-298.
- Craddock, E.A., Church, W., Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. 2nd. Decenty, J. (2010). To what extent Is the Experience of Empathy Mediated by Shared Neural Circuits? *Emotion Review* 2 ( 3), 204-207.
- Cox, S. L., Chen, J. (2015). Perfectionism: A contributor to social anxiety and its cognitive processes. *Australian Journal of Psychology*, 67(4), 231-240.
- Dovidio, J. F., Allen, J. L., Schroeder, D. A. (1990). Specificity of empathy-induced helping: Evidence for altruistic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2) , 249-260.
- Duru, E. (2002). Öğretmen adaylarında Empati-yardım etme eğilimi ve yardım etme eğiliminin bazı psikososyal değişkenler açısından incelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Duska, R., Whelan, M. (1975). *Moral development A guide to Piaget and Kohlberg*. New York: Paulist Press.
- Easlund, T. (1998). Monetary blood donation incentives and the risk of transfusion transmitted infection. *Transfusion*, 38, 874-882.
- Eisenberg, N., Strayer, J. (1987). Critical Issues in the Study of Empathy. *Empathy Its Development*, Ed. N. Eisenberg and J. Strayer, Cambridge: Cambridge University Press, 3-13.

- Elmas, U. (1998). *Bireylerin anne baba tutumları ile özgecilik düzeyleri arasındaki ilişkiler*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Esin, C. (2016). *Sol gözüm ne diyor doktor bey?* E-book. İstanbul, Turkey.
- Ермилова, М. В. (2015). Деловой перфекционизм в современном обществе. Санкт–Петербургского Государственного Аграрного Университета, S,71-74.
- Fabes, R. A., Fultz, J., Eisenberg, N., May-Plumlee, T., Christopher, F. S. (1989). Effects of Rewards on Children's Prosocial Motivation: A Socialization Study. *Developmental Psychology*, 25, 509-515.
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. sage.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Singer, A. (1995). Perfectionism and parental authority styles. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 51(1), 50-60.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional and Treatment Issues. *American Psychological Association*, 5- 13.
- Freedman, J. L., Sears, D. O., Carlsmith, J. M. (1993). *Sosyal psikoloji*. (Çev.:A.Dönmez). Ankara: İmge Kitapevi.
- Freud, A. (2011). *Ben ve savunma mekanizmaları* (Çev. Y. Erim). 2. Baskı. İstanbul: Metis Yayınları.
- Frost, R. O, Marten, P.A, Lahart, C., Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Furnham, A., Treglown, L., Hyde, G., Trickey, G. (2016). The bright and dark side of altruism: demographic, personality traits, and disorders associated with altruism. *Journal of Business Ethics*, 134(3), 359-368.
- Garson, G. D. (2006). *Topics in multivariate analysis*. Retrieved July, 25, 2006.
- Gençtan, E. (1998). *Psikanaliz ve sonrası*. 8. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- George, D., Mallery, P. (2016). *IBM SPSS Statistics 23 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.



- Gerrig, R. J., Zimbardo, P. G. (2012). Psikolojiye giriş psikoloji ve yaşam. (Çev. G. Sart), İstanbul: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Gilman, R., Ashby, J. (2003). Multidimensional perfectionism in a sample of middle school students : An exploratory investigation. *Psychology in The School*, 40,6.
- Gintis, H. (2000). Strong reciprocity and human sociality. *Journal of Theoretical Biology*, 206, 169-179.
- Goleman, D. (2007). Sosyal Zeka.( Çev: O.Ç. Deniztekin). 3. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (2014). Odak Mükemmelliğin gizli anahtarı.( Çev: F.N. Deniztekin). 1. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Habke, A. M., Flynn, C. A. (2002). Interpersonal aspects of trait perfectionism. In G.L. Flett., P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*, 151-180. Washington, DC, US: American Psychologic Association.
- Halgin, R. P., Leahy, P. M. (1989). Understanding and treating perfectionistic college students. *Journal of Counseling and Development*, 68, 222-225.
- Hamacheck, D. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Harrison, N. A., Wilson, C. E., Critchley, H.D. (2007). Processing of observed pupil size modulates perception of sadness and predicts empathy. *Emotion*, 7(4), 724–729.
- Hewitt, P. L., Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment and Association with Psychopathology. *JPers Soc. Psychol*, 60 (3), 456-470.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. V., McMurty, B., Ediger, E., Fairlie, P., Stein M, B. (2003). The Interpersonal Expression of Perfectionism: Perfectionistic Self–Presentation and Psychological Distress. *J Pers Soc Psychol*, 84, 1303–1325.

- Hoffman, M. L. (1978). Psychological and Biological Perspectives on Altruism. *International Journal of Behavioral Development*, 1(4), 323–339.
- Hogg, M. A , Vaughan, G.M (2007). Sosyal psikoloji (Çev. İ. Yıldız, A. Gelmez) 1. Baskı. Ankara: Ütopya Yayınevi.
- Hjelle, L. A., Ziegler, D. J. (1992). Personality theories: Basic assumptions, research, and applications (3rd ed.). New York, NY, England: Mcgraw-Hill Book Company.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- Horney, K. (1980). Çağımızın tedirgin insanı.( Çev.A. Yörükkan). İstanbul: Tur. Yayınları.
- Horney, K. ( 1991). Kendi kendine psikanaliz (Çev. S.Budak). 4. Baskı. Ankara: Öteki Yayıncılık.
- Huck, S. W. (2012). Reading statistics and research . Boston, Massachusetts: Pearson Education.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karayel, K.G. (2011). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak mükemmeliyetçilik. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi, Muğla.
- Kasapoğlu, F. ( 2013).*Üniversite öğrencilerinde iyilik hali ile özgecilik arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi. Malatya.
- Kaya, F. ( 2015). *Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: duygusal zekanın aparıcı rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Koçak, R., Ak, K. (2015). *Üniversite öğrencilerinin özgecilik düzeylerinin yordayıcısı olarak yaşam amaçları*. *International Journal of Social Science*, 8, 1-18.
- Kottman, T., Ashby, J. (2000). Perfectionist children and adolescent: implications for school counselors. *Professional School Counseling*, 3,3, 182-189.

- Kumru, A., Carlo, G., Edwards, C. P. (2004). Olumlu sosyal davranışların ilişkisel, kültürel, bilişsel ve duyuşsal bazı değişkenlerle ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 19(54), 109- 125.
- Kurul, D. A. (2017). *Çocuklukta başlayan obsesif- kompulsif belirtilerin anne baba tutumu, mükemmeliyetçilik ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Üniversitesi, Erzincan.
- Leeds, R. (1963). Altruism and the norm of giving. *Merril-Palmer Quarterly* 9, 229-240.
- Miller, P. H. (1997). Emotional cognitive behavioral and temperament characteristics of heig- empathy children. *Motivation and Emation*, 21(1), 109-126.
- Moll, J., Krueger, F., Zahn, R., Pardini, M., de Oliveira-Souza, R., Grafman, J. (2006). Human fronto-mesolimbic networks guide decisions about charitable donation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 103 (42), 15623-15628.
- Mutafçılar, I. (2008). *Özgecilik kavramının tarihsel gelişimi ve öğretmen özgeciliğe üzerinde bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.
- Özgüngör, S. ( 2003). Mükemmeliyetçilik ve özerklik destekleyici davranışların amaç tarzları ile ilişkisi. *Eğitim ve Bilim*. 28 (127), 25-30.
- Palaz, S., Boz, İ. (2008). Üniversite mezunu yetişkinlerin farklı organizasyonlarda gönüllü hizmet vermesini etkileyen faktörler. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(19), 95-106.
- Patch, A. R. (1984). Reflections On Perfection. *American Psychologist*, 39 (4), 386-390.
- Piliavin, J. A., Charng, H. W. (1990). Altruism: A review of recent theory and research. *The Annual Review of Sociology*, 16, 27-65.
- Pratt, M., Hunsberger, B., Pancer, M., Alisat, S. (2003). A longitudinal analysis of personal values socialization: correlates of a moral self-ideal in late adolescence. *Social Development*, 12(4), 563-585.
- Rafaeli, E., Bernsterin, D. P., Young, J. E. (2012). *Şema terapi (Çev. M. Şaşıoğlu)*. 1.Baskı. İstanbul: Psikonet Yayınları.

- Rice, K. G, Ashby, J. S ., Preusser, K. J. (1996). Perfectionism, relationship with parents and self-esteem. *Journal of Adlerian Theory, Research and Practice*, 52 (3), 246-260.
- Rice, K. G., Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47 (2), 238-250.
- Roedell, W.C. (1984). Vulnerabilities of Highly Gifted Children. *Roepers Review*. 6(3), 127-130.
- “R istatistik paket programı”, <https://www.r-project.org> [09.08.2018].
- Sapmaz, F. ( 2006). *Üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya.
- Saboonchi, F., Lundh, L. G. (2003). “Perfectionism, Anger, Somatic Health, and Positive Affect”, *Personality and Individual Differences*, 35, 1585-1599.
- Salais, D., Fisher, B. R. (1995). Sexual preference and altruism. *Journal Homosexuality*, 28 (1-2), 185-197.
- Sayar, K. (2011). Merhamet. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Schuler, P. A. (2000). Perfectionism and gifted adolescent. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 183-196.
- Segal, E. A. (2011). “Social Empathy: A Model Built on Empathy, Contextual Understanding, and Social Responsibility That Promotes Social Justice”. *Journal of Social Service Research* 37, 266-277.
- Seyyar, A. (2004). Davranış Bilimleri Terimleri (Ansiklopedik Sözlük). İstanbul: Beta Yayınevi.
- Shafran, R., Cooper, Z., Fairburn, C. G. (2002). Clinical Perfectionism: A Cognitive-Behavioural Analysis. *Behav Res Ther*, 40,773-791.
- Shafran, R., Egan, S., Wade, T. (2018). Mükemmeliyetçilik.(Çev. D. Onuk). 2. Baskı. İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Slaney, R. B., Ashby, J. (1996). Perfectionists: Study of a Criterion Group. *Journal of Counselling and Development*, 74(4), 393-398.

- Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyten, P., Duirez, B., Grossens, L. (2005). Maladaptive perfectionistic self-representations: The mediational link between psychological control and adjustment. *Personality and Individual Differences*, 38, 487-498.
- Stoeber, J., Joormann, J. (2001). Worry, procrastination and perfectionism: Differentiating amount of worry, pathological worry, anxiety and depression, *Cognitive Therapy and Research*, 25, 1, 49-60.
- Stoeber, J. (2015). How other-oriented perfectionism differs from self-oriented and Socially prescribed perfectionism: Further findings. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 37 (4), 611-623.
- Sumi, K., Kanda, K. (2002). Relationship Between Neurotic Perfectionism, Depression, Anxiety, and Psychosomatic Symptoms: a prospective study among Japanese men. *Personality and Individual Differences*, 32, 817-826.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistics. Allyn & Bacon/ Pearson Education.
- Taylor, H. E., Peplau, L. A., Sears, D. O. (2015). Sosyal psikoloji (Çev. Dönmez). 4. Baskı. Ankara: İmge Kitabevi Yayınları.
- Trivers, R. L. (2010). The evolution of reciprocal altruism. In T. Nadelhoffer, E. Nahmias, S. Nichols (Eds). *Moral psychology: Historical and contemporary readings*, 124-134. UK: Wiley- Blackwell.
- Tuncer, B. (2006). *Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Türkçapar, H. M. (2018). Bilişsel Davranışçı terapi. 11. Baskı. İstanbul: Epsilon Yayınevi.
- Ümmet, D., Ekşi, H., Otrar, M. (2013). Özgecilik (altruizm) ölçeği geliştirme çalışması. *DeğerlerEğitimDergisi*, 11, 301-321.
- Van Slyke, D.M., Brooks, A.C. (2005). Why do people give? New evidence and strategies for nonprofit managers. *American Review of apublic Administration*, 35(3), 199-222.

- Вьюнова, Н. И., Ларских, М. В., Стребкова, И. Н. (2014). Интегративно Дифференцированные Аспекты Пассионарности и Перфекционизма Личности: Диагностика, Проектирование и Развитие. Вестник Воронежского государственного технического университета, 3.2, 13–20.
- Yang, Y., Raine, A. (2009). Prefrontal structural and functional brain imaging findings in antisocial, violent and psychopathic individuals: a meta-analysis. *Psychiatry Res*; 174, 81- 88.
- Yeşilkayalı, H. D. ( 2015). *Koruyucu aile bireylerinin sosyodemografik özellikleri ile Empatik becerileri ve özgecilik durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. E. (2009). Şema terapi (Çev. T.V.Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Yöntem, M, K. (2013). *Benlik kurguları ve otantikliğin özgecilik üzerindeki yordayıcı gücünün incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat.
- Warneken, F., Tomasello, M. (2008). Extrinsic rewards undermine altruistic tendencies in 20- month-olds. *Development Psychology*, 44 (6), 1785-1788.
- Waxler, C. Z., Yarrow, M. R., King, R. A. ( 1979). Childrearing and children's prosocial initiations toward victims of distress. *Child development*, 50, 319-330.
- Wedekind, C., Braitwaite, V. A. (2002). The long-term benefits of human generosity in indirect reciprocity. *Current biology*, 12, 1012-1015.

## **EKLER**

**EK 1. Kişisel Bilgiler (Demografik Bilgiler)**

**EK 2. Özgeçmiş Ölçeği (Örnek Maddeler)**

**EK 3. Mükemmeliyetçilik Ölçeği (Örnek Maddeler)**



**İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİMDALI**

Sevgili öğrenciler,

Bu çalışma İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalında Dr. Öğr. Üyesi Besra TAŞ danışmanlığında yürütülen yüksek lisans tez çalışmasıdır. Bu çalışma”*Üniversite öğrencilerinde özgecilk anlayışı ile mükemmeliyetçilik anlayışı arasındaki ilişkinin incelenmesi*” amacıyla yürütülmektedir. Anketi titizlikle doldurmanızı ümit eder, hayatınızda başarılar dilerim.

Doldurulan anketler bilimsel çalışmaya katkı amaçlı yapılmakta ve gizlilik çerçevesinde değerlendirilmektedir.

Teşekkürler,

Eğitim Bilimleri,

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Psikolojik Danışman

Kamala KHALINBAYLI

**KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

**1) Cinsiyetiniz:**

Erkek ( ) Kadın ( )

**2) Yaşınız:**

( ) 18-20 ( ) 21-23 ( ) 24-26 ( ) 27 ve üstü



3) **Fakülteniz :**

.....

4) **Bölümünüz:**

.....

5) **Şu an içinde bulunduğunuz ailenin ortalama aylık geliri ne kadardır?**

( ) 1500 ve altı ( ) 1500-3000 ( ) 3000-4500 ( ) 4500 ve üzeri

6) **Kimlerle yaşıyorsunuz?**

( ) Yalnız ( ) Anne-Baba ( ) Anne ( ) Baba ( ) Arkadaş

( ) Üniversite Yurdu ( ) Akraba

7) **Hangi aile sitilinde yetiştirildiniz?**

Demokratik ( ) Otoriter ( ) İhmalkar (permissive) ( )

8) **Yardıma ihtiyacı olan birini gördüğünüzde ne düşünürsünüz?**

Yardımcı olmaktan keyif duyarım ( ) Nasıl olsa başkaları yardım eder ( )

Başkaları bana yardımcı olsun ( )

9) **Aşırı yardımseverliğin ne gibi sonuçları olabilir?**

Yardım eden kişiyi hoşnut eder ( ) Yardım eden kişiyi yorar ( ) Başka  
insanları rahata alıştıırır ( )

10) **Kendinden çok başkalarının iyiliği için çaba sarfetmek aile içi iletişimi nasıl etkiler?**

Aile içi iletişimi güçlendirir ( ) Aile içi iletişimi bozar ( )

Aile üyelerine model olur ( ) Yalnız başkalarını memnun etmeye çalışan insanlar  
yetiştir ( )

11) **Yardımsever davranışların sebebi nedir?**

Mutlu hissetmek ( ) Saygınlık kazanmak ( ) Hayır diyememek ( ) Sorumluluk  
duymak ( ) Suçluluk duymak ( )

		Hiç Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Maddi yetersizliği olan kişilere para yardımında bulunurum					
2	Dershaneye gidemeyen çocukların derslerine yardımcı olurum					
3	Komşu, akraba gibi yakınlarımla ev işlerine yardımcı olurum					
4	Maddi durumu kötü olan kişilere kıyafet yardımında bulunurum					
5	Fazla eşyalarımı ihtiyacı olan kişilerle paylaşırım					
6	Maddi imkânsızlığı olan çocukların çeşitli sınavlara hazırlanmalarına yardımcı olurum					
7	Bir yakınımın işi çıktığında çocukları ile ilgilenirim					
8	Banka, dolmuş gibi yerlerde kuyrukta beklerken yaşlı ya da hastalara sıramı veririm					
9	Arkadaşlarım okulda kurallara uymadıklarında zarar görmemeleri için onları uyarırım					
10	Elinde alışveriş torbası gibi ağır eşya taşıyan yaşlı/hasta kimselere yardım ederim					
11	Maddi imkânlarım çerçevesinde hayır kurumlarına bağışta bulunurum					
12	Çeşitli hastalıklarla mücadele amaçlı kurulmuş dernek/vakıfların çalışmalarına destek olurum					
13	İçe kapanık/sessiz arkadaşlarımla sosyalleşmeleri için onları aktivitelerime dahil ederim					
14	Kararsızlık yaşayan arkadaşlarımla doğru karar vermeleri için onlara fikirlerimi sunarım					
15	Topluma hizmet kapsamındaki çeşitli çalışmalara gönüllü olarak katılırım					
16	Ev taşıyan yakınlarıma bu konuda yardımcı olurum					
17	Yakınlarımla yoğun olduğu zamanlarda onların işlerini hafifletmek için yardımcı olurum					
18	Sivil toplum kuruluşlarına üye olarak çeşitli gönüllü faaliyetlere katılırım.					
19	Bilgilerimi arkadaşlarımla paylaşarak onların genel kültürüne katkı sağlamaya çalışırım					
20	Yaşlı/hasta gibi kimselerin alışveriş gibi işlerine yardımcı olurum					
21	Maddi imkânsızlığı olan çocuklara oyuncak, kitap					

	vb. hediyeler alırım					
22	Yakınlarımla ihtiyacı olduğunda elimden gelen tamir, tadilat gibi işlerine yardımcı olurum					
23	Kazaya uğramış birini gördüğümde hemen yardımına koşarım					
24	Yaşlı/hasta kimselerin faturalarını yatırma gibi işlerine yardımcı olurum					
25	Toplumun güvenliğini sağlamaya yönelik faaliyet gösteren kurumların çalışmalarına destek veririm					
26	Yoksullara/çocuklara yönelik düzenlenen kermes gibi çeşitli etkinliklere katılırım					
27	Zaman problemi olan yakınlarıma yemek yapar ya da alırım					
28	Bir yakınına kaybetmiş kişileri teselli etmeye çalışırım					
29	Okula yeni gelen öğrencilerin, okula alışmaları için onlara yardımcı olurum					
30	Evinikaybedenlere (eviyanyadaseselbasangibi) barınmaları için yardımederim					
31	Yaşlı ya da engelli kişiler, yolda düştüklerinde/yaralandıklarında hemen yardıma koşarım					
32	Misafirliğe gittiğimde ev sahibine etrafı toparlama gibi konularda yardım ederim					
33	Yolda bir hasta ya da kazaya uğramış birini gördüğümde hemen ambulans çağırırım					
34	Haksızlığa uğramış birini gördüğümde haksızlık edene müdahale ederim					
35	Kalabalık otobüslerde eğer oturuyorsam arkadaşlarımla çantalarını yanıma alırım					
36	Sokaklarda yaşayan evsizleri, onlara yardım eden kurumlarla iletişime geçerek onların buralara yerleşmelerini sağlarım					
37	Yakınlarımla sabah erken kalkmaları gerektiği zamanlarda ve eğer uyanamıyorlarsa uyandırırım					
38	Arkadaşlarımla ya da yakınlarımla zaman zaman bir araya getirerek dostluk duygularının pekişmesine destek olurum					

	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
Kesinlikle Katılmıyorum	Kararsızım						Kuvvetle katılıyorum
Soru	İfadeler						
1	Başkalarına mükemmel olmadığını göstermekte bir sorun yoktur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
2	Kendimi başkalarının önünde yaptığım hatalardan dolayı yargılarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
3	Bir yanlışım olduğunda kapatmak için hiçbir şey yapmam.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
4	Hatalar başkalarının önünde yapıyorsa kendi başına yapılandan çok daha kötüdür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
5	Her zaman mükemmel bir görüntü sunmaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
6	Başkalarının önünde kendimi küçük düşürmem çok kötü olabilir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
7	Mükemmel görülebilirim başkaları beni çok daha olumlu algılar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
8	Başkalarının önünde yaptığım hatalar için endişe duyarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
9	Bir şeyler üzerinde ne kadar çok çalıştığımı başkalarının bilmesine asla izin vermem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
10	Gerçekte olduğumdan daha yetkin görünmekten hoşlanırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
11	Şayet görünüşümde bir kusur varsa, bu benim için sorun teşkil etmez.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
12	Bir işte çok iyi değilsem insanların beni o işi yaparken görmesini istemem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
13	Problemlerimi her zaman kendime saklamam gerektiğini düşünüyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
14	Problemlerimi başkalarına anlatmaktansa kendim çözmem gerekir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
15	Her zaman davranışlarımın kendi kontrolümde olduğunu göstermem gerekir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
16	Yapılan hataları başkalarına anlatmakta bir sakınca yoktur.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
17	Sosyal ortamlarda mükemmel davranmak önemlidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
18	Mükemmel bir şekilde giyinip kuşanmış olmaya çok fazla önem vermem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
19	Hataları başkalarına itiraf etmek olabilecek en kötü şeydir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
20	Toplum içinde hatalar yapmaktan nefret ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
21	Yanlışlarımı kendime saklamaya çalışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
22	Toplum içinde hata yapmayı önemsemem.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
23	Yaptığım her şeyde mükemmel düzeyde yetenekli görünmeye ihtiyaç duyarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
24	Eğer başka insanlar biliyorsa, bir şeylerde başarısız olmak korkunç bir şeydir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)

25	Yaptığım işlerde en üst düzeyde görünmek benim için çok önemlidir.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
26	Her zaman mükemmel görünmeliyim.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
27	Başkalarına mükemmel görünmek için çabalarım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)

