

T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
ENDÜSTRİ VE ÖRGÜT PSİKOLOJİSİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ÇALIŞANLARIN VE EMEKLİLERİN SOSYAL
İSTENİRLİK VE ÖZ-DUYARLIK AÇISINDAN
KARŞILAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ZEKERİYA ALP

10 11 07 102

İstanbul, Şubat 2012

**T.C.
MALTEPE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
ENDÜSTRİ VE ÖRGÜT PSİKOLOJİSİ
YÜKSEK LİSANS PROGRAMI**

**ÇALIŞANLARIN VE EMEKLİLERİN SOSYAL
İSTENİRLİK VE ÖZ-DUYARLIK AÇISINDAN
KARŞILAŞTIRILMASI**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ZEKERİYA ALP

10 11 07 102

**Danışman Öğretim Üyesi:
Prof. Dr. Ramazan ABACI**

İstanbul, Şubat 2012

TEZ ONAY SAYFASI

TARİH: 19/03/2012

T.C. MALTEPE ÜNİVERSİTESİ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Zekeriya Alp'e ait'' Çalışanların Ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik Ve Öz-Duyarlık Açısından Karşılaştırılması'' adlı çalışma, jürimiz tarafından Psikoloji Anabilim Dalı'nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

(İmza)

Başkan

Akademik Unvanı, Adı Soyadı

(İmza)

Üye.....

Akademik Unvanı, Adı Soyadı (Danışman)

(İmza)

Üye.....

Akademik Unvanı, Adı Soyadı

ÖNSÖZ

Bu araştırmada yoğun çalışma programı arasında bana zaman ayırarak yardımlarını esirgemeyen değerli danışman hocam Sn. Prof. Dr. Ramazan ABACI'ya ve diğer hocalarıma, eğitim hayatım boyunca maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen sevgili aileme teşekkürlerimi sunarım.

Zekeriya ALP

ÖZET

Özdüyarlık, bireyin kendisine karşı şefkatli ve peşin hükümlü olmayan bir tutum gerçekleştirilmesi ve başkalarıyla olan benzerliklerine dair farkındalık geliştirmesini içermektedir. Deneysel sonuçlar, özduyarlığın bağışlayıcılıkla ilgili olduğunu ortaya çıkartmıştır. Sosyal istenirlik ise, bireylerin kendi beyanlarına dayalı ölçekler temel alındığında, arzu edilen hareketlerin abartılması ve arzu edilmeyenlerin hor görülmesi eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Çocuklar arasında sosyal olarak arzu edilen karşılık, normal gelişmenin bir parçası olarak ele alınmaktadır ve genellikle yaş arttıkça azalır. Çalışma, çalışanların ve emeklilerin sosyal istenirlik öz-duyarlık ile düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Araştırmanın amacı doğrultusunda, çalışanlara uygulanan anketlerin tamamı İstanbul'da bulunan özel bir şirkette yapılırken, emeklilere uygulanan anketlerin bir kısmı İstanbul Huzur Hastanesi ve Dinlenme Vakfı'nda geri kalan kısmı ise rastgele yönetmi kullanılarak toplumun her kesiminden katılan emeklilere uygulanmıştır. Araştırma kapsamında ortalama, standart sapma vb. tanımlayıcı istatistiklerden, bunun yanı sıra güvenilirlik analizi, bağımsız T testi, ANOVA ile korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Yapılan çalışma sonucunda çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik ve öz-duyarlık düzeyleri arasında ilişkiler olduğu görülmüştür. Elde edilen bulguların oldukça yeni olmakla birlikte, son derece çarpıcı oldukları ifade edilebilir. Genel olarak öz-duyarlık alt boyutlarında öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin sosyal istenirlik ile pozitif, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının sosyal istenirlik ile negatif ilişkili olduğu söylenebilmektedir. Ayrıca çalışan ve emeklilerin demografik özelliklerinin öz-duyarlık ve sosyal istenirlik düzeyleri üzerinde etkisi olup olmadığı incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulguların bazılarının hipotezlerde bulunan varsayımları desteklediği görülmüştür. Analizler sonucunda elde edilen bulgulara bakıldığında; çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik ve öz-duyarlık alt boyutları açısından yaşlarına göre anlamlı farklılıklar elde edilmiştir.

Anahtar kelimeler : Çalışan, Emekli, Özduyarlık, Sosyal İstenirlik,

ABSTRACT

Self-compassion can be described as the tender and nonprejudicial attitude as well as the awareness of an individual concerning the similarities between themselves and others. Experimental results put forth the fact that there is a relationship between self-sensitivity and forgiveness. As for social desirability, it can be defined as the exaggeration of desired actions and the contempt of undesirable ones based on scales of statements belonging to individuals themselves. Socially desired response among children is regarded as a part of normal development and usually diminishes with age. This study has been conducted with the aim of analyzing the relationship between self-compassion and social desirability levels of employees and retired people.

To that end, all the employees are selected from a company which is in Istanbul and the some of the retired people are also selected from İstanbul Huzur Hastanesi ve Dinlenme Vakfi and the rest of the retired participants are also selected by the using random selection method. Such descriptive statistics as mean, standard deviation as well as reliability analysis, independent T test, ANOVA and correlation analysis have been made use of within the scope of the research. The results suggest that there are relationships between the self-compassion and social desirability levels of employees and the retired people. Although the data acquired is rather recent, it would not be wrong to claim that they are striking. In lower terms of self-compassion, there is a positive relationship between self-kindness, awareness of sharing and deliberativeness and social desirability; however, the relationship between self-judgment, isolation besides excessive identification and social desirability is negative in general. Moreover, it has been investigated whether the demographics of the employees and the retired people have any effect on self-compassion and social desirability. Some of the data acquired by means of the investigation seems to support hypotheses. That is, there are meaningful differences in terms of age as far as self-compassion and social desirability of the employees and the retired people are concerned.

Key Words : employee, retired, self-compassion, social desirability.

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	iv
İÇİNDEKİLER	vi
TABLOLAR LİSTESİ.....	viii
1.GİRİŞ	1
1.1.Öz-duyarlık Kavramı	2
1.2.Öz-duyarlığın Temel Bileşenleri.....	9
1.3.Öz-duyarlık Alt Boyutları	11
1.4.Öz-duyarlık Ölçeği.....	11
1.5. Öz-duyarlık ile Psikolojik Kavramlar Arasındaki İlişkiler	12
1.6. Öz-duyarlık ve Benlik Saygısı	14
1.7.Sosyal İstenirlik Kavramı.....	15
1.8.Sosyal İstenirlik Ölçeği.....	18
1.9.Sosyal İstenirlik İle İlgili Yapılan Çalışmalar.....	18
2. YÖNTEM.....	24
2.1. Araştırmanın Modeli	24
2.2.Araştırma Evreni ve Örneklem	24
2.3.Araştırmanın Sınırlılıkları	24
2.4. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları.....	25
2.4.1. Bilgi Toplama Formu	25
2.4.2. Öz-duyarlık Ölçeği.....	25
2.4.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği (SİÖ).....	29
2.5. Veri Analiz Teknikleri	32

3. BULGULAR.....	33
3.1. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık İle Sosyal İstenirlik Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyonlar	33
3.2. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Cinsiyet Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	34
3.3. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Cinsiyet Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	36
3.4. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Medeni Duruma Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	36
3.5. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Medeni Duruma Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	38
3.6. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Yaş Gruplarına Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	38
3.7. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Yaş Gruplarına Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	45
3.8. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Çalışma Sürelerine Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular	47
3.9. Sosyal istenirlik açısından çalışan ve emeklilerin çalışma sürelerine göre farklılıklarının incelenmesine ilişkin bulgular	53
4. TARTIŞMA VE SONUÇ	56
4.1. Öz-duyarlık Alt Boyutları ile Sosyal İstenirlik Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler	56
4.2. Cinsiyet	57
4.3. Medeni Durum	60
4.4. Yaş Grupları	61
4.5. Çalışma Süreleri	62
5. ÖNERİLER.....	63
6. KAYNAKLAR	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
7.EKLER.....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 3. 1. Öz-Duyarlık Alt Boyutları İle Sosyal İstenirlik Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar	33
Tablo 3. 2. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık Açısından Cinsiyet Farklarına İlişkin <i>T</i> Testi Bulguları	35
Tablo 3. 3. Çalışan Ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik Açısından Cinsiyet Farklarına İlişkin <i>T</i> Testi Bulguları	36
Tablo 3. 4. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık Açısından Medeni Durum Farklarına İlişkin <i>T</i> Testi Bulguları	37
Tablo 3. 5. Çalışan Ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik Açısından Medeni Durum Farklarına İlişkin <i>T</i> Testi Bulguları.....	38
Tablo 3. 6. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Betimsel İstatistikleri	39
Tablo 3. 7. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	39
Tablo 3. 8. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Betimsel İstatistikleri	40
Tablo 3. 9. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	40
Tablo 3. 10. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların bilincinde olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri	41
Tablo 3. 11. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların bilincinde olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	41
Tablo 3. 12. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Betimsel İstatistikleri	42
Tablo 3. 13. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	42
Tablo 3. 14. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Betimsel İstatistikleri	43
Tablo 3. 15. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	43

Tablo 3. 16. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	44
Tablo 3. 17. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	44
Tablo 3. 18. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Betimsel İstatistikleri	45
Tablo 3. 19. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu	46
Tablo 3. 20. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	46
Tablo 3. 21. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	47
Tablo 3. 22. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	48
Tablo 3. 23. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	48
Tablo 3. 24. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	49
Tablo 3. 25. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	49
Tablo 3. 26. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların bilincinde olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	50
Tablo 3. 27. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların bilincinde olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu...	50
Tablo 3. 28. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	51
Tablo 3. 29. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	51
Tablo 3. 30. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	52
Tablo 3. 31. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	52
Tablo 3. 32. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı-Özdeşleşme Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	53

Tablo 3. 33. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı-Özdeşleşme Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	53
Tablo 3. 34. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	54
Tablo 3. 35. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	54
Tablo 3. 36. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Betimsel İstatistikleri.....	55
Tablo 3. 37. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu.....	55

1.GİRİŞ

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık ile sosyal istenirlik arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Alt Problemler

1. Çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık ile sosyal istenirlik düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler var mıdır?
2. Çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
3. Çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık düzeyleri arasında yaş gruplarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
4. Çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık düzeyleri arasında medeni duruma göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
5. Çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık düzeyleri arasında çalışma sürelerine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
6. Çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
7. Çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik düzeyleri arasında yaş gruplarına göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
8. Çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik düzeyleri arasında medeni duruma göre anlamlı farklılıklar var mıdır?
9. Çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik düzeyleri arasında çalışma sürelerine göre anlamlı farklılıklar var mıdır?

Araştırmanın Önemi

Bu araştırmada ele alınmış olan değişkenlerin hemen hemen hepsi bireylerin duygusal yaşamlarında önemli rollere sahip bir takım yapılardan oluşmaktadır. Öz-duyarlılık hakkında yapılan çalışmaların oldukça az olmasından dolayı bu çalışmanın önemi artmaktadır. Uluslararası anlamda da literatürde çok az kişinin öz-duyarlılık

ve sosyal istenirlik ile araştırma yapmasından dolayı bu çalışma da bundan sonra yapılan çalışmalara katkı sağlayacaktır. Ayrıca bu araştırmada sosyal istenirlik ve öz-duyarlık ile ilişkileri ortaya koyması bakımından dolayı da önem taşımaktadır.

Araştırmaya katılan kişilerin öz duyarlık ve sosyal istenirlik düzeylerinin belirlenmesi ve hangi değişkenlere göre farklılık gösterdiğinin incelenmesi bu konudaki literatüre anlam katmaktadır. Sayılan tüm bu nedenlerden dolayı araştırmanın teorik ve pratik anlamda önemli olduğu varsayılmaktadır. Bireylerin kendilerine duyarlı davranmaları ve psikolojik anlamda sağlıklı olmalarının; fertlerin yaşam kalitesine önemli oranda katkı sağlayacağı beklentisini doğurmaktadır.

Tanımlar

Öz-duyarlık:

Öz-duyarlık, bireyin acı ve sıkıntı çekmesine neden olan duygularına açık olması, kendine özenli ve sevecen tutumlarla yaklaşması, yetersizlik ve başarısızlıklarına karşı anlayışlı ve yargısız olması ve yaşadığı olumsuz deneyimlerin insan yaşamının bir parçası olduğunu kabul etmesi olarak tanımlanabilir (Neff, 2003a).

Sosyal İstenirlik:

Sosyal istenirlik; kültürel değerler bakımından istenilen ve kabul görmüş olan bir takım davranışların (zorda olan birine yardım etme gibi) olduğundan fazla gösterme, istenilmeyen davranışları (bir görevi yerine getirmekten kurtulabilmek amacıyla hasta numarası yapma gibi) ise gizleme eğilimleri olarak ele alınmaktadır (Akın, 2010, s. 4).

1.1.Öz-duyarlık Kavramı

Özduyarlık, kişinin kendine karşı şefkatli ve peşin hükümlü olmayan bir tutum sahibi olmasını ve başkalarıyla benzerliklerine dair farkındalık geliştirmesini

yansıtmaktadır. Deneysel sonuçlar, özduyarlığın bağışlayıcılıkla ilgili olduğunu ortaya çıkartmıştır. (Breen, Kashdan, Lenser ve Fincham, 2010, s. 933)

Özduyarlık kavramı, başkalarına karşı duyarlı olma, başkalarının acılarını içtenlikle paylaşma ve bu acıların azalmasını isteme konusunda önemli rol oynamaktadır. Özduyarlığı duyarlıktan ayıran özellik ise bu duyarlığın kişinin kendi şahsi durumuna yönelik olmasıdır. Özduyarlığın kişinin kendisine karşı acımasızca eleştirel biçimde yaklaşmasına karşı olmasına rağmen, farkındalık bileşeni, başarısızlıkların görmezden gelinmesi yerine açıkça görülmesi gerektiğini öne sürmektedir. (Neff, 2003, s. 225)

Bir çok bakımdan, özduyarlık, acı ya da rahatsızlık veren hislerin görmezden gelinmediği, aksine şefkatli bir bilinçle, anlayışla ve ortak insanlık hissiyle ele alındığı, yararlı bir duygusal düzenleme stratejisi olarak ele alınabilir. Böylelikle, olumsuz duygular daha olumlu hisler haline getirilir ve bu sayede kişinin durumuna dair daha açık bir kavrayış ortaya çıkar ve kişinin kendisini ve çevresini uygun ve etkili bir biçimde değiştirmesi sağlanmış olur. Bu sebeple, özduyarlık, kişinin kendi duygularını gözlemlemesini ve bu gözlemlerine dair edindiği bilgiyi kendi düşünüş ve etkinliklerinde kullanmasını kapsayan duygusal zekanın önemli bir özelliği olabilir. Özduyarlığı yüksek olan bireylerin, özduyarlığı eksik olanlara kıyasla, endişeye kapılma veya depresyona girme oranlarının az olması gibi daha iyi zihinsel sağlık emareleri göstermeleri gerekir. Çünkü acı ya da başarısızlık tecrübeleri daha güçlü hale getirilmemiş ve acımasızca kendini kınama ya da ilgili düşünce ve duygularla aşırı özdeşleşme yoluyla temellendirilmemiştir. Bununla birlikte, kişinin kendine karşı duyarlı olması, bireylerin olumsuz tecrübeler edinmesini engelleyecek, iyi oluşu destekleyecek eylemlere (örn. aşırı strese yol açmadan önce yapılan işe ara vermek) ağırlık verecektir. (Neff, 2003, s. 225)

Özduyarlık kavramı, kişinin kendi eksik yönlerine, sınırlılıklarına ve başarısızlıklarına karşı peşin hükümsüz olmasını kapsamaktadır. Neff'in (2003) tanımına göre öz duyarlılığın üç bileşeni vardır: Özkibarlık, ortak insanlık ve farkındalık. Özkibarlık, kibarlığı geniş alanlara yaymayı ve kişinin kendini acımasızca eleştirmesi ya da yargılaması yerine anlamasını, ve kişinin kendine dair gözlemlenebilir kusurlarına ve sınırlılıklarına karşı peşin hükümsüz bir tavır

takınmasını kapsamaktadır. Ortak insanlık, kişinin kendi tecrübelerini, başkalarından kopuk bir şekilde olmak yerine ortak insanlık tecrübelerinin bir parçası olarak görmesini kapsamaktadır. Farkındalık, kişinin kendi yaşadığı zorluklara karşı açık ve farkında oluşunu, ve olumsuz tecrübelerle karşı dengeli bir yaklaşıma sahip olmasını, böylelikle de bu tecrübelerin bastırılmış ya da abartılmış olmasının engellenmesini kapsar. (Berry, Kowalski, Ferguson ve McHugh, 2010, s. 293)

Neff (2003, 2003), özduyarlık yapısının en önemli avantajının kendini kabule dayanması olduğunu öne sürmektedir. Ancak diğer taraftan kendine güven, kendini değerlendirme ve sosyal kıyaslamaya dayanmaktadır. (Berry, Kowalski, Ferguson ve McHugh, 2010, s. 294)

Neff'e (2003) göre, özduyarlık daha büyük ve kişinin kendi sınırlılıklarına dair bir bilinçle ilgili olmalıdır. Bireyin özduyarlığa dair tecrübesinin, kendi sınırlılıklarıyla ilgili daha büyük farkındalık oluşturması gerektiğini, bu sınırlılıkları, kendi özdeğer algılarını korumak için kendilerinden gizlememeleri gerektiğini savunmaktadır. (Berry, Kowalski, Ferguson ve McHugh, 2010, s. 306)

Özduyarlık, kendine güvenle alakalıdır. Olumsuz olaylara karşı özkibarlık ve ağırbaşlılıkla karşılık veren kişiler aynı zamanda kendileriyle ilgili de olumlu duygular besleme eğilimindedir. Ancak, özduyarlığın etkileri kendine güvenin etkilerinden farklıdır ve olumsuz olaylarla başa çıkmada özduyarlıklı zihniyet, kendine aşırı güvene sahip olmaktan daha fayda sağlayıcı olabilir. Özduyarlık, göreceli olarak durağan bir kişilik özelliği olarak kavramsallaştırılabilir, ancak durumlara göre de farklılıklar gösterebilir. (Adams ve Leary, 2007, s. 1125)

Özduyarlığın doğrudan duyarlık hissiyle ve diğerlerini önemsemeye ilgili olmasından dolayı, özduyarlıklı olmanın bencil ya da ben merkezci olmakla ilgisi yoktur ve kişinin kendi ihtiyaçlarına başkalarının ihtiyaçlarına göre öncelik vermesi anlamına gelmez. Aksine özduyarlık kötü durumda bulunmanın, başarısızlığın ve uygunsuzlukların insan doğasının gereği olduğunu ve kişinin kendisi de dahil olmak üzere diğer tüm insanların duyarlığı hak ettiğinin farkında olmayı gerektirmektedir. Özduyarlık, kendine acımanın da uzağındadır. Bireyler kendilerine acıdiklarında, genel olarak kendilerini başkalarından kopmuş hissederler. Kendi sorunlarına

kendilerini kaptırırlar ve aynı sorunu (belki de daha kötülerini) yaşayan yeryüzündeki diğer insanları unuturlar. (Neff, 2003, s. 224)

Bir taraftan özduyarlık, aşırı müsamahakârlık için mazeret olarak görülebilir. Örneğin yaptığı diyetlerle alakalı olarak kendini affeden ve kendini kötü hissetmeyen kişiler, beslenme biçimlerine dair kontrol sorumluluklarını tamamen terk edebilir. Ancak, tahminimizce, özduyarlık, insanların yeme alışkanlıklarını düzenleme sorumluluğunu da göz önünde tutarak diyet bozmaları durumunda kendilerini affetmelerine yol açacaktır. Bu tahminle aynı doğrultuda olmak üzere, önceki çalışmalar, özduyarlığın insanları kendi eylemlerinden dolayı affettiklerini ancak bu eylemlerle ilgili sorumluluklarından vazgeçemediklerini göstermiştir. Örneğin, Leary ve ark. (2007) çalışması, özduyarlığı teşvik etmenin olumsuz etkileri azalttığını ancak istenmeyen bir eyleme karşı kişisel sorumluluğu arttırdığını ortaya çıkartmıştır. Özduyarlık, hatalarını olumsuz duygularla bunalmaksızın fark etmeyi, böylelikle de gelecekle ilgili özdüzenleme olasılığını arttırmayı hedeflemektedir. (Adams ve Leary, 2007, ss. 1125-1126)

Duyarlık, sıkıntı yaşayan, başarısız olan veya hata yapan bireyleri yargılamadan anlamayı, onların bu davranış ve tutumlarına, insanın mükemmel olmadığı ve yanılabilirliği gerçeğini dikkate alarak, sabırlı, sevecen, anlayışlı bir tutumla yaklaşmayı içerir (Öveç, 2007).

Duyarlık ayrıca sıkıntı yaşayanların, başarısız olan veya hata yapan kişileri önyargısız bir şekilde anlamayı, onların bu hareketlerini ve tutumlarını kişilerin yanılabilirlik niteliği kapsamında değerlendirmeyi, bu kişilere sabırlı, sevecen, yargılayıcı olmayan bir tutum sergilemelerini önermeyi ve hiç bir kimsenin mükemmel olmadığını, tüm kişilerin hata yapma ve çeşitli sorunlar yaşama olasılıklarının bulunduğunu farkına varmalarına yardımcı olmayı gerektirir. Benzer bir şekilde öz-duyarlık, kişilerin acı ve sıkıntı çekmesine sebep olan duygularına açık olmasını, kendilerine özenli ve sevecen davranışlarla yaklaşılmasını, yetersizlik ve başarısızlıklarına karşı anlayışlı ve yargısız olmasını ve yaşadıkları olumsuz deneyimlerin insan hayatının bir parçası olduğunun kabul etmesini içerir (Neff, 2003).

Bir başka deyişle öz-duyarlık, bireyin acı ve sıkıntı çekmesine neden olan duygularına açık olması, kendine özenli ve sevecen tutumlarla yaklaşması, yetersizlik ve başarısızlıklarına karşı anlayışlı ve yargısız olması ve yaşadığı olumsuz deneyimlerin insan yaşamının bir parçası olduğunu kabul etmesi olarak tanımlanabilir (Akın, Övenç, Abacı, http://www.pegem.net/akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=5050).

Özduyarlık ve daha geniş bir kavram olan “duyarlık” arasında bir ayrım yapılmamıştır. Duyarlık, başkalarının içerisinde buldukları kötü durumlara karşı açık olmayı içermektedir, böylelikle kişi, diğerlerinin acılarını dindirmeyi arzulamaktadır. Bununla birlikte, başkalarına sabırlı olma, kibar olma ve peşin hükümsüz olma, tüm insanların mükemmel olmadığını ve hata yaptığını telkin etmeyi kapsamaktadır. Benzer bir biçimde özduyarlık, kişinin kendisinin içerisinde bulunduğu kötü durumlara karşı açık olmasını, kendine karşı şefkatli ve sevecen olmasını, anlayışlı olmasını, kendi başarısızlıklarına karşı peşin hükümsüz bir tavır içerisinde olmasını, ve kendi yaşadıklarının tüm insanlığın ortak tecrübelerinin bir parçası olduğunu kabul etmesini içermektedir.

Öz-duyarlık süreci, kişilerin benliği ile ve diğer bireyler ile ilişkili deneyimleri kavramasına izin vermekte olan bilişötesi aktivite ile meşgul olmasını gerektirmektedir. Bu süreç kişinin kendisi ile aşırı bir şekilde ilgilenmesi ve özdeşleşmesini ve sosyal ilişkilerin kopmasına sebep olabilecek ben merkezci yabancılaşmayı engeller. Ayrıca şahısların, kişisel deneyimlerini daha geniş bir perspektiften ele almasına ve yaşanmakta olan sıkıntı ve acı dolu deneyimlerin boyutlarını daha net bir şekilde yardım eder (Neff, 2003).

Psikolojide "öz-duyarlılık" veya kendimize şefkat gösterme adında yeni bir araştırma dalı bulunmaktadır. Araştırmacılar kendimize iyi davranma durumumuzu anlamaya çalışmaktadırlar. Başkalarına destek vermek konusunda hassas olanlar şaşkıncu bir oranda kendilerine karşı merhametsiz olmaktadır. Araştırmalara göre, kendimizde bazı eksiklikler olduğunu kabul etmek, sağlıklı bir hayat konusunda atılacak en önemli adımlardan biri. Öz-duyarlılık testlerinde yüksek puan alanların depresyon veya anksiyete yaşama ihtimalleri daha zayıf bulunmaktadır. Hayata bakışları daha olumludur. Araştırmalardan elde edilen ilk verilere göre, öz-duyarlılık

bazı insanların kilo vermesine de yardımcı olabilmektedir. Bu alanın önde gelen isimlerinden Kristin Neff, öz-duyarlılığın şımarıklık veya standartlarımızı düşürmek kavramlarıyla karıştırılmaması gerektiğini belirtmektedir ([http://www.sabah.com.tr/NewYorkTimes/2011/03/14/kendinize iyi davranin daha saglikli olun](http://www.sabah.com.tr/NewYorkTimes/2011/03/14/kendinize_ iyi_davranin_daha_saglikli_olun)).

Batı düşünce dünyası içinde duyarlılık genel olarak başka kişilere karşı duyarlılık olarak kavramsallaştırılır fakat budist psikoloji içinde duyarlılık, başka kişilere karşı olduğu kadar kişilerin kendine karşı da gereklidir. Duyarlığa benzer bir şekilde öz duyarlık, kişinin kendi acı ve sıkıntı veren duygusuna açık olmasını, kendilerine özenli ve sevecen şekilde yaklaşmasını, yetersizlik ve başarısızlıklarına karşı anlayışlı ve yargısız olmalarını ve yaşamış olduğu olumsuz deneyimlerin insanların yaşamının bir parçası olduğunu kabul etmesini içerir (Neff, 2003).

Özduyarlık kavramı, başkalarına karşı duyarlı olma, başkalarının acılarını içtenlikle paylaşma ve bu acıların azalmasını isteme konusunda önemli rol oynamaktadır. Özduyarlığı duyarlıktan ayıran özellik ise bu duyarlığın kişinin kendi şahsi durumuna yönelik olmasıdır.

Neff (2003), kişinin kendi beyanına dayanan, altı özelliğe atıfta bulunan bir özduyarlık ölçeği oluşturmuştur. Bu altı özellikten üçü (özşefkat, ortak insanlık ve farkındalık) olumlu, üçü (kendine karşı peşin hükümlü olma, soyutlama ve aşırı özdeşleşme) ise olumsuzdur. Bu kavramsallaştırma, psikolojik sağlık için ümit vaad eden uygulamalar ortaya koymuştur. Neff, Kirkpatrick ve Rude (2007), özduyarlığın, ego tehdidinin ardından gelen kaygıyı azalttığını ve bir aylık süre içerisinde gerçekleşen özduyarlık artışının psikolojik iyi bulunuşla ilişki içerisinde olduğunu ortaya koymuştur. (Hollis-Walker ve Colosimo, 2011, s. 223)

Kendine güven programı geliştiren bilişsel terapistler McKay ve Fanning (1992), özduyarlığı kendini eleştirmeye karşı önemli bir panzehir olarak görmektedir. (Gilbert ve Procter, 2006, s. 357) Çalışmalarda ortaya çıkan görüşlerin ışığında özduyarlık tehdit hissini azaltmaya ve güvende olma hissini arttırmaya yardımcı olabilir. (Gilbert ve Procter, 2006, s. 357) Özduyarlık eksikliği bulunan insanların özduyarlığı yüksek olanlar kadar başkalarına karşı anlayışlı olma ihtimali vardır. (Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011, s. 215)

Öz duyarlılığın çok fazla olarak bireyde olması pasifliğe neden olabileceği düşünülebilir fakat öz duyarlılık duyguları içten ise bu durum söz konusu olmamaktadır. Öz duyarlığa sahip olan bir kişi ideal standartları karşılamadığı zaman kişinin kendisini sert bir şekilde eleştirmemesini gerektirse de bu yanlış ya da başarısızların göz ardı edileceği veya düzeltilmeyeceği anlamı taşımaz. Öz duyarlılık, bunun yerine, en iyi sağlık halleri için gerekli sayılan adımların nazik ve sabırlı şekilde teşvik edilmesini önermektedir. Kişinin öz duyarlı olması kendi iyiliği arzulanması anlamı taşımaktadır. Bu sebeple öz duyarlılık bireylerin kendinde gözlemiş olduğu zayıflığa ilişkin pasif ya da eylemsiz olmasını içermemektedir. Aksine, öz duyarlılık eksikliğin pasifliğe neden olması daha beklenebilir bir netice olarak karşımıza çıkmaktadır. Öz farkındalığın olamayışı durumunda zayıf yönler olduğu gibi ortadan kalkacaktır. Kendine duyarlı yaklaşması durumunda ise kişi, kendini yargılama korkusu olmadan kendini net bir şekilde değerlendirebilmesi amacıyla gerekli duygusal güvenliği sağlayarak problemleri düşünce, davranış ve duyguları daha doğru algılayacak ve düzeltecektir (Neff, 2003).

Öz-duyarlılığın sayılmış olan bu unsurları farklı seviyelerde yaşanmakta ve kavramsal bir şekilde birbirlerinden farklı bir görünüm sergilemektedir. Ancak bu üç unsur birbirleri ile karşılıklı olarak ilişkili olma ve birbirlerini meydana çıkarma eğilimi içindedir. Örnek verecek olursak bilinçliliğin farkında olmak kişinin kendini yargılama seviyesini azaltır. Diğer taraftan birey öz-sevecenlik duygularının gelişim göstermesine yeterli olacak seviyede kendini yargılamayı ve küçümsemeyi terk etse bile, duygu ve düşüncelerine ilişkin bilinçli farkındalığın sürdürmesi kolaylaşacak ve negatif duygusal hareketlerinin etkisi azalacaktır. Benzer bir şekilde yaşanan acı, sıkıntı ve kişisel bir takım başarısızlıkların tüm bireyler tarafından paylaşıldığının farkına varılması, kişinin kendini suçlama ve sert eleştiri yapma seviyesini azaltır, bu durum da yabancılaşma ve izole olma duygularının hafiflemesine yardımcı olmaktadır (Neff, 2003).

Öz duyarlılık, aynı zamanda gelişim ve değişim amacıyla güçlü bir motive edici bir etkiye sahiptir. Örnek verecek olursak, çocuklarına duyarlı olan ebeveynler çocuklarının kendine zarar verici davranışları yapmasına izin vermez ve onların sağlıklı bir şekilde gelişimi amacıyla bazı kısıtlama ya da kurallar getirir. Duyarlı

ebeveynlerin bu yaptığı, davranışları yargılayıcı veya cezalandırıcı değil, sevgi, sevecenlik ve ilgi yüklüdür. Benzer bir şekilde kendine karşı duyarlı olmak, kişinin bağlı olduğu zararlı davranışlardan vazgeçmesini, zor ve sıkıntı verici olsa bile, kendi iyiliği için gerekli eylemlerle ilgili kendini teşvik etmesini içerir (Neff, 2003).

1.2.Öz-duyarlığın Temel Bileşenleri

Özduyarlığın üç temel bileşeni vardır(Neff, 2003, s. 224):

- 1) Şefkati genişletmek ve kişinin kendini acımasızca eleştirmesi ve peşin hükümlü olması yerine anlayışlı olması;
- 2) Kişinin kendi tecrübelerini soyutlayıcı ya da ayırıcı olmaktan çok tüm insanlığın yaşadığı tecrübelerin bir parçası olarak görmesi ve
- 3) Kişinin acı veren düşüncelerle aşırı özdeşleşmesi yerine bu düşüncelere karşı dengeli bir bilinç geliştirmesi.

Özduyarlığın bu özellikleri farklı biçimlerde tecrübe edilir ve kavramsal olarak birbirinden farklıdır, ancak her biri bir diğeriyle sonuçlanır. Örneğin bağımsız farkındalık tutumunu kabul etmek, kendini eleştirmeyi azaltmaktadır. (Neff, 2003, s. 224)

Özduyarlık, zor durumlarda kişinin kendisine karşı şefkatli ve merhametli olmasını gerektirir. Neff (2003, 2003) özduyarlığın yapısını tanımlamış ve deneysel olarak test etmiştir. Özduyarlığın üç bileşenden oluştuğunu öne sürmüştür. Kendini yargılamaya karşı özkibarlık, soyutlamaya karşı ortak insanlık ve aşırı özdeşleştirmeye karşı farkında olma. İlk bileşen, kişinin kendini eleştirmek yerine kendisine karşı duygusal olarak sıcak olmasını ve peşin hükümsüz olmasını gerektirmektedir. İkinci bileşen, hayatın zorluklarının ortak insanlık deneyiminin bir parçası olduğunu ve sadece belli başlı bireylerin başına gelmediğini kabul etmeyi anlatmaktadır. Üçüncü bileşen, acı veren düşünce ve hislerin içine tamamen gömülmek (örn. aşırı özdeşleştirme) yerine bunların farkında olmayı (örn. farkında olma) içermektedir. Teorik olarak, özduyarlık ve iyi olma arasında olumlu bir ilişki olması gerektiği beklenmektedir. Gilbert'e (2005) göre, özduyarlık, bireylerin duygusal olarak önemsenmelerini, ilişki içerisinde ve sakin olmalarını sağlayarak iyi

olmayı desteklemektedir. Neff (2003, 2003), özduyarlığın, olumsuz düşüncelerin kibarlık ve paylaşılan ortak bir insanlık çerçevesinde farkındalıkla ele alındığı, duygusal bir düzenleme stratejisi olduğunu belirtmiştir. Bu, özduyarlığın olumsuz düşünceleri düzeltme ve bunları olumlu hale getirme konusunda faydasının olabileceğini vurgulamaktadır. Bu fikirden hareketle, özduyarlığın bireylerin öznel iyi oluş durumuna katkı sağlayacağı beklenmektedir. Araştırma sonuçlarına göre, özduyarlığın hayat doyumu (Neff, 2003), mutluluk ve olumlu düşünceler (Neff, Rude, & Kirk-patrick, 2007), psikolojik bakımdan iyi olma (Neff, 2004), ve sosyal bağlanmışlıkla (Neff & McGehee, 2010) olumlu ilişkisi vardır. (Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011, s. 193)

Neff (2003), özduyarlığın üç temel bileşeni olduğunu öne sürmektedir: (a) kişinin kendini acımasızca eleştirmesi ya da peşin hükümlü olması yerine kibarlığı genişletmek ve kendine karşı anlayışlı olmak; (b) kişinin içinde bulunduğu olumsuz durumları kendisini diğer insanlardan soyutlayan ve ayıran tecrübeler olarak görmek yerine daha geniş insan kitlelerinin ortak tecrübelerinin bir parçası olarak görmek; ve (c) önem derecelerini abartmak yerine olayları ve duyguları bütünsellik içerisinde ele almak. Özduyarlığın bu özellikleri, kişinin kendi içsel durumunun özdeşimsel yansıması olan, kendine özgü öz farkındalığı içerisinde ortaya çıkmalıdır. (Crocker ve Canevello, 2008, s. 557)

Kişilerin zaman zaman öz-duyarlığı, ilgisizlik, pasiflik veya sorumluluk almaktan kaçınmaları içeren davranışları için bahane olarak kullanma olasılıkları olmasına, öz-duyarlık duygusunun içten ve tam bir şekilde olduğu hallerde mümkün olmamaktadır. Öz-duyarlık kişilerin kendilerine ilişkin zarar verici yargılamalarda bulunmamasını gerektirmesine karşın, öz-duyarlığın bilinçlilik faktörü, kişinin başarısızlıklarının net bir şekilde görülmesini ve gözardı veya inkar edilmemesini önerir. Aynı zamanda gerçek bir öz-duyarlık duygusu, kişilerin sağlıklı ve işlevsel olmayı istemesini ve gereksinim duyulduğunda değişimini ve zararlı, yaratıcı olmayan hareketlerini düzeltebilmesini sağlaması amacıyla bir davranış takınmasını gerektirir. Bu bakımdan dolayı bilinçlilik var olduğu süre boyunca öz-duyarlık, ilgisiz ve bahane bulucu tavırlar ile mücadele edecektir (Neff, 2003).

Özdüyarlığın kişinin kendisine karşı acımasızca eleştirel biçimde yaklaşmasına karşı olmasına rağmen, farkındalık bileşeni, başarısızlıkların görmezden gelinmesi yerine açıkça görülmesi gerektiğini öne sürmektedir. (Neff, 2003, s. 225)

1.3.Öz-duyarlık Alt Boyutları

Neff (2003), psikolojik “iyi olma” durumunu, batı psikolojisine göre yaygın bir şekilde görüldüğü şekilde egonun beslenmesine dayalı olmayan, budizm kökenli bir anlayış ile tanımlamaktadır. Bu yaklaşıma göre, psikolojik iyi olmanın çözümü olan öz duyarlık üç ana kavramı içermektedir: (1) Öz-sevecenlik (öz-yargılamanın karşıtı olarak); (2) paylaşımların bilincinde olma (izolasyonun karşıtı olarak); (3) Bilinçlilik (aşırı özdeşleşmenin karşıtı olarak).

Öz sevecenlik, kişinin kendisine karşı sert bir şekilde eleştirici ve yargılayıcı olunmasının yerine kabullenici ve sevecen bir davranış içinde olmasıdır.

Paylaşımların bilincinde olma, bir kişinin mükemmel olmadığını, her bir kişinin hatalar ve yanlışlar yaptığının, her bir bireyin sağlıksız hareketlere kapılabildiğinin farkında olmaktır. Aynı şekilde, hayatın getirmiş olduğu güçlükler ve sıkıntıların ortak bireyin deneyimlerinin bir parçası olduğunun ve acı çekmenin sadece “benim başıma” gelmediğinin farkına varmaktır.

Bilinçlilik ise kişinin ya da yaşamının istenmeyen yönlerinin, onları görmezden gelerek, ne de onlara kapılmadan dengeli bir şekilde farkında olmayı kapsamaktadır. Bilinçlilik, kendi halini daha nesnel ve geniş bir açıdan görebilecek bir bakış geliştirir.

1.4.Öz-duyarlık Ölçeği

Özdüyarlık Ölçeği (Neff, 2003), özduyarlık düzeylerini ölçmede kullanılan 26 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar, her bir maddede belirtilen biçimde davranma sıklıklarını belirtmeleri şeklinde yönlendirilmiştir. Örnek bir madde: “Duygusal olarak acı duyduğumda kendime karşı sevgi dolu olmaya çalışırım”. Özduyarlık ölçeğinin altı alt ölçeği vardır: Özkibarlık (beş öge), Kendini Yargılama (beş öge), Ortak İnsanlık (dört öge), Soyutlama (dört öge), Farkında Olma (dört öge),

Aşırı Özdeşleşme (dört öge). Öğeler, 5 puan üzerinden, 1 puan (neredeyse hiç) – 5 puan (neredeyse her zaman) olmak üzere Likert tarzı ölçekle puanlandırılmaktadır. Mevcut araştırmada, Özduyarlık Ölçeğinin sonuçları toplamı, analiz için kullanılmıştır. Yüksek puanlar, yüksek derecede özduyarlığı göstermektedir. Ölçeğin yapısal geçerliği, sosyal bağlanmışlık, hayat doyumu ve duygusal zekayla olumlu korelasyonun yanında kendini eleştirme, kaygı ve depresyonla belirgin biçimdeki olumsuz korelasyonla sağlanmıştır. (Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011, s. 199)

Ölçek geliştirme katılımcılar için küçük gruplar olarak görüşüldüğünden dolayı bir pilot çalışma ile başlamış ve bu araştırmada öz-duyarlığın üç boyutu ile ilişkili benlik süreçleri hakkında katılım gösteren kişilere açık uçlu sorular sorulmaktadır. Bu oturumların hedefi, kişilerin acı ve başarısızlıklarına karşı yönelik tepkilerini doğal bir şekilde nasıl ifade ettiklerini tanımlamışlar ölçek maddelerinin kolay bir şekilde anlaşılabilmesi, ortak bir anlaşılma zemini oluşturmaktır (Neff, 2003, s. 226).

Bu sonuçlar, özduyarlığın bağlanma kaygısı ve öznel iyi oluş arasında belirgin bir uzlaştırıcı olduğu ve başkalarına karşı duygusal empatinin bağlanmadan kaçınma ve öznel iyi oluş arasında belirgin bir uzlaştırıcı olduğu hipotezlerimizi kanıtlamaktadır. (Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011, s. 205)

Özduyarlık Ölçeği (Neff, 2003), zor durumlarla karşılaştığında kişinin kendisine karşı peşin hükümsüz oluşu; bireyin kendi tecrübelerinin insanlık tarafından paylaşılan tecrübelerin bir parçası olduğunu kabul etme; ve yargılama ya da kendine acıma olmaksızın acı veren düşüncelere ve duygulara karşı dengeli bir bilinç oluşturmak gibi özduyarlığın çeşitli elementlerini ölçmektedir. Özduyarlık, kendine güvenden farklı bir şekilde kavramsallaştırılır, çünkü özduyarlık değerlendirilebilir değildir. (Lykins ve Baer, 2009, s. 231)

1.5. Öz-duyarlık ile Psikolojik Kavramlar Arasındaki İlişkiler

Sosyal psikoloji ekolünden ve Budist bir gelenekten gelen Neff (2003, 2003), duyarlığı şefkat, ortak insanlık ve farkındalıkla ilgili çok kutuplu bir yapı olarak gören bir özduyarlık ölçeği geliştirmiştir. Şefkat, kişinin kendi yaşadığı zorlukları

anlaması ve başarısızlıkla karşılaştığında kendine karşı peşin hükümlü ve eleştirici olarak yaklaşmasının yerine şefkatli ve sıcak olmasını anlatmaktadır. Ortak insanlık, kişinin kendi tecrübelerini kişisel, soyutlayıcı, utanç verici olmak yerine insanlığın ortak tecrübelerinin bir parçası olarak görmeyi anlatmaktadır. Farkında olarak kabul, acı veren düşünce ya da hislerin aşırı özdeşleşmeye yol açması yerine bilinçli bir şekilde kabulünü anlatmaktadır. Özduyarlık kendine güvenden farklıdır ve iyi durumda olmanın bir çok belirtisinin göstergesidir. (Gilbert ve Procter, 2006, s. 358)

Neff tarafından budist bir bakış açısıyla özduyarlık kavramı ortaya atılmıştır. Kendine karşı şefkat ve kendine karşı yargılayıcı olmayı da içeren, kişinin kendisi tarafından yönlendirilen duyarlılığın altı bileşenini ölçen bir ölçek geliştirmiştir. Kişinin kendine gösterdiği duyarlılığın kendine güvenle alakalı olduğunu ve depresyon ya da endişe ile olumsuz ilişkisi olduğunu ortaya çıkartmıştır. (Gilbert, Baldwin, Irons, Baccus ve Palmer, 2006, s. 186)

Özduyarlık, kişinin kendine karşı şefkatli ve peşin hükümlü olmayan bir tutum sahibi olmasını ve başkalarıyla benzerliklerine dair farkındalık geliştirmesini yansıtmaktadır. Deneysel sonuçlar, özduyarlığın bağışlayıcılıkla ilgili olduğunu ortaya çıkartmıştır. (Breen, Kashdan, Lenser ve Fincham, 2010, s. 933)

Özduyarlık kavramı, doğu felsefelerinde yüzyıllardır bulunmasına karşın Batı için oldukça yenidir. Geçtiğimiz yüzyılda Budizm ve Batı psikolojisi arasında karşılıklı fikir alışverişinde, özellikle de farkındalığın zihinsel sağlığı artırması konusunda bir artış görülmüştür. (Neff, 2009, s. 212)

Özduyarlık, kişinin kendi sağlıklı ve iyi olma arzusunu anlatmaktadır. Özduyarlık sahibi bireyler başarısızlığa uğradıklarında kendilerini suçlamadıklarından hatalarını daha çok kabul edebilirler, üretken olmayan davranışlarını değiştirebilir ve yeni zorluklarla başedebilirler. Sınıf ortamında özduyarlığa dair yapılan bir çalışmada öğrenmeyle ilgili hedeflerle olumlu, performansla ilgili hedeflerle olumsuz ilişkisi olduğu bulundu (Neff, Hsieh ve Dejithirat, 2005). Dolayısıyla, özduyarlık sahibi bireyler öğrenmeye ve gelişmeye daha çok güdülenmiş durumdadırlar. Bununla birlikte, özduyarlık aşırı kendine

güvende kaynaklanan olumsuz etkilerin ortaya çıkmasına yol açmadan, psikolojik olarak fayda sağlamaktadır. (Neff, 2009, s. 213)

Henüz çok yeni kavram olmakla birlikte, literatürde öz duyarlık ile diğer psikolojik yapılar arasında meydana gelen ilişkileri inceleyen çeşitli çalışmalar vardır. Neff (2003), yapmış olduğu bir çalışmada, öz-duyarlılık yapısının istatistiksel bir şekilde sosyal beğenilirlik ile ilişkili olmadığı ve öz-duyarlılık seviyesi yüksek olan kişilerin diğerlerine olduğu kadar kişilerinin kendilerine de nazik bir şekilde davrandığı fakat öz-duyarlılık seviyesi düşük olanların ise diğer kişilere kendilerinden daha nazik bir şekilde davrandığını bulmuştur. Neff (2003) öz duyarlık ölçeğinin uyum geçerlilik çalışmasında öz-duyarlılık yapısının, öz-eleştiri (-.65) ile negatif ve sosyal bağlantı (.41) ile pozitif ilişkisi olduğunu bulmuşlardır. Ek olarak özduyarlılık anksiyete (-.65), öz-eleştiri (-.65) ve nörotik mükemmeliyetçilik (-.57) ve depresyon (-.51) arasında negatif, yaşam doyumu arasında (.45) ise pozitif ilişkiye rastlanılmamış ve neticeye göre bu değişkenlerin öz-duyarlılığı tahmin etmeye yönelik değişken olduğu kanıtlanmıştır. Aynı zamanda çalışmada öz-duyarlılık ile narsizim arasında ise ilişki olmadığı görülmüştür.

Özduyarlık, olgunluğun önemli bir özelliği olabilir. Araştırma sonucuna göre, özduyarlığın küçük ama belirgin bir biçimde yaşla ilgisi vardır (Neff ve Vonk, 2009). Belki de daha önemli bir biçimde, özduyarlık, duygusal zeka ve bilgelik ile güçlü bir şekilde ilişkilidir (Neff, 2009). Maslow, İnsan Olmanın Psikolojisi'nde (1968) olgunluğun, başkalarına olduğu kadar kişinin kendisine karşı da yargılayıcı olmayan, affedici ve kabul edici olduğunu öne sürmektedir. Özduyarlık, var olmanın somut örneğidir ve gelişim psikologlarına kişinin kendisinden kaynaklanan sağlık durumlarıyla ilgili anlayış kazandırabilir. (Neff, 2009, s. 213)

1.6. Öz-duyarlık ve Benlik Saygısı

Benlik saygısı kavramının temelinde psikolojik sağlık göstergesi olarak kullanılması bir takım eleştiriler aldığı görülmektedir (Baumeister ve diğerleri, 1996). Öz değer yargılarından kaynaklanmakta olan benlik saygısı, yargı ve karşılaştırmalardan meydana gelmektedir (Öveç, 2007; akt. Soyer, 2010, s. 23). William James'in öne sürdüğü gibi, benlik saygısı konunun algılanmakta olan bağlı

olarak, belirlenmiş standartlar açısından, kişisel performansın değerlendirilmesini içermektedir. Benlik saygısı ayrıca kişinin kendisini ne kadar değerli göreceğinin belirlenmesi amacıyla başkalarının ona yönelik değerlendirmelerini de içermektedir (Neff, 2003; akt. Soyer, 2010, s. 23).

Öz-duyarlık benliğe yönelik gerçekleşen pozitif bir duygusal tutumu yansıtmaktadır. Çünkü öz-duyarlığa sahip olan kişiler kendilerine yönelik sevecenlik ve özen duyguları geliştiği görülmektedir. Öz-duyarlık yaratıcı kişilerin davranışlarının motive olmasına yardımcı olur ve öz-yargının depresyon ve anksiyete gibi zarar verici etkilerine karşılık beyni korur (Blatt ve diğerleri, 1982; Horney, 1950; akt.). Aynı zamanda öz-duyarlık benliğin ve diğerlerinin performanslarının değerlendirilmesine dayalı kabul edilmemektedir (Neff, 2003; akt.). Özduyarlık, kişiler açısından duyarlık duygularına odaklanarak ve benliğin yargılanması yerine sıkıntıların tüm bireyler tarafından paylaşıldığını kabul ederek, tam ve sağlıklı bir öz değerlendirme süreçlerini gerçekleştirir. Bu sebeple öz-duyarlık, yüksek benlik saygısını sürdürme çabasından kaynaklanan narsizim ve ben merkezilik eğilimlerine karşı bir tavır takınmakta (Finn, 1990; McMillan ve diğerleri, 1994) ve benliği diğerlerine karşıt bir konuma getirmek yerine, onlarla ilişkili olma duygularında artış meydana gelmektedir. Kendi deneyimlerine duyarlıkla yaklaşan kişilerin diğer kişiler için duyarlı olma olasılıkları daha çoktur, bunun nedeni onlar benliklerini kabul etmek için sosyal karşılaştırmaya gerek duymamaktadırlar.

1.7.Sosyal İstenirlik Kavramı

Sosyal istenirlik, kişilerin kendi beyanlarına dayalı ölçekler temel alındığında, arzu edilen davranışların abartılması ve arzu edilmeyenlerin hor görülmesi eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Çocuklar arasında sosyal olarak arzu edilen karşılık, normal gelişmenin bir parçası olarak ele alınmaktadır ve genellikle yaş arttıkça azalır. (Klesges, Baranowski, Beech, Cullen, Murray, Rochon ve Pratt, 2004, s. 78)

Kişilerin kültürel bakımdan uygun davranışlar sergileyerek kabul görme arzusu olarak tanımlanan sosyal istenirlik, bireylerin kendi beyanlarına dayalı anketlerden geçerli bilgiler elde etmeyi amaçlayan araştırmacılar için önem taşımaktadır. Sosyal olarak kabul görme ya da olumsuz yaklaşımları reddetme

arzusuna dayanan, sosyal bakımdan arzu edilen cevap biçimleri, kaygı, başa çıkma ve özsaygı konularında kişinin kendi beyanına dayalı ölçümlerde kullanılmaktadır. (Grossbard, Cumming, Standag, Smith ve Smoll, 2007, ss. 492-493)

Sosyal istenirliğin, fiziksel etkinliğin kişinin kendi beyanına dayanan raporları noktasında hem çocuklarda hem de yetişkinlerde önemli bir role sahip olabilmektedir. (Motl, McAuley ve DiStefano, 2005, s. 739)

Sosyal istenirliğin potansiyel bakımdan etkisi, sosyal psikoloji dallarında uzun senelerden beri bilinmektedir. Olumsuz etkiler hem kuramsal seviyede hem de uygulama seviyesinde ortaya çıkmaktadır. Kuramsal seviyede bugün elde edilmiş olan bir takım veriler yarının kuramlarını yönlendirmektedirler. Ayrıca doğru olarak kabul edilmeyen veya gerçekte olduğundan daha olumlu ve iyi bir konumda bulunan ve ortaya konan öz bildirime dayalı bilgiler, geliştirilmiş olan teorilerin geçerliliğini tehlikeye atmaktadır. Uygulama seviyesindeki olumsuz etkilerden en önemlisi ise geçerli olarak kabul edilmeyen verilere dayalı olarak yapılan uygulamaların, sorunları çözmeye yönelik bilimsel çabaları engelidir (Loving & Agnew, 2001; akt. Akın, 2010, s. 3).

Sosyal istenirlik, ya kişinin yanlış olarak olumlu özellikleri kendine atfetmesi (kendini aldatma) ya da olumsuz özelliklere sahip olduğunu reddetmesi (başkalarını aldatma ya da izlenim idaresi) şeklinde ortaya çıkmaktadır. (Langdon, Clare ve Murphy, 2010, s. 1601)

Sosyal istenirlik eğilimi, kişilik niteliklerini, tutumlarını ve davranışlarını değerlendirmekte olan öz-bildirimli ölçme araçlarına verilen cevaplarda potansiyel bir yanlışlık kaynağı olarak görülür. Sosyal istenirlik bazı hallere özgü bir tepki bazen de bir tepki biçimi olarak meydana gelmektedir. Birincisi bir takım hallere yönelik geçici bir tepki olduğu için, ölçme aracını yanıtlamakta olan bireyin belirsiz olması bu tepkiyi kontrol etmeye yardımcı olmaktadır (Fisher, 1993; akt. Akın, 2010, s. 5).

Sosyal istenirlik, kişilik tarzı olarak kavramsallaştırılabilir. Ancak, birçok psikolog, sosyal istenirlik ölçekleri arasındaki korelasyonları ölçeklerin geçersizliğinin delili olarak ele almaktadır. (Pauls ve Stemmler, 2003, s. 263)

Ellingson, Smith ve Sackett (2001; akt. Akın, 2010,s. 4) sosyal istenirliği; kişinin herhangi bir ölçme aracının maddelerini cevap verirken, kendisi ile ilgili gerçekçi olan bilgileri vermek yerine kendini sosyal ve normatif anlamlarda olumlu biçimlerde sunması olarak ifade edilir. Birçok araştırma, kişilerin özellikle kişilik testlerinde kendileri ile ilgili çarpıtılmış ve doğru olmayan bir takım bilgiler verdiğini kanıtlamıştır. Bu netice, katılımcıların ölçek maddelerini hem kişisel hem de grup olarak yanıtlamaları halinde meydana gelmiştir.

Sosyal istenirlik yanılgısı, çalışmaya katılan kişilerin gerçeği yansıtmayan cevaplar vermesine ya da dürüst cevaplar vermekten kaçınmasına yol açabilir. Sosyal istenirlik yanılgısı üzerine yapılan araştırmalar, insanların tercih edilen grupta olmaya yönelik beyanlarının tercih edilmeyen grupta olmaya yönelik olanlara göre daha çok eğilim gösterdiklerini vurgulamaktadır. (Mitchell, Ho, Patel ve MacDorman, 2011, s. 403)

Sosyal istenirlik, ilişkilerden (kişiler arası ilişkiler) temel almaktadır ve (1) kişinin diğer insanlar üzerinde olumlu etki (olumsuz etkiye karşıt olarak) bırakabilmesi için gerekli olan, kişiden kişiye aktarılabilen bilgi olarak ya da (2) kişilerin temel motivasyonlarıyla uyum içerisinde uyumlu bir biçimde davranması anlamına gelmektedir. Dolayısıyla, kişinin başkaları tarafından sevilmesine ya da sevilmemesine yol açacak yöntemler kullanıyor olması durumunu anlatmaktadır. (Pansu ve Dompnier, 2011, s. 32)

Genel Kişilik Faktörü (GKF) ve Genel Zeka (g) arasında, g'nin GKF'den bağımsız olmadığını gösteren, dikkate değer bir bağlantı olduğu bulunmuştur. Her ne kadar sosyal istenirlikle g arasında bir bağ bulunmasa da, GKF'nin sosyal istenirlikle de bağlantılı olduğu görülmüştür. (Schermer ve Vernen, 2010, s. 187)

GKF, g ile ve sosyal istenirlik ile olumlu bağıntısı vardır, ancak sosyal istenirlik g ile belirgin bir şekilde bağıntılı değildir. Bu da GKF'nin tek başına sosyal

istenirlikten daha fazlası olduğunu göstermektedir. (Schermer ve Vernen, 2010, s. 189)

Sosyal istenirliği iki boyut olarak ele alan diğer bir model, kendini aldatma ve izlenim yönetimidir. Birçok araştırmacının bu ayrımı temel alarak aynı fenomenleri tanımlamak için çeşitli kavramlar kullandıkları görülmektedir. Smith ve Christensen (1995) izlenim yönetimini “kişinin gerçek benliğine uygun olmadığı durumda kendisini daha olumlu olarak sunmak için bilinçli şekilde çabalaması”, kendini aldatmayı ise “kişinin oldukça pozitif bir benlik imajı oluşturmak ve bu imajı koruması için daha az bilinçli ve daha dürüst biçimde çabalaması” olarak tanımlamıştır (Akın, 2010, s. 9).

1.8.Sosyal İstenirlik Ölçeği

Yetişkinler arasında, sosyal istenirlik en çok, ya arzu edilen ancak günlük davranışlarda yaygın olmayan (örn. hatalarını kabul etmek) ya da günlük hayatta yaygın olan (örn. dedikodu yapmak) davranışlardan meydana gelen 33 öğeden oluşan Marlowe-Crowne Sosyal İstenirlik ölçeği kullanılarak ölçülür. Olası puanlar 0 ile 33 arasındadır. Yüksek puanlar, sosyal bakımdan arzu edilen yönde eğilim olduğunun göstergesidir. (Baxter, Smith, Litaker, Baglio, Guinn ve Shaffer, 2004, s. 84)

Endişe ve sosyal istenirlik üzerine yapılan deneysel çalışmalar oldukça azdır ancak bu çalışmalardan elde edilen sonuçlar arasında bir uyum söz konusudur. Genel olarak, Marlowe-Crowne Ölçeği ile tespit edildiği şekliyle kişilerin kendileri tarafından beyan edilen endişe ve sosyal istenirlik arasında olumsuz bir ilişki görünmektedir. (Stöber ve Wolfradt, 2001, s. 606)

1.9.Sosyal İstenirlik İle İlgili Yapılan Çalışmalar

Sosyal istenirlik, kişilik ölçümünün ana uğraşlarından birisidir ve bu konu üzerine yapılmış çok sayıda çalışma mevcuttur (PsycINFO'da açıklama olarak kullanılan 2000'in üzerinde makale vardır). Her ne kadar araştırmacıların çoğu sosyal istenirlik faktörlerinin varlığı konusunda hem fikir olsa da, bunların kişilikle ilgisi

konusunda aynı durum geçerli değildir. (Bäckström, Björklund ve Larsson, 2009, ss. 335-336)

Sosyal istenirlik, kişinin kendisini olumlu gösterme arzusudur. Yardımseverlik, uzun boylu olma gibi olumlu özelliklerin abartılması ve kilo ya da alkol tüketimi gibi olumsuz özelliklerin olandan daha az gösterilmeye çalışılması olarak ele alınmaktadır. Sosyal bakımdan arzu edilen biçimde cevap verme (SDR), kişilik özelliğinin bir sonucudur çünkü zaman geçse de sabittir ve “kabul edilme gereksinimi”nin ölçümüne dayanmaktadır. Crowne ve Marlowe'nin yaptığı klasik çalışmada, SDR'nin ölçümünde yüksek puan alan kişilerin sıkıcı deneysel görevleri “ilginç” olarak işaretlediği, olumlu pekiştireçlere karşı davranışlarını değiştirdiği ve diğer katılımcıların algısal yargılarına dayana (doğru olmayan) cevaplarına katıldıkları ortaya çıkmıştır. (Fleming ve Zizzo, 2011, s. 259)

Sosyal istenirlik, kişilerin kendilerini olumlu gösterme eğilimini belirtmektedir. Bu eğilim, kişilerin kendi beyanlarına dayalı anketleriyle yapılan araştırmalarda sorunlara sebep olabilir, çünkü gerçek ilişkileri gizlenmesine ya da değişkenler arasında gerçekte var olmayan ilişkiler ortaya konmasına sebep olabilir. Paulhus, sosyal istenirliğin iki ayırt edilebilir boyutu olduğunu öne sürmektedir: (a) Kendini aldatma: kişinin kendisini olumlu biçimde görmesi yönündeki bilinçsiz eğilim (kişinin hem kendi olumlu yönlerini öne çıkartması, hem de olumsuz yönlerini reddetmesi biçiminde), ve (b) İzlenim İdaresi: dış gözlemcilere karşı kişinin bilinçli olarak kendini olduğundan daha “olumlu” göstermesi. Sosyal istenirliğin bu her iki özelliği de kişinin kendi beyanına dayalı ölçüklere verilen cevapları büyük ölçüde etkilemektedir ve izlenim idaresi, başkalarının gözlemlerine dayalı puanlama konusunda da yanıltıcı olabilir. (Tan ve Hall, 2005, ss. 1892) Sosyal istenirlik ve özsaygı arasındaki ilişki çok belirgin değildir (.04). (Erdle ve Rushton, 2011, s. 1153)

Sosyal istenirlik etkileşiminin, araştırmacıların spor kaynaklı yaralanmalara dair çalışmalarında psikolojik etkenlerin rolünü hafife almalarına ya da spor tıbbında II. Tip hatalar yapmalarına yol açabileceğini öne sürülmektedir. (Wiechman, Smith, Smoll ve Ptacek, 2010, s. 196)

Bir meta-analiz araştırmada ise hem kişisel hem de grup uygulamalarında kendilerini sosyal bakımdan kabul görecek biçimde yansıtan kişilerin, kendilerini gerçeği bir şekilde sunanlara göre kişilik testlerinden daha yüksek puanlar aldıkları görölmektedir. (Viswesvaran & Ones, 1999; akt. Akın, 2010, s. 4) Aynı zamanda çalışmalardan elde edilen neticeler, iş başvurusunda bulunan bireylerin de kişilik testlerinde kendilerini olduklarından daha olumlu ve sosyal bakımdan daha kabul edilebilir bir şekilde sunmaya çalıştıkları sonucunu ortaya çıkarmıştır. (Barrick & Mount, 1996; akt. Akın, 2010, s. 4)

Sosyal istenirlik, davranış araştırmaları için potansiyel bir sorundur, çünkü insanların az ya da çok sosyal olarak arzu edilmeyen davranışları gizleme ve sosyal olarak arzu edilen biçimde cevap verme eğilimleri vardır. (Gucciardi, Jalleh ve Donovan, 2010, s. 480)

Bir çeşit yanılı olan sosyal istenirlik yanılısı, cevap veren kişinin gerçeği diğerlerinin hoş göreedeği yönde çarpıttığı durumlarda ortaya çıkar. Sosyal istenirlik yanılısı tıbbi ve psikolojik araştırmalarda çok yaygındır. Sınırları cevap veren kişinin açığa vuracağı utanç veren bilginin varlığına ya da soruların ne derece hassas olduğuna bağlıdır. Gerçekte olduğundan az gösterilmeye çalışılan sosyal olarak arzu edilmeyen davranışlara örneğ olarak yasadışı uyurucu kullanımı (idrar ve sa analizleriyle geçerliği kontrol edilebilir), kadınların beslenme esnasında yağ tüketimi (istatistiksel modelle gösterildiği gibi), toplam besin tüketimi (7 günlük diyet sonuçlarıyla 24 saatlik diyet sonuçlarının karşılaştırılması) ve cinsel partnerlerin sayısı verilebilir. (Stuart ve Grimes, 2009, s. 108)

Sosyal istenirliğin bir yanıtlama stili olduğunu öne sürmekte olan bazı araştırmacılara karşın bir kişilik niteliği olduğunu vurgulayan çalışmalarda bulunmaktadır. İkincisi yani bir tepki biçimi veya kişilik niteliği olarak sosyal istenirlik, kişinin zaman veya duruma bağlı olmadan tutarlı bir biçimde sosyal istenirlikle meşgul olmalarıdır. Araştırmacılar sualleri cevaplayan kişilerin belirsiz olduğu durumlarda, bir tepki şekli olarak sosyal istenirliğin azalmasının ilişkisini incelemiş ve bazı araştırmalarda (Paulhus, 1984; akt. Akın, 2010, s.5) azalmanın anlamlı bazılarında (Edwards, 1957; akt. Akın, 2010, s.5) ise anlamsız olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca yakınlarındaki bireyler yabancı dahi olsa, kişilerin sözel ve sözel

olmayan hareketleriyle olumlu bir sosyal imaj sunma eğiliminde oldukları ortaya çıkmaktadır. Buna göre kişinin herhangi bir ad ya da tanınmasına yardımcı olmasını sağlayacak ipucu vermediği çalışmalarda da sosyal istenirliğin önemli bir payı bulunmaktadır (Akın, 2010, s.5).

Sosyal istenirlik, cevap veren kişilerin kendilerine dair lehte tavır sergileyerek cevaplarını çarpıtmasıdır (örn. kişinin kendi beyanına dayalı raporların doldurulması esnasında kendisini iyi gösterecek cevaplar vermesi). Sosyal istenirlik, genellikle arzu edilen özellikler ya da davranışların abartılması ve arzu edilmeyenlerin olduğundan daha az gösterilmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Bu yanlı yaklaşımı tespit etmeye yönelik yöntemlerden biri de sosyal istenirliği ölçen araçların içerik ölçen araçlarla birlikte yönetilmesi ve ardından olası sosyal istenirlik etkisinin korelasyon analizi yoluyla değerlendirilmesidir. (Motl, McAuley ve DiStefano, 2005, s. 735)

Araştırmacılar, sosyal istenirliğin kişilik ölçme faktörü yapısı, seçim ölçüm yapısı geçerliliği ve performans tahmini üzerinde az etkisi olduğunu göstermiştir. (Peterson, Casillas ve Robbins, 2006, s. 666)

Sosyal istenirlik, uzun zamandır kişinin kendi beyanına dayalı ölçümlerde potansiyel hata değişkeni olarak ele alınmaktadır. Sosyal istenirlik (izlenim idaresi ya da kendini kandırma biçiminde), kişinin kendi beyanına dayalı ölçeklerle ölçülemeyen psikolojik değişkenler ve sporla alakalı getirileri ya da kriter ölçütleri arasındaki ilişkileri gizleyebileceğini öne sürmektedir. (Wiechman, Smith, Smoll ve Ptacek, 2010, s. 194)

Sosyal istenirlik, cevap veren kişinin sosyal olarak uygun davranma biçimi olduğunu düşündüğü yönde cevap verme eğilimidir. Bu kişilik özelliği, tanılama değerlendirmesinde ve psikometrik araştırmalarda yanılığın kaynağı olabilir. 1960'larda Marlowe ve Crowne, sosyal istenirliği herhangi bir psikopatolojiden bağımsız olarak tespit edebilen bir ölçek olarak ortaya çıkarttı. Sosyal İstenirlik Ölçeği, kısa sürede büyük başarı elde etti ve birçok çalışmada tümünden ya da kısmen kullanıldı.

Bazı araştırmacılar sosyal istenirliği insanların kendi hatalarını gizlemek için ya da olumlu yönlerini abartmak için kasten kullandıklarını gözlemlediler. Bu durum kabul görme ihtiyacı ya da Paulhus'un dile getirdiği biçimde kabul görmemekten kaçınma olarak adlandırılmıştır. (Miotto ve Preti, 2008, s. 520)

Bireyin verdiği cevapların hangi düzeyde sosyal olarak arzu edilen yönde olduğunun değerlendirilmesi, 60 yılı aşkın bir süredir kişilik ve klinik psikoloji araştırmacıları için önem taşımaktadır. Meehl ve Hathaway (1946), defansif olma ya da kendini olumlu gösterme eğilimli bireyleri ayırt etmeye yönelik, yalan söyleme ve aldatma üzerine, Minnesota Çok Evreli Kişilik Envanteri'ni (MMPI) geliştirmiştir. Benzer şekilde, Crowne ve Marlowe (1960) bazıları MMPI'den alıntı olmak üzere sosyal olarak arzu edilen yönde cevap verme güdüsünü yansıtan bir ölçek geliştirmişlerdir. Marlowe-Crowne Sosyal İstenirlik Ölçeğinde yüksek puan elde eden kişiler, sosyal etkilere duyarlı olduklarını – başkaları tarafından kabul görmek istediklerini – ve bu durumu geçek olamayacak kadar iyi kişisel tanımlar yapma eğilimiyle sergilemektedir. Bu bakış açısıyla, kendini olduğundan iyi gösterme eğilimi bireysel farklılık değişkeni olarak kabul edilmektedir. Marlowe-Crowne Sosyal İstenirlik Ölçeğinden yüksek puan alan insanların cevaplarını memnun etmek istedikleri kişilerin arzu ya da beklentilerine uyumlu hale getirme eğilimi vardır. (Davis, Thake ve Vilhena, 2010, s. 303)

Çeşitli meta analizlerin sonuçları göstermiştir ki, sosyal istenirlik, kişilik ve iş esnasındaki davranışlar arasındaki ilişkiyi etkilememektedir. Diğer taraftan, sosyal istenirlik, kişilik ve iş performansı arasındaki ilişki için baskılayıcı ya da yönlendirici özelliğe sahip değildir. (Sandal, Musson, Helmreich ve Gravdal, 2005, s. 640)

Tallis ve arkadaşları, sosyopolitik endişelerin diğer endişelerle ilgisinin olmamasını açıklama noktasında sosyal istenirliğin önemli bir rol oynayabileceğini öne sürmektedir. Sosyopolitik endişeler güçlü bir zorlamaya bağlıdır. Dolayısıyla, tüm endişeler sosyal istenirlikten az ya da çok etkilenmektedir.

Analizlerin sonuçları, sosyal istenirliğin hem erkek hem de kadınlarda ego yönelimiyle olumsuz, görev yönelimiyle olumlu ilişkisi olduğunu ortaya çıkartmıştır. Sosyal istenirlik, tüm SAS-2 performans kaygı indeksleriyle kadınlar için olumsuz

ilişki içerisinde, ancak erkeklerde herhangi bir ilişki durumu söz konusu değildir. (Grossbard, Cumming, Standag, Smith ve Smoll, 2007, ss. 497-498)

Diğer bir çalışmanın öncelikli amacı, hedef yönelimi, performans kaygısı ve sosyal istenirlikteki cinsiyet farklılıklarını incelemektir. (Grossbard, Cumming, Standag, Smith ve Smoll, 2007, s. 500)

Stober'in ifadesiyle "sosyal istenirlik", kişinin kendine dair, başkaları üzerine olumlu etki bırakacak biçimde yanlı ve çarpıtılmış şahsi tanımlar yapma konusunda hazır bulunmasıdır. (Blake, Valdiserri, Neuendorf ve Neuendorf, 2006, s. 1626)

2. YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, “karşılaştırmalı ilişkisel tarama modeli”ne uygun olarak düzenlenmiştir. İki veya daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma desenlerinin tümü “ilişkisel tarama modelleri” olarak tanımlanır. Bu modellerden biri olan “karşılıklı ilişkisel tarama”, gerçek bir neden-sonuç ilişkisi vermeyen, ancak o yönde bazı ipuçları vererek, bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde diğerinin kestirilebilmesinde yararlı sonuçlar sağlayan bir araştırma düzenidir. Modelde, en olası çözümden başlayarak ilişkilerin sınanması yani karşılaştırma yolu ile belli bir sonucun oluşma nedenleri “tek”e indirgenmeye çalışılır (Karasar, 2005, s. 81-85).

2.2. Araştırma Evreni ve Örneklem

Çalışmanın evrenini çalışanlar ve emekliler oluşturmaktadır. Çalışanları kapsayan örneklem İstanbul’da bulunan özel bir şirkette çalışanlar olurken, emeklileri kapsayan örneklemin bir kısmı İstanbul Huzur Hastanesi ve Dinlenme Vakfı sakinleri olurken geri kalan emekliler ise toplumun her kesiminden rastgele seçilen emekliler olmuştur. Çalışmaya katılan toplam 300 kişinin 150’sini çalışanlar ve 150’sini ise emekliler teşkil etmektedir.

2.3. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmamız, anketimize katılımı sağlanan çalışan ve emeklilerden oluşan 300 kişilik örneklem grubunun verdiği cevaplar ile sınırlandırılmıştır. Örneklemden sınırlılık araştırma evreninin tamamının incelenmesinin mümkün olmamasından kaynaklanmaktadır. Katılımcıların doğru, samimi yanıtlar verdiği varsayımı araştırmamızın bir diğer sınırlılığıdır. Ayrıca seçilen örneklem grubunun ana kütleyi/evreni yeterince temsil ettiği ve örneklem üzerinden ana kütleye genelleme yapılabileceği varsayılmıştır.

2.4. Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları

2.4.1. Bilgi Toplama Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi toplama formu katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda yaş, cinsiyet, medeni durum ve çalışma süresini belirlemeye yönelik 4 soru bulunmaktadır (Ek I).

2.4.2. Öz-duyarlık Ölçeği

Deneklerin ön-test, son-test ve izleme ölçümlerindeki öz-duyarlık düzeylerini belirlemek amacıyla Neff (2003b) tarafından geliştirilen ve Ahmet Akın, Ümran Akın ve Ramazan Abacı (2007) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan, Öz-duyarlık Ölçeği (Ek 4) kullanılmıştır. Ölçeğin orijinal ve Türkçe formuna ilişkin bilgiler aşağıda sunulmuştur.

Ölçeğin Orijinal Formu

Öz-duyarlık Neff (2003b) tarafından geliştirilen ve yeni bir ölçek olan Öz-duyarlık Ölçeği ile ölçülmektedir. Bu ölçek öz-duyarlığın alt boyutlarıyla ilişkili özellikleri değerlendiren ve bireyin kendisi hakkında bilgi vermesine dayanan (self-report) bir ölçme aracıdır. Öz-duyarlık Ölçeği (1) hiçbir zaman (2) nadiren (3) sık sık (4) genellikle ve (5) her zaman şeklinde 5'li Likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. 26 maddelik bir ölçme aracı olan, Öz-duyarlık Ölçeği için yapılan DFA'da, öz-duyarlık yapısını oluşturan 6 alt boyutun varlığı doğrulanmıştır: *Öz-sevecenliğe* karşı *öz-yargılama*, *paylaşımların bilincinde olmaya* karşı *yabancılaşma* ve *bilinçliliğe* karşı *aşırı-özdeşleşme*. Bu alt ölçeklere ait maddelerin faktör yükleri, öz-sevecenlik için .71-.77, öz-yargılama için .65-.80, paylaşımların bilincinde olma için .57-.79, yabancılaşma için .63-.75, bilinçlilik için .62-.80 ve aşırı-özdeşleşme için .65-.78 arasında değişmektedir. İç tutarlılık güvenirlilik katsayıları alt ölçekler için sırasıyla .78, .77, .80, .79, .75 ve .81 olarak bulunmuştur. Test-tekrar test güvenirlilik

katsayılarının ise sırasıyla .88, .88, .80, .85, .85 ve .88 olduğu görülmüştür (Neff, 2003b). Uyum geçerliği çalışmasında ise, Öz-duyarlık Ölçeği ile benlik saygısı arasında .59 (Neff, 2003a) ve .55 (Neff, 2003b), sosyal ilişki arasında .41 ve yaşam doyumu arasında .45 düzeyinde pozitif ilişkiler bulunmuştur. Aynı zamanda Öz-duyarlık Ölçeği ile depresyon, anksiyete, öz-eleştiri ve nörotik mükemmeliyetçilik arasında negatif ilişkiler olduğu görülmüştür (sırasıyla, -.51, -.65, -.65, -.57). Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarından elde edilen sonuçlar; Öz-duyarlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliğinin sağlandığını ve psikolojik sağlığı önemli ölçüde tahmin edildiğini göstermektedir (Neff, 2003b).

Ölçeğin Türkçeye Çevrilmesi

Öz-duyarlık Ölçeği'nin Türkçeye çevrilme süreci belli aşamalardan oluşmaktadır. Öncelikle ölçek İngiliz Dili ve Edebiyatı bölümünde görev yapan 5 öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar tekrar İngilizceye çevrilerek iki form arasındaki tutarlılık incelenmiştir. Yine aynı öğretim üyeleri elde ettikleri Türkçe formlar üzerinde tartışarak anlam ve gramer açısından gerekli düzeltmeleri yapmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Bir sonraki aşamada denemelik Türkçe form 16 yüksek lisans öğrencisine uygulanmış ve net olmayan ifadeleri belirlemeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda öğrencilerin yarıdan fazlasının anlaşılır olmadığını düşündüğü iki madde farklı biçimde ifadelendirilmiştir.

Son aşamada Türkçe form, psikolojik danışma ve rehberlik ve ölçme ve değerlendirme alanındaki 5 öğretim üyesine inceletilerek, görüşleri doğrultusunda bazı değişiklikler yapılmıştır. Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarına başlamadan önce Öz-duyarlık Ölçeği'nin Türkçe formu ile orijinal form arasındaki tutarlılığı belirlemek için dilsel eşdeğerlik çalışması yapılmıştır. Bu çalışmada her iki form iyi düzeyde İngilizce bilen 135 İngilizce öğretmenine uygulanmış ve Türkçe ve İngilizce formların eşdeğer olduğu görüldükten sonra geçerlik ve güvenilirlik analizlerine başlanmıştır.

Madde Analizi

Öz-duyarlık Ölçeği'nin madde-toplam korelasyonlarının .48 ile .71, %27'lik alt ve üst grupların madde puanlarındaki farklara ilişkin t (sd=320) değerlerinin ise 16.11 ($p<.001$) ile 29.57 ($p<.001$) arasında sıralandığı görülmüştür.

Yapı Geçerliği

Öz-duyarlık Ölçeği'nin yapı geçerliği için AFA ve DFA yapılmıştır. Öz-duyarlık Ölçeği'nin yapı geçerliğini incelemek için yapılan AFA'da KMO örneklem uygunluk katsayısı .66, Barlett Sphericity testi χ^2 değeri ise 15464.500 ($p<.001$) bulunmuştur. Yapılan analiz sonucunda toplam varyansın %68'ini açıklayan, 26 madde ve 6 alt ölçekten oluşan bir ölçme aracı elde edilmiştir. Ayrıca alt boyutlarda yer alan maddelerin orijinal formdaki maddelerle birebir örtüştüğü ve maddelerin tek bir faktörde yüklü oldukları görülmüştür.

AFA sonucunda elde edilen alt ölçeklerden birincisi, öz-sevecenliktir. 5 maddeden oluşan bu alt ölçek, toplam varyansın %25.62'sini açıklamakta ve faktör yükleri .52 ile .84 arasında değişmektedir. Öz-sevecenlik alt ölçeğine örnek olarak; *Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım* maddesi gösterilebilir. İkinci alt ölçek olan öz-yargılama, 5 maddeden oluşmaktadır. Faktör yükleri .43 ile .82 arasında sıralanan bu alt ölçek, toplam varyansın %13.22'sini açıklamaktadır. *Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım* maddesi bu alt ölçeğe örnek olarak gösterilebilir.

Üçüncü alt ölçek, paylaşımların bilincinde olmadır. Faktör yükleri .58 ile .78 arasında sıralanan ve toplam varyansın %11.80'ini açıklayan bu alt ölçek, 4 maddeden oluşmaktadır. Paylaşımların bilincinde olmaya örnek olarak; *Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım* gösterilebilir. Dördüncü alt ölçek olan izolasyon 4 maddeden oluşmaktadır. İzolasyon alt ölçeğine ilişkin maddelerin faktör yükleri .62 ile .77 arasında değişmekte ve bu alt ölçek toplam varyansın %6.68'ini açıklamaktadır.

Maddelere örnek olarak; *Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm* gösterilebilir.

Beşinci alt ölçek, bilinçlilikdir. Toplam varyansın %5.51'ini açıklayan ve 5 maddeden oluşan alt ölçeğin faktör yükleri .57 ile .82 arasında değişmektedir. Bu alt ölçekte bulunan maddelere örnek olarak; *Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım* verilebilir. Altıncı ve son alt ölçek olan aşırı özdeşleşme, 4 maddeden oluşmaktadır. Faktör yükleri .57 ile .82 arasında sıralanan aşırı özdeşleşme alt ölçeği, toplam varyansın %5.06'sını açıklamaktadır. Bu alt ölçekte yer alan maddelere örnek olarak; *Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum* gösterilebilir.

DFA. Öz-duyarlık Ölçeği'nin yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Yapılan DFA'da elde edilen modelin uyum indeksleri incelenmiş ve Ki-kare değerinin ($\chi^2=779.01$, $N=633$, $sd=264$, $p=0.00$) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise RMSEA=.056, NFI=.95, CFI=.97, IFI=.97, RFI=.94, GFI=.91 ve SRMR=.059 olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin iyi uyum verdiğini göstermektedir.

Güvenirlilik

Öz-duyarlık Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayıları; öz-sevecenlik alt ölçeği için .77, öz-yargılama için .72, paylaşımların bilincinde olma için .72, izolasyon için .80, bilinçlilik için .74 ve aşırı özdeşleşme için .74 olarak bulunmuştur. Test-tekrar güvenirlik çalışması için Öz-duyarlık Ölçeği'nin Türkçe formu, Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören 209 üniversite öğrencisine 3 hafta arayla iki kez uygulanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirlik katsayıları öz-sevecenlik alt ölçeği için .69, öz-yargılama için .59, paylaşımların bilincinde olma için .66, izolasyon için .60, bilinçlilik için .69 ve aşırı özdeşleşme için .56 olarak bulunmuştur.

Ölçek Puanlarının Değerlendirilmesi

Ölçeğin Türkçe formunda, orijinal formda olduğu gibi 26 madde bulunmaktadır. Bireyin her bir alt ölçekten elde ettiği puanların yüksek olması, bireyin ilgili alt ölçeğin değerlendirdiği özelliklere sahip olduğunu göstermektedir.

Ayrıca ölçek toplam bir öz-duyarlık puanı da vermektedir. Bu işlem üç aşamada gerçekleştirilir:

- a. Negatif alt ölçekler olan; öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme puanları ters kodlanır ve her bir alt ölçeğin ortalamasından 6 çıkarılır. 6 – Öz-yargılama $\bar{X} = \text{---}$, 6 – İzolasyon $\bar{X} = \text{---}$, 6 – Aşırı özdeşleşme $\bar{X} = \text{---}$
- b. Altı alt ölçeğin ortalamaları toplanır: Öz-sevecenlik+Öz-yargılama+Paylaşımların bilincinde olma+ İzolasyon+Bilinçlilik+Aşırı özdeşleşme
- c. Toplam öz-duyarlık ortalaması elde edilir (Toplam ortalama 6'ya bölünerek)

Toplam puanın yorumlanması: 1-2.5 arası puanlar düşük, 2.5-3.5 arası puanlar orta ve 3.5-5 arası puanlar yüksek düzeyde öz-duyarlığı göstermektedir.

2.4.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği (SİÖ)

Deneklerin ön-test, son-test ve izleme ölçümlerindeki öz-aldatma düzeylerini belirlemek amacıyla Sosyal İstenirlik Ölçeği'nin (SİÖ; Akın, ...) Öz-aldatma Alt Ölçeği kullanılmıştır (Ek II). SİÖ izlenim yönetimi ve öz-aldatma şeklinde iki alt ölçekten oluşan 29 maddelik bir ölçme aracıdır. Ölçek "1" Hiç uygun değil, "2" Uygun değil, "3" Biraz uygun, "4" Uygun ve "5" Tamamen uygun şeklinde 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarına ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

Madde Analizi

SİÖ'nün madde analizi için madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Yapılan analiz sonucunda ölçeğin düzeltilmiş madde-toplam korelasyonlarının .34 ile .93 arasında değiştiği görülmüştür.

Yapı Geçerliği

SIÖ'nün geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği kapsamında açımlayıcı faktör analizi (AFA) ve doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır. AFA çok sayıda değişkenden (maddeden) bu değişkenlerin birlikte açıklayabildikleri az sayıda tanımlanabilen anlamlı yapılara ulaşmayı hedefler (Büyüköztürk, 2004). DFA ise kuramsal bir temele dayanarak çeşitli değişkenlerden oluşturulan faktörlerin gerçek verilerle ne derece uyum gösterdiğini değerlendirme amacıyla kullanılır. Yani DFA'da önceden belirlenmiş ya da kurgulanmış bir yapının toplanan verilerle ne derece doğrulandığı incelenmektedir. DFA'da sınanan modelin yeterliğinin belirlenmesi için bazı uyum indeksleri kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Akgün, Kahveci, & Demirel, 2004). SIÖ için yapılan DFA için çoklu uyum indeksleri kullanılmış ve Ki-kare uyum testi (Chi-Square Goodness), Uyum İyiliği İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI), Normleştirilmiş Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals, RMR) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA) uyum indeksleri incelenmiştir. Uyum indekslerinde genelde olduğu gibi GFI, AGFI, CFI, NFI için $>.90$, RMSEA ve RMR için $<.05$ ölçüt olarak alınmıştır (Hu & Bentler, 1999). *Açımlayıcı faktör analizi.* SIÖ'nün faktör yapısını incelemek amacıyla yapılan AFA'da KMO örneklem uygunluk katsayısı $.84$, Barlett Sphericity testi χ^2 değeri ise 44397.683 ($p<.001$) bulunmuş ve ölçek maddelerine verilen cevapların faktörlenebileceği görülmüştür. Bu çalışmada iki boyutlu bir sosyal istenirlik ölçeği geliştirilmesi amaçlandığı için AFA'da temel bileşenler tekniği ile oblik döndürme faktör çözümlemesi sonuçları 2 faktörle sınırlandırılmıştır. Bir ölçeğin faktörleri arasında ilişkisizlik varsa varimax döndürme tekniği, faktörler arasında sürekli bir ilişki dizisi varsa oblik döndürme kullanılır (Tabachnick & Fidell, 1996). Ölçeğin alt boyutları arasında ilişki olduğu için bu çalışmada oblik döndürme tekniği kullanılmıştır. Bu işlem sonucunda toplam varyansın % 64.5 'ini açıklayan 2 faktörlü bir yapı elde etmiştir.

Bu iki alt boyutun isimlendirilmesinde faktörlerde toplanan maddelerin içeriği ve sosyal istenirlik alanındaki araştırmalar dikkate alınmıştır. Birinci faktörde toplanan maddelerin daha çok izlenim yönetimiyle ilgili maddeler olduğu görölmüş ve bu boyut *izlenim yönetimi* olarak adlandırılmıştır. Bu faktör altında yer alan maddeler, bireyin sosyal anlamda güvenilir ve olumlu bir kişilik görüntüsü sergilemesi, kendini diğerlerine bilinçli biçimde olduğundan farklı tanıtmayı ve yapmacık bir iyi görünmeyi içermektedir. Toplam varyansın %33.5'ini açıklayan ve 16 maddeden oluşan bu boyuta ait maddelerin faktör yükleri .34 ile .94 arasında değişmektedir. Bu faktör altında yer alan maddelere örnek olarak “yakalanma veya suçlu duruma düşme ihtimalim olmasa bile her zaman yasalara uyarım” gösterilebilir.

İkinci faktör altında yer alan maddeler; bireyin uyumsuz ve kötü yönlerini dikkatsiz ve kasıtsız olarak gizlemesini, öz-saygı ve imajını korumak için içsel önyargılarını içeren hatalı bir öz-tanım yapmasını, kendine yönelik pozitif ayrımcılığını ve kendi tarafını tutmasını yansıtmaktadır. Bu nedenle bu boyut *öz-aldatma* olarak isimlendirilmiştir. 13 maddeden oluşan bu faktöre ait maddelerin faktör yükleri .40 ile .97 arasında değişmekte ve toplam varyansın %31'ini açıklamaktadır. Bu boyutta yer alan maddelere örnek olarak “verdiğim kararlardan dolayı asla pişmanlık duymam” gösterilebilir. Ayrıca açımlayıcı faktör analizi sonucunda iki faktör arasında -0.17 ilişki bulunmuştur.

Doğrulamalı faktör analizi

SİÖ'nün yapı geçerliği için yapılan doğrulamalı faktör analizi'nde ise Ki-kare değerinin ($\chi^2=2905.86$, $N=851$, $sd=348$, $p=0.00$) anlamlı olduğu görölmüş ve uyum indeksi değerleri ise $RMSEA=.071$, $NFI=.96$, $CFI=.97$, $GFI=.97$, $AGFI=.95$ ve $SRMR=.011$ olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri iki boyutlu sosyal istenirlik modelinin yeterli uyum verdiğini kanıtlamaktadır.

Güvenirlik

SİÖ'nün güvenilirliği için, iç tutarlık ve test-tekrar güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları izlenim yönetimi için .96, öz-aldatma

için .95 olarak bulunmuştur. SİÖ'nün test-tekrar test güvenilirliğini belirlemek için ölçek, 21 gün arayla 167 üniversite öğrencisine iki kez uygulanmış ve test-tekrar test güvenilirlik katsayıları, izlenim yönetimi alt ölçeği için .83, öz-aldatma alt ölçeği için .79 olarak bulunmuştur.

Ölçek Puanlarının Değerlendirilmesi

Toplam 29 maddeden oluşan bu ölçekteki 2 alt boyuta göre madde dağılımı izlenim yönetimi 16 ve öz-aldatma 13 şeklindedir. Yükselen puanlar bireyin sosyal istenirlik düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Alt ölçeklerin puanlanması da bu şekilde gerçekleştirilmektedir. Ters madde içermeyen SİÖ'nün uygulanması yaklaşık 15 dakika almaktadır.

2.5. Veri Analiz Teknikleri

Kullanılan ölçme araçlarıyla elde edilen veriler, amaçlarda verilen durumlara uygun istatistiksel tekniklerle analiz edilmiştir. Öncelikle araştırmadaki katılımcılara uygulanan ölçeklerden elde edilen veriler kodlanarak bilgisayara yüklenmiştir. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde SPSS 11.5 programı kullanılmıştır. Öz-duyarlık ile sosyal istenirlik arasındaki ilişkileri incelemek için korelasyon yapılmıştır. Öz-duyarlık ve sosyal istenirlik açısından cinsiyete ve medeni duruma göre farklılıklar *t* testi, yaşa ve çalışma süresine göre farklılıklar ise F testi (ANOVA) ile incelenmiştir.

3. BULGULAR

3.1. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık İle Sosyal İstenirlik Düzeyleri Arasındaki İlişkilere Yönelik Korelasyonlar

Öz-duyarlık alt boyutları ile Sosyal istenirlik alt boyutları arasında anlamlı ilişki olup olmadığını belirlemek için korelasyon kullanılmıştır. Bu analizden elde edilen bulgular tablo 3.1.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 1. Öz-Duyarlık Alt Boyutları İle Sosyal İstenirlik Alt Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Öz-sevecenlik	1.00							
2. Öz-yargılama	.04	1.00						
3. Paylaşım. Farkında Olma	.65**	-.15*	1.00					
4. İzolasyon	-.05	.47**	-.08	1.00				
5. Bilinçlilik	.71**	.03	.68**	.01	1.00			
6. Aşırı özdeşleşme	.14*	.52**	.02	.61**	.25**	1.00		
7. Öz-aldatma	.23**	-.15**	.14*	-.21**	.24**	-.11	1.00	
8. İzlenim yönetimi	.15**	-.17**	.09	-.21**	.12*	-.18**	.70**	1.00
Ortalama	17.97	17.83	14.67	14.01	15.51	14.90	42.82	47.64
Standart sapma	4.17	3.98	3.76	3.44	3.42	3.51	7.05	13.36

* p< .05

** , p< .01.

Tablo incelendiğinde öz-duyarlılığın öz-sevecenlik boyutu ile öz-aldatma ($r=.23$; $p<.01$) ve izlenim yönetimi arasında ($r=.15$; $p<.01$) pozitif ilişkiler olduğu görülmektedir. Öz-duyarlılığın öz-yargılama boyutu, öz-aldatma ($r=-.15$; $p<.01$) ve izlenim yönetimi ($r=-.17$; $p<.01$) ile negatif ilişkili bulunmuştur. Paylaşımların bilincinde olma öz-aldatma ile pozitif ilişkili ($r=.14$; $p<.05$) bulunurken izlenim yönetimi ile anlamlı düzeyde ilişkili bulunamamıştır. İzolasyon alt boyutu ile öz-aldatma ($r=-.21$; $p<.01$) ve izlenim yönetimi arasında ($r=-.21$; $p<.01$) negatif ilişkiler olduğu görülmektedir. Öz-duyarlılığın bilinçlilik alt boyutu ile öz-aldatma ($r=.24$; $p<.01$) ve izlenim yönetimi arasında ($r=.12$; $p<.05$) pozitif ilişkiler olduğu görülmektedir. Son olarak aşırı özdeşleşme ile izlenim yönetimi arasında ($r=-.18$; $p<.01$) negatif ilişki olduğu görülmektedir. Genel olarak öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin sosyal istenirlik ile pozitif, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının sosyal istenirlik ile negatif ilişkili olduğu söylenebilir.

3.2. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Cinsiyet Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Öz-duyarlık düzeyleri açısından çalışan ve emeklilerin cinsiyet farklılıklarının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan t testi tekniği kullanılmıştır. Bu çalışmada çalışan ve emeklilerin cinsiyet farklılıkları açısından, öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutları incelenmiştir.

Tablo 3. 2. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık Açısından Cinsiyet Farklarına İlişkin *T* Testi Bulguları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p																																																								
Öz-sevecenlik	Erkek	229	17,81	4,17	-,984	298	.326																																																								
	Kadın	71	18,37	4,11				Öz-yargılama	Erkek	229	17,95	3,93	1,062	298	.289	Kadın	71	17,37	4,13	Paylaşım. bilinc. olma	Erkek	229	14,52	3,73	-1,116	298	.265	Kadın	71	15,09	3,85	İzolasyon	Erkek	229	13,97	3,42	-,328	298	.743	Kadın	71	14,13	3,57	Bilinçlilik	Erkek	229	15,52	3,45	,129	298	.897	Kadın	71	15,46	3,35	Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555
Öz-yargılama	Erkek	229	17,95	3,93	1,062	298	.289																																																								
	Kadın	71	17,37	4,13				Paylaşım. bilinc. olma	Erkek	229	14,52	3,73	-1,116	298	.265	Kadın	71	15,09	3,85	İzolasyon	Erkek	229	13,97	3,42	-,328	298	.743	Kadın	71	14,13	3,57	Bilinçlilik	Erkek	229	15,52	3,45	,129	298	.897	Kadın	71	15,46	3,35	Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555	Kadın	71	14,67	4,20								
Paylaşım. bilinc. olma	Erkek	229	14,52	3,73	-1,116	298	.265																																																								
	Kadın	71	15,09	3,85				İzolasyon	Erkek	229	13,97	3,42	-,328	298	.743	Kadın	71	14,13	3,57	Bilinçlilik	Erkek	229	15,52	3,45	,129	298	.897	Kadın	71	15,46	3,35	Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555	Kadın	71	14,67	4,20																				
İzolasyon	Erkek	229	13,97	3,42	-,328	298	.743																																																								
	Kadın	71	14,13	3,57				Bilinçlilik	Erkek	229	15,52	3,45	,129	298	.897	Kadın	71	15,46	3,35	Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555	Kadın	71	14,67	4,20																																
Bilinçlilik	Erkek	229	15,52	3,45	,129	298	.897																																																								
	Kadın	71	15,46	3,35				Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555	Kadın	71	14,67	4,20																																												
Aşırı özdeşleşme	Erkek	229	14,96	3,28	,591	298	.555																																																								
	Kadın	71	14,67	4,20																																																											

Tablo 3.2.'de cinsiyet değişkenine göre çalışan ve emeklilerin öz-duyarlığın alt boyutları olan öz-sevecenlik, öz-yeterlilik, paylaşımların bilincinde olma , izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarına ait ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo 3.2. incelendiğinde, çalışan ve emeklilerin cinsiyete göre öz-duyarlığın tüm alt boyutları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri görülmektedir.

3.3. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Cinsiyet Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Sosyal istenirlik düzeyleri açısından çalışan ve emeklilerin cinsiyet farklılıklarının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan *t* testi tekniği kullanılmıştır. Bu çalışmada çalışan ve emeklilerin cinsiyet farklılıkları açısından, öz-aldatma ve izlenim yönetimi alt boyutları incelenmiştir.

Tablo 3. 3. Çalışan Ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik Açısından Cinsiyet Farklarına İlişkin *T* Testi Bulguları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p
Öz-aldatma	Erkek	229	43,14	6,79	1,096	298	.274
	Kadın	71	42,09	7,52			
	Erkek	229	48,48	13,38	-----		
İzlenim yönetimi	Kadın	71	45,24	12,83	1,793	298	.074

Tablo 3.3.'de cinsiyet değişkenine göre çalışan ve emeklilerin sosyal istenirliğin alt boyutları olan öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanlarına ait ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo incelendiğinde, çalışan ve emeklilerin cinsiyete göre öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri görülmektedir.

3.4. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Medeni Duruma Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Öz-duyarlık düzeyleri açısından çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre farklılıklarının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan *t* testi tekniği kullanılmıştır. Bu çalışmada çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre farklılıkları açısından, öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma , izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutları incelenmiştir.

Tablo 3. 4. Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Duyarlık Açısından Medeni Durum Farklarına İlişkin T Testi Bulguları

Değişken	Medeni durum	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	p																																																								
Öz-sevecenlik	Evli	234	17,82	4,16	-0,932	298	.352																																																								
	Bekar	65	18,37	4,16				Öz-yargılama	Evli	234	17,99	3,84	1,480	298	.140	Bekar	65	17,17	4,40	Paylaşım. bilinc. olma	Evli	234	14,53	3,60	-1,030	298	.304	Bekar	65	15,08	4,27	İzolasyon	Evli	234	14,03	3,36	,230	298	.819	Bekar	65	13,92	3,77	Bilinçlilik	Evli	234	15,46	3,43	-0,461	298	.645	Bekar	65	15,68	3,43	Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477
Öz-yargılama	Evli	234	17,99	3,84	1,480	298	.140																																																								
	Bekar	65	17,17	4,40				Paylaşım. bilinc. olma	Evli	234	14,53	3,60	-1,030	298	.304	Bekar	65	15,08	4,27	İzolasyon	Evli	234	14,03	3,36	,230	298	.819	Bekar	65	13,92	3,77	Bilinçlilik	Evli	234	15,46	3,43	-0,461	298	.645	Bekar	65	15,68	3,43	Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477	Bekar	65	14,61	4,01								
Paylaşım. bilinc. olma	Evli	234	14,53	3,60	-1,030	298	.304																																																								
	Bekar	65	15,08	4,27				İzolasyon	Evli	234	14,03	3,36	,230	298	.819	Bekar	65	13,92	3,77	Bilinçlilik	Evli	234	15,46	3,43	-0,461	298	.645	Bekar	65	15,68	3,43	Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477	Bekar	65	14,61	4,01																				
İzolasyon	Evli	234	14,03	3,36	,230	298	.819																																																								
	Bekar	65	13,92	3,77				Bilinçlilik	Evli	234	15,46	3,43	-0,461	298	.645	Bekar	65	15,68	3,43	Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477	Bekar	65	14,61	4,01																																
Bilinçlilik	Evli	234	15,46	3,43	-0,461	298	.645																																																								
	Bekar	65	15,68	3,43				Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477	Bekar	65	14,61	4,01																																												
Aşırı özdeşleşme	Evli	234	14,97	3,36	,713	298	.477																																																								
	Bekar	65	14,61	4,01																																																											

Tablo 3.4.'de medeni durum değişkenine göre çalışan ve emeklilerin öz-duyarlığın alt boyutları olan öz-sevecenlik, öz-yeterlilik, paylaşımların bilincinde olma , izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarına ait ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo incelendiğinde, çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre öz-duyarlığın tüm alt boyutları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri görülmektedir.

3.5. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Medeni Duruma Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Sosyal istenirlik düzeyleri açısından çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre farklılıklarının incelenmesinde İki Ortalama Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi olan *t* testi tekniği kullanılmıştır. Bu çalışmada çalışan ve emeklilerin medeni durum farklılıkları açısından, öz-aldatma ve izlenim yönetimi alt boyutları incelenmiştir.

Tablo 3. 5. Çalışan Ve Emeklilerin Sosyal İstenirlik Açısından Medeni Durum Farklarına İlişkin *T* Testi Bulguları

Değişken	Medeni durum	N	\bar{X}	Ss	t	Sd	<i>p</i>
Öz-aldatma	Evli	234	42,88	7,19	-,078	298	.938
	Bekar	65	42,95	6,18			
	Evli	234	48,35	13,97			
İzlenim yönetimi	Bekar	65	45,48	10,32	1,539	298	.125

Tablo 3.5.'de medeni durum değişkenine göre çalışan ve emeklilerin sosyal istenirliğin alt boyutları olan öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanlarına ait ortalamaları ve standart sapmaları görülmektedir. Tablo incelendiğinde, çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri görülmektedir.

3.6. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Yaş Gruplarına Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Öz-duyarlık düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin yaşları; 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri

şeklinde dört kategoride ele alınmıştır. Bu farklılıkları irdelemek için altı alt soru sorulmuştur:

1. Öz-sevecenlik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-sevecenlik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.6. ve tablo 3.7.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 6. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	17,33	4,41
26-30 yaş	80	17,57	3,98
31-40 yaş	136	17,68	4,15
41 yaş üzeri	48	19,90	3,93
Toplam	300	17,97	4,17

Tablo 3. 7. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	216,263	3	72,088	2,280	.056
Grup içi	4985,395	296	16,843		
Toplam	5201,659	299			

Tablo 3.6.'da yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.7.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-sevecenlik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=2,280, p>.05$).

2. Öz-yargılama düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-yargılama düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.8. ve tablo 3.9.'da gösterilmektedir.

Tablo 3. 8. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	17,30	4,41
26-30 yaş	80	18,11	3,77
31-40 yaş	136	17,78	4,06
41 yaş üzeri	48	17,90	3,87
Toplam	300	17,83	3,98

Tablo 3. 9. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	16,972	3	5,657	,354	,786
Grup içi	4726,582	296	15,968		
Toplam	4743,554	299			

Tablo 3.8.'de yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.9.'da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-yargılama puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296} = ,354, p > .05$).

3. Paylaşımların bilincinde olma düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Paylaşımların bilincinde olma düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.10. ve tablo 3.11.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 10. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların Bilincinde olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	14,75	3,92
26-30 yaş	80	14,37	3,95
31-40 yaş	136	14,26	3,36
41 yaş üzeri	48	16,27	4,08
Toplam	300	14,67	3,76

Tablo 3. 11. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların Bilincinde olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	153,274	3	51,091	3,706	,012
Grup içi	4080,389	296	13,785		
Toplam	4233,663	299			

Tablo 3.10'da yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.11.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin paylaşımların bilincinde olma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür ($F_{3-296}=3,706$, $p<.05$). Bu farklılığın hangi yaş grupları arasından kaynaklandığını belirlemek amacıyla yapılan Tukey

çoklu karşılaştırma testi sonucunda, farklılığın yaşları 31-39 olan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{X}=14,26$, $Ss=3,36$) ile yaşları 41 ve üzeri olan katılımcıların puan ortalamaları ($\bar{X}=16,27$, $Ss=4,08$) arasından kaynaklandığı görülmüştür. Bu sonuca göre yaşları 41 ve üzeri olan katılımcıların, 31-39 olan katılımcılara göre daha yüksek paylaşımların bilincinde olma puanına sahip olduğu söylenebilir.

4. İzolasyon düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

İzolasyon düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.12. ve tablo 3.13'te gösterilmektedir.

Tablo 3. 12. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	13,14	3,31
26-30 yaş	80	14,24	3,33
31-40 yaş	136	14,12	3,28
41 yaş üzeri	48	14,02	4,12
Toplam	300	14,02	3,44

Tablo 3. 13. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	33,052	3	11,017	,929	,427
Grup içi	3511,863	296	11,864		
Toplam	3544,915	299			

Tablo 3.12.'de yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.13.'de

ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin izolasyon puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=,929$, $p>.05$).

5. Bilinçlilik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Bilinçlilik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.14. ve tablo 3.15.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 14. Yaşları Farklı Olan alışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	15,03	3,81
26-30 yaş	80	15,01	3,48
31-40 yaş	136	15,57	3,19
41 yaş zeri	48	16,58	3,55
Toplam	300	15,52	3,43

Tablo 3. 15. Yaşları Farklı Olan alışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	83,942	3	27,981	2,416	,067
Grup içi	3428,206	296	11,582		
Toplam	3512,148	299			

Tablo 3.14.'de yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.15.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin bilinçlilik puan ortalamaları arasındaki farkı

belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=2,416$, $p>.05$).

6. Aşırı özdeşleşme düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Aşırı özdeşleşme düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.16. ve tablo 3.17. gösterilmektedir.

Tablo 3. 16. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	13,83	3,81
26-30 yaş	80	15,23	3,34
31-40 yaş	136	14,94	3,44
41 yaş üzeri	48	15,08	3,75
Toplam	300	14,91	3,52

Tablo 3. 17. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı Özdeşleşme Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	51,430	3	17,143	1,391	,246
Grup içi	3647,930	296	12,324		
Toplam	3699,360	299			

Tablo 3.16.'da yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.17.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin aşırı özdeşleşme puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=1,391$, $p>.05$).

3.7. Sosyal İstenirlik Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Yaş Gruplarına Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Sosyal istenirlik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin yaşları; 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri şeklinde dört kategoride ele alınmıştır. Bu farklılıkları irdelemek için iki alt soru sorulmuştur:

1. Öz-aldatma düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-aldatma düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.18. ve tablo 3.19.'da gösterilmektedir.

Tablo 3. 18. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	42,24	8,25
26-30 yaş	80	42,73	6,20
31-40 yaş	136	42,83	6,81
41 yaş üzeri	48	43,41	8,22
Toplam	300	42,83	7,06

Tablo 3. 19. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	29,113	3	9,704	,193	,901
Grup içi	14853,766	296	50,182		
Toplam	14882,879	299			

Tablo 3.18.'de yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.19'da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-aldatma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=,193, p>.05$).

2. İzlenim yönetimi düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

İzlenim yönetimi düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.20. ve tablo 3.21'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 20. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Yaş	N	\bar{X}	Std. Sapma
18-25 yaş	36	45,19	14,46
26-30 yaş	80	46,89	12,98
31-40 yaş	136	47,75	12,12
41 yaş üzeri	48	50,40	16,18
Toplam	300	47,64	13,36

Tablo 3. 21. Yaşları Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	627,135	3	209,045	1,173	,320
Grup içi	52765,550	296	178,262		
Toplam	53392,684	299			

Tablo 3.20’de yaşları 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.21.’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Yaşları farklı olan çalışan ve emeklilerin izlenim yönetimi puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=1,173, p>.05$).

3.8. Öz-Duyarlık Açısından Çalışan Ve Emeklilerin Çalışma Sürelerine Göre Farklılıklarının İncelenmesine İlişkin Bulgular

Öz-duyarlık düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri şeklinde üç kategoride ele alınmıştır. Bu farklılıkları irdelemek için altı altı soru sorulmuştur:

1. Öz-sevecenlik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-sevecenlik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.22. ve tablo 3.23.’te gösterilmektedir.

Tablo 3. 22. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	17,88	4,19
6-10 Yıl	80	18,24	4,31
11 yıl ve üzeri	136	17,20	3,47
Toplam	300	17,97	4,17

Tablo 3. 23. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Sevecenlik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	31,213	2	15,606	,896	,409
Grup içi	5170,446	297	17,409		
Toplam	5201,659	299			

Tablo 3.22’de çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.23.’de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-sevecenlik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=,896, p>.05$).

2. Öz-yargılama düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-yargılama düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.24. ve tablo 3.25’te gösterilmektedir.

Tablo 3. 24. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	17,70	4,04
6-10 Yıl	80	18,38	3,77
11 yıl ve üzeri	136	16,18	4,22
Toplam	300	17,83	3,98

Tablo 3. 25. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Yargılama Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	135,324	2	67,662	2,061	,064
Grup içi	4608,230	297	15,516		
Toplam	4743,554	299			

Tablo 3.24.'te çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.25.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-yargılama puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=2,061$, $p>.05$).

3. Paylaşımların bilincinde olma düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Paylaşımların bilincinde olma düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.26. ve tablo 3.27'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 26. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların Bilincinde olma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	14,65	3,91
6-10 Yıl	80	14,93	3,87
11 yıl ve üzeri	136	13,71	2,44
Toplam	300	14,67	3,76

Tablo 3. 27. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Paylaşımların Bilincinde olma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	40,655	2	20,327	1,440	,239
Grup içi	4193,009	297	14,118		
Toplam	4233,663	299			

Tablo 3.26.'da çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.27.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin paylaşımların bilincinde olma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3,296}=1,440, p>.05$).

4. İzolasyon düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

İzolasyon düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.28. ve tablo 3.29.'da gösterilmektedir.

Tablo 3. 28. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	14,05	3,35
6-10 Yıl	80	14,18	3,62
11 yıl ve üzeri	136	13,24	3,06
Toplam	300	14,02	3,44

Tablo 3. 29. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzolasyon Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	24,463	2	12,231	1,032	,358
Grup içi	3520,452	297	11,853		
Toplam	3544,915	299			

Tablo 3.28.'de çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.29.'da ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin izolasyon puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=1,032$, $p>.05$).

5. Bilinçlilik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Bilinçlilik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.30. ve tablo 3.31. gösterilmektedir.

Tablo 3. 30. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	15,49	3,58
6-10 Yıl	80	15,68	3,42
11 yıl ve üzeri	136	14,99	2,81
Toplam	300	15,52	3,43

Tablo 3. 31. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Bilinçlilik Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	13,362	2	6,681	,567	,568
Grup içi	3498,786	297	11,780		
Toplam	3512,148	299			

Tablo 3.30.'da çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.31.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin bilinçlilik puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=,567, p>.05$).

6. Aşırı-özdeşleşme düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Aşırı-özdeşleşme düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.32 ve tablo 3.33'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 32. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı-Özdeşleşme Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	14,82	3,53
6-10 Yıl	80	15,21	3,42
11 yıl ve üzeri	136	14,03	3,79
Toplam	300	14,91	3,52

Tablo 3. 33. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Aşırı-Özdeşleşme Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	40,092	2	20,046	1,627	,198
Grup içi	3659,268	297	12,321		
Toplam	3699,360	299			

Tablo 3.32.'de çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.33.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin aşırı-özdeşleşme puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=1,627$, $p>.05$).

3.9. Sosyal istenirlik açısından çalışan ve emeklilerin çalışma sürelerine göre farklılıklarının incelenmesine ilişkin bulgular

Sosyal istenirlik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri şeklinde üç kategoride ele alınmıştır. Bu farklılıkları irdelemek için iki alt soru sorulmuştur:

1. Öz-aldatma düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

Öz-aldatma düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.34. ve tablo 3.35.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 34. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	43,07	6,67
6-10 Yıl	80	42,06	7,61
11 yıl ve üzeri	136	44,93	5,78
Toplam	300	42,83	7,06

Tablo 3. 35. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin Öz-Aldatma Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	236,171	2	118,086	2,394	,093
Grup içi	14646,707	297	49,316		
Toplam	14882,879	299			

Tablo 3.34.'de çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.35.'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin öz-aldatma puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=2,394, p>.05$).

2. İzlenim yönetimi düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar var mıdır?

İzlenim yönetimi düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılıklar olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan ANOVA sonucunda elde edilen bulgular tablo 3.36. ve tablo 3.37.'de gösterilmektedir.

Tablo 3. 36. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Betimsel İstatistikleri

Çalışma Süresi	N	\bar{X}	Std. Sapma
0-5 yıl	36	47,42	12,61
6-10 Yıl	80	47,36	14,26
11 yıl ve üzeri	136	49,62	12,69
Toplam	300	47,64	13,36

Tablo 3. 37. Çalışma Süreleri Farklı Olan Çalışan Ve Emeklilerin İzlenim Yönetimi Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Varyans Analizi Tablosu

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	p
Gruplar arası	150,049	2	75,025	,419	,658
Grup içi	53242,635	297	179,268		
Toplam	53392,684	299			

Tablo 3.36'da çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri olan çalışan ve emeklilerin puanlarının ortalamaları ve standart sapmaları, tablo 3.37'de ise bu değerlere uygulanan tek yönlü varyans analizi sonuçları görülmektedir. Çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emeklilerin izlenim yönetimi puan ortalamaları arasındaki farkı belirlemek amacıyla yapılan varyans analizi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($F_{3-296}=,419, p>.05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırma sonucunda elde edilen bulgular araştırma hipotezleri rehberliğinde tartışılacak ve kuramsal çerçeve doğrultusunda yorumlanacaktır. Çalışmada çalışanların ve emeklilerin öz-duyarlık ile sosyal istenirlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda çalışanlara uygulanan tamamı İstanbul'da bulunan özel bir şirkette yapılırken, emeklilere uygulanan anketlerin bir kısmı İstanbul Huzur Hastanesi ve Dinlenme Vakfı'nda geri kalan kısmı ise rastgele yönetmi kullanılarak toplumun her kesiminden katılan emeklilere uygulanmıştır. Kişilere demografik özellikleri, öz duyarlılık ve sosyal istenirlikleri ilişkin ifadelerin yer aldığı anket formu uygulanmıştır. Anketler yüz yüze anket tekniği ile uygulanmıştır. Anket formunu oluşturan tüm sorular çoktan seçmeli ve kapalı uçlu sorulardır. Elde edilen veriler SPSS.11.5 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Çalışmada ölçeklere yapı geçerliliği ve madde analizi uygulanmış, araştırma amacı doğrultusunda, analizde tanımlayıcı istatistiklerden, güvenilirlik analizi, parametrik ve Non-Parametrik testler ile korelasyon analizi yararlanılmıştır.

4.1. Öz-duyarlık Alt Boyutları ile Sosyal İstenirlik Alt Boyutları Arasındaki İlişkiler

Çalışmada öz-duyarlık alt boyutları ile sosyal istenirlik alt boyutları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla korelasyon kullanılmıştır. Elde edilen bulguların oldukça yeni olmakla birlikte, son derece çarpıcı oldukları söylenebilir. Korelasyon bulguları öz-duyarlık ve sosyal istenirlik alt boyutları açısından ayrıntılı olarak yorumlanacaktır.

Yapılan korelasyon analizi sonucunda; öz-duyarlığın öz-sevecenlik boyutu ile öz-aldatma ve izlenim yönetimi arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öz-duyarlığın öz-yargılama boyutu, öz-aldatma ve izlenim yönetimi ile negatif ilişki bulunmuştur. Paylaşımların bilincinde olma öz-aldatma ile pozitif ilişkili bulunurken, izlenim yönetimi ile anlamlı düzeyde ilişkili olmadığı sonucu elde edilmiştir. İzolasyon alt boyutu ile öz-aldatma ve izlenim yönetimi arasında negatif

ilişkiler olduğu görülmüştür. Bunun yanı sıra öz-duyarlığın bilinçlilik alt boyutu ile öz-aldatma ve izlenim yönetimi arasında pozitif ilişkisi olduğu ortaya koyulmuştur. Son olarak aşırı özdeşleşme ile izlenim yönetimi arasında negatif ilişki olduğu belirlenmiştir.

Çalışmada sonucunda genel olarak öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin sosyal istenirlik ile pozitif, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının sosyal istenirlik ile negatif ilişkili olduğu söylenebilmektedir.

4.2. Cinsiyet

Öz duyarlığın cinsiyetle ilişkisini inceleyen çalışmalarda (Raes, 2010, Kirkpatrick, 2005; Neff, Hsieh, Dejitterat, 2005; Neff 2003; Neff ve Vonk, 2009) bayanların küçük bir farkla erkeklerden daha az öz duyarlı olduğu neticesine varılmıştır. Öveç (2007) ise yaptığı çalışmada erkeklerin Öz Duyarlık Ölçeğinin negatif alt boyutlarında (öz yargılama, izolasyon, aşırı özdeşleşme) bayanlara kıyasla daha yüksek puanlar almış olduğu, bayanların ise pozitif alt boyutlarda (öz sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma , bilinçlilik) daha yüksek puanlar aldıkları neticesine varılmıştır. İskender (2009) ve Neff, Rude ve Kirkpatrick (2007) yapmış oldukları çalışmada öz duyarlık puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığını sonucuna ulaşmışlardır.

Çalışmada yer alan çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık ve sosyal istenirlik açısından cinsiyete göre anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediklerini belirlemek için t testi kullanılmıştır. Bu çalışmada cinsiyet farklılıkları ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıda yorumlanacaktır.

Araştırmanın başlangıcında çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık açısından cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşacağı varsayılmıştı. Elde edilen bulgular öz-duyarlığın altı alt boyutu açısından kadın ve erkekler arasında anlamlı olarak farklılaşmadığını göstermiştir. Sonuçlar incelendiğinde; kadın çalışan ve emeklilerin öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve izolasyon alt boyutları açısından erkeklere göre daha yüksek düzeyde görülürken, erkek çalışan ve emeklilerin ise öz-

yargılama, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutları açısından kadınlara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Bulgular daha derin olarak incelendiğinde öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin öz-duyarlılığın pozitif duygulanımla ilişkili olan alt boyutlar, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmenin ise öz-duyarlılığın negatif duygulanımla ilişkili alt boyutları olduğu görülmüştür.

Öz-sevecenlik bireylerin kendilerine yönelik nazik ve kibar tutumlar geliştirmeleri, kendilerini bir bütün olarak görmeleri ve kendilerine ilişkin olumlu tutumlar geliştirmeleriyle ilişkilidir. Bu noktada kadın çalışan ve emeklilerin öz-sevecenlik düzeylerinin yüksek olduğunu belirtirken kadınların kendilerine daha fazla duyarlı olduklarını ifade etmek önemlidir. Ancak çalışma sonucunda erkeklerin de kendilerine karşı duyarlı oldukları görülmekte, kadın ve erkek çalışan/emekliler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunamamıştır.

Paylaşımların bilincinde olma açısından da kadınların erkeklere göre daha yüksek puan ortalamalarına sahip oldukları bulunmuştur. Kadınların sosyal ve duygusal desteğe daha fazla önem vermeleri ve sıkıntılı anlarında birbirlerine daha fazla destek olmaları bu sonucun ortaya çıkmasında en temel etkidir. Üçüncü olarak kadınların duygusal anlamda daha fazla dengeli olduklarını ve duygularına daha fazla objektif yaklaştıklarını işaret eden bir bulguyla karşılaşılmaktadır.

Bilinçlilik bireyin olumsuz deneyimler ve acı veren deneyimlerle karşılaştığında kendini yatıştırması, duygu ve fikirlerine dair dengeli bir farkındalık geliştirmesi ile ilişki içinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kendini düşünme seviyesi yüksek olan kişilerin olumlu bir ruhsal ve duygusal yapıya olmaları neredeyse imkansızdır. Araştırmalardan da bu netice elde edilmiştir.(Creed & Funder, 1998; Silvia, 1999).

Bilinçlilik açısından ise erkeklerin kadınlara göre daha fazla puan ortalamalarına sahip olduklarını gösteren şaşırtmayan bir sonuçtur. Erkekler kadınlara göre daha çok mantıklarıyla hareket edip duygularını daha arka plana atmaktadır.

Dördüncü olarak öz-duyarlığın negatif duygulanımla ilişkili olduğu öne sürülen öz-yargılama açısından erkekler daha fazla puan ortalamalarına sahip bulunmuştur. Erkek çalışan ve emeklilerin sosyal karşılaştırma bilgisini daha fazla önemsedikleri ve olumsuz ve başarısız yaşantıları bir onur meselesi olarak daha fazla gördükleri dikkate alındığında erkeklerin öz-yargılama puanlarının daha fazla olması anlamlıdır. Çünkü başarısızlığı kabullenmede zorlanan bireyler, olumsuz yaşantıları bir yetersizlik göstergesi olarak algılayacak ve böyle bir durumda kendilerini daha fazla suçlayarak daha fazla oranda öz-eleştiri yapacaklardır. Ancak çalışmada sonucunda bayanların da, erkeklere yakın bir tutum izledikleri görülmektedir.

Beşinci olarak izolasyon açısından kadın çalışan ve emekliler daha fazla puan ortalamalarına sahip bulunmuştur. Bu sonucu yorumlarken aslında kadınların içe kapanıklık düzeylerinin normalde daha yüksek olduğu, ancak izolasyon alt boyutunun ölçtüğü özelliğin içe kapanmadan daha çok bireylerin olumsuz ve başarısız deneyimler karşısında kendilerini toplumdan ayrı tutmaları olduğu unutulmamalıdır. Bu nokta dikkate alındığında, kadınların erkeklere göre daha çok olumsuz yaşantılardan sonra öz-eleştiri düzeylerinin artmasıyla doğru orantılı biçimde toplum içine ve toplumla bir bütün haline gelmekten çekinecekleri söylenebilir.

Altıncı ve son olarak erkek çalışan ve emeklilerin aşırı özdeşleşme açısından kadın çalışan ve emeklilere göre daha yüksek puan ortalamalarına sahip oldukları bulunmuştur. Bu duruma neden olan temel faktörün arabesk kültürü ve buna bağlı olarak erkeklerin olumsuz duyguları daha fazla abartmaları gösterilebilir. Gerçekten de erkekler olumsuz veya başarısız bir deneyim sonucunda bu olumsuzluğu duygusal ve düşünsel anlamda abartarak ve ileri düzeyde bunu kendileri için bir gurur meselesi olarak görerek bu tür duygularla aşırı biçimde özdeşleşmektedir. Bu sonucu yorumlarken dikkate alınması gereken önemli noktalardan birisi de budur.

Çeşitli meta analizlerin neticeleri göstermiştir ki sosyal istenirlik, kişilik ve iş yaşantısındaki davranışlar arasındaki ilişkiyi oldukça etkiler. Diğer bir açıdan, sosyal istenirlik, kişilik ve iş performansı arasında meydana gelen ilişki için baskılayıcı veya yönlendirici niteliğe sahip değildir. (Sandal, Musson, Helmreich ve Gravdal, 2005, s. 640).

Çalışmaların neticesinde, sosyal istenirliğin hem erkek hem de kadınlarda ego yönelimiyle olumsuz, görev yönelimiyle erkekler dahil edilmeden kadınlarda olumlu ilişkisi olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır. Sosyal istenirlik, tüm SAS-2 performans kaygı indeksleriyle kadınlar bakımından olumsuz ilişki içerisindedir, fakat erkeklerde herhangi bir ilişki durumu söz konusu olmamaktadır (Grossbard, Cumming, Standag, Smith ve Smoll, 2007, ss. 497-498).

Bu araştırmada çalışan ve emeklilerin sosyal istenirlik açısından cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşacağı varsayılmıştı. Elde edilen bulgular sosyal istenirliğin iki alt boyutu açısından kadın ve erkeklerin anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonuçlara göre erkek çalışan ve emeklilerin öz-aldatma ve izlenim yönetimi alt boyutlarında kadın çalışan ve emeklilere göre daha fazla puan ortalamalarına sahip olarak bulunsa da, kadın ve erkek çalışan/emeklilerin öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri ortaya çıkmıştır.

4.3. Medeni Durum

Çalışmada yer alan çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık ve sosyal istenirlik açısından medeni durumlarına göre anlamlı bir farklılık sergileyip sergilemediklerini belirlemek için t testi kullanılmıştır. Bu araştırmada cinsiyet farklılıkları ayrıntılı bir şekilde incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar aşağıda yorumlanacaktır.

Araştırmanın başlangıcında çalışan ve emeklilerin öz-duyarlık açısından medeni durumlarına göre değişiklikler olacağı göre varsayılmıştı. Elde edilen bulgular sonucunda ise öz-duyarlığın altı alt boyutu açısından bekar ve evli çalışan/emekliler arasında anlamlı olarak farklılaşmadığı ortaya çıkmıştır. Sonuçlar incelendiğinde; bekar çalışan ve emeklilerin öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçlilik alt boyutları açısından evli çalışan ve emeklilere göre daha yüksek puanlara sahip olduğu görülürken, evli çalışan ve emeklilerin ise öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme alt boyutları açısından bekarlara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Bulgular daha derin olarak incelendiğinde öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin öz-

duyarlılığın pozitif duygulanımla ilişkili olan alt boyutlar, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşmenin ise öz-duyarlılığın negatif duygulanımla ilişkili alt boyutları olduğu görülmüştür. Ancak medeni durumun çalışan ve emeklilerin öz duyarlık alt boyutlarına ilişkin görüşlerinde önemli farklılaşmalar yaratmadığı sonucunda ulaşılmıştır.

Benzer bir durum sosyal istenirlik düzeylerinde de görülmektedir. Çalışma sonucunda çalışan ve emeklilerin medeni duruma göre öz-aldatma ve izlenim yönetimi puanları açısından anlamlı bir farklılık sergilemedikleri ortaya çıkmıştır. Öz aldatma boyutuna ilişkin bekar çalışan ve emeklilerin evlilere göre daha yüksek puana sahip oldukları, izlenim yönetimin de ise evli çalışan ve emeklilerin bekarlara göre daha yüksek düzeye sahip oldukları sonucunda ulaşılmıştır.

4.4. Yaş Grupları

Neff ve Vonk (2009) yapmış olduğu çalışmada öz duyarlılığın yaş ile pozitif ilişkiye rastlanmıştır. Bu neticeler, öz duyarlılığın belirli bir yaşın üzerinde daha fazla veya yaşla birlikte arttığını fikrini düşündürmektedir

Buna ilişkin olarak çalışmada; öz duyarlılığın yaş ile ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Öz-duyarlık düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin yaşları; 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri şeklinde dört kategoride ele alınmıştır. Yapılan analizler sonucunda; öz-sevecenlik, öz-yargılama, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutlarına ilişkin yaş grupları açısından farklılaşmalar olmadığı görülmüştür. Paylaşımların bilincinde olma alt boyutuna ilişkin ise belirgin farklılıklar elde edilmiştir. Farklılıkların 31-39 yaş aralığında olan katılımcıların puan ortalamaları ile yaşları 41 ve üzeri olan katılımcıların puan ortalamaları arasında kaynaklandığı görülmüş, yaşları 41 ve üzeri olan çalışan ve emeklilerin, 31-39 yaş aralığında olanlara göre daha yüksek paylaşımların bilincinde olma puanına sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Sosyal istenirlik düzeyleri açısından yaşları farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için yine ANOVA

kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin yaşları; 18-25 yaş, 26-30 yaş, 31-40 yaş ve 41 yaş üzeri şeklinde dört kategoride ele alınmıştır. Bu farklılıklar irdelendiğinde ise, öz aldatma ve izlenim yönetimi alt boyutlarına ilişkin katılımcıların yaş gruplarına göre anlamlı farklılıklar olmadığı sonucunda ulaşılmıştır.

4.5. Çalışma Süreleri

Çalışma son olarak öz duyarlık ve sosyal istenirliklerin çalışma süresinde göre farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Bu doğrultuda öz-duyarlık düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için ANOVA kullanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri şeklinde üç kategoride ele alınmıştır.

Araştırma sonucunda; öz duyarlık alt boyutlarına ilişkin; öz-sevecenlik, öz-yargılama, paylaşımların bilincinde olma, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme alt boyutlarına ilişkin çalışma süreleri açısından farklılaşmalar olmadığı görülmüştür.

Benzer bir durum ile sosyal istenirlik düzeyleri açısından çalışma süreleri farklı olan çalışan ve emekliler arasında anlamlı farklılık olup olmadığını belirlemek için yine ANOVA'dan yararlanılmıştır. Çalışan ve emeklilerin çalışma süreleri; 0-5 yıl, 6-10 yıl arası ve 11 yıl üzeri şeklinde üç kategoride ele alınmıştır. Yapılan analiz sonucunda; öz-duyarlık alt boyutlarında olduğu gibi, sosyal istenirlik alt boyutlarından öz-aldatma ve izlenim yönetimi alt boyutlarına ilişkin çalışma sürelerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olmadığı sonucu elde edilmiştir.

5. ÖNERİLER

Çalışmanın öneriler kısmı 2 başlık altında toplandı bunlar;

- İleride yapılacak çalışmalar için öneriler
- Endüstri kuruluşları için öneriler

İleride Yapılacak Çalışmalar İçin Öneriler:

İleride yapılacak çalışmalar için, araştırmacılara aşağıdaki hususlarda tavsiyede bulunulabilir. Araştırmada, çalışanların tamamı çalıştığı pozisyona bakılmaksızın çalışan olarak düşünülürken, aktif olarak hâlâ çalışsalar dâhi emeklilik hakkını kazanmış tüm katılımcılar emekli olarak düşünülmüştür. İleride yapılacak olan çalışmalarda emeklileri,

- Herhangi bir işle profesyonel olarak meşgul olmayan,
- Maddi açıdan hiçbir yerden menfaat elde etmeyen,
- Belirli bir süre çalıştıktan sonra kanunlar gereği işi ile ilgisi kesilerek kendisine aylık bağlanmış olan kimse olarak düşünülmesi önerilebilir.

Bunun yanı sıra çalışmada incelenen sosyal istenirlik ve öz duyarlık kavramlarıyla ilgili olarak daha önceden yapılan araştırmaların az olmasından dolayı, bu çalışma gelecekteki çalışmalar için ışık tutabilecek niteliktedir. Yapılan analiz bulguları sonucunda elde edilen sonuçlar bu alanda çalışan uzman, uzman yardımcıları, psikolojik danışmanlar ve konuyla ilgilenenler için yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Çalışmada öz-sevecenlik, paylaşımların bilincinde olma ve bilinçliliğin sosyal istenirlik ile pozitif, öz-yargılama, izolasyon ve aşırı özdeşleşme boyutlarının sosyal istenirlik ile negatif ilişkili olduğu belirlenmiştir. İlere yapılacak çalışmalarda örneklem grubu daha da geliştirilerek bu ilişkilerin ne yönde değişeceği, hangi aralarında güçlü ilişkiler olacağı, ilişkiler arasında farklılaşmaların olup olmayacağı araştırılmalıdır.

Endüstri Kuruluşları İçin Öneriler:

Endüstri kuruluşları için öneriler daha çok şirketlerde yönetici, amir, takım lideri pozisyonundaki kişiler için verebiliriz. Burada yönetici pozisyonundaki çalışanlar kişilere aşağıda öneriler verilmektedir;

- Yöneticiler; öz-duyarlık açısından yüksek bir seviyede olması beklenmelidir. Yönetici yüksek öz-duyarlık sahibi olmalı ki, kendisine rapor veren kişilerin iş hayatlarında yapmış oldukları hatalarda ve yanlışlarda onların işlerine tekrar motive olmasında zaman ve iş kaybına uğramamış olsun.
- Yöneticiler; çalışan yapmış olduğu hatanın insan hayatının bir parçası olduğunu düşünmeli ve bu şekilde kendini motive etmelidir.
- Sosyal istenirlik, genellikle arzu edilen özellikler ya da davranışların abartılması ve arzu edilmeyenlerin olduğundan daha az gösterilmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Yöneticilerin sosyal istenirlik yüksek olmaması gerekmektedir. Sosyal istenirlik yanılgısı oluşturmaması için çaba sarf edilmelidir. Bu durum sağlanmadığı takdirde gerçeği diğerlerinin hoş göreceği yönde çarpıtılması, istenmeyen durumların ortaya çıkması, motivasyonda azalma, kendine güvensizlik ve ego problemleri oluşabilir.

Bu bakımdan bir endüstri kuruluşunun çalışanlarının yüksek öz-duyarlık seviyesine sahip olması ve sosyal istenirlik düzeyini ayarlayabilmesi o şirket için büyük önem arz etmektedir.

Çalışmada çalışan ve emeklilerin cinsiyet, medeni durum, yaş ve çalışma süreleri gibi demografik özelliklerinin öz duyarlık ve sosyal istenirlikleri üzerinde etkili olabileceği belirlenmiştir.

- Elde edilen bulgular göstermektedir ki, bireylerin yaşlarının öz duyarlıkları ve sosyal istenirlik düzeylerinde farklılıklar yaratmaktadır. Özellikle orta yaş grubunda yer alan çalışanların gençlere göre daha paylaşımcı oldukları ve öz duyarlıklarının daha gelişmiş olduğu görülmüştür. Bu durumdan yola çıkılarak yöneticilerin genç çalışanlarının öz duyarlıklarının gelişmesi için çeşitli yöntemler

geliştirmeli, kendilerinin yanı sıra çalışanlarının öz duyarlıklarını artırmaya çalışması önerilmektedir.

5. KAYNAKLAR

Adams, C. E. ve Leary, M. R. (2007). Promoting Self-Compassionate Attitudes Toward Eating Among Restrictive and Guilty Eaters. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26 (10), 1120–1144.

Ahmet Akın, Kendini Aldatma, Ankara:Nobel Yayın Evi, 1. Basım, 2010.

Akın, Övenç, Abacı, *Öz-duyarlılık Ölçeği: Geçerlilik Güvenlik Çalışması*,
İnternette indirilme tarihi: 15.01.2012
http://www.pegem.net/akademi/kongrebildiri_detay.aspx?id=5050

Bäckström, M., Björklund, F. ve Larsson, M. R. (2009). Five-factor inventories have a major general factor related to social desirability which can be reduced by framing items neutrally. *Journal of Research in Personality*, 43, 335–344.

Baxter, S. D., Smith, A. F., Litaker, M. S., Baglio, M. L., Guinn, C. H. ve Shaffer, N. M. (2004). Children's Social Desirability and Dietary Reports. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 36 (2), 84 – 89.

Berry, K., Kowalski, K. C., Ferguson, L. J. ve McHugh, T. F. (2010). An empirical phenomenology of young adult women exercisers' body self-compassion. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 2 (3), 293 – 312.

Blake, B. F., Valdisseri, J. Neuendorf, K. A. ve Nemeth, J. (2006). Validity of the SDS-17 measure of social desirability in the American context. *Personality and Individual Differences*, 40, 1625–1636.

Breen, W. E., Kashdan, T. B., Lenser, M. L. ve Fincham, F. D. (2010). Gratitude and forgiveness: Convergence and divergence on self-report and informant ratings. *Personality and Individual Differences*, 49, 932–937.

Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık

Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö., Kahveci, Ö., ve Demirel, F. (2004). Güdülenme Ve Öğrenme Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 4(2), 207-239.

Crocker, J. ve Canevello, A. (2008). Creating and Undermining Social Support in Communal Relationships: The Role of Compassionate and Self-Image Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95 (3), 555–575.

Davis, C. G., Thake, J. ve Vilhena, N. (2010). *Social desirability biases in self-reported alcohol consumption and harms*, 35, 302–311.

Erdle, S. ve Rushton, P. (2011). Does self-esteem or social desirability account for a general factor of personality (GFP) in the Big Five? *Personality and Individual Differences*, 50, 1152–1154.

Fleming, P. ve Zizzo, D. J. (2011). Social desirability, approval and public good contribution. *Personality and Individual Differences*, 51, 258–262.

Gilbert, P., Baldwin, M. W., Irons, C., Baccus, J. R. ve Palmer, M. (2006). Self-Criticism and Self-Warmth: An Imagery Study Exploring Their Relation to Depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20 (2), 183 – 200.

Gilbert, P. ve Procter, S. (2006). Compassionate Mind Training for People with High Shame and Self-Criticism: Overview and Pilot Study of a Group Therapy Approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13, 353–379.

Grossbard, J. R., Cumming, S. P., Standag, M., Smith, R. E. ve Smoll, F. L. (2007). Social desirability and relations between goal orientations and competitive trait anxiety in young athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 491–505.

Gucciardi, D. F., Jalleh , G. ve Donovan, R. J. (2010). Does social desirability influence the relationship between doping attitudes and doping susceptibility in athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 11, 479 – 486.

Hollis-Walker, L. ve Colosimo, K. (2011). Mindfulness, self-compassion, and happiness in non-meditators: A theoretical and empirical examination. *Personality and Individual Differences*, 50, 222–227.

Karasar, N. (2005). Bilimsel Araştırma Yöntemi Kavramlar, İlkeler, Teknikler, 14. Basım, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul.

Kendinize İyi Davranın Daha Sağlıklı Olun, İnternette indirilme tarihi: 30.12.2011
http://www.sabah.com.tr/NewYorkTimes/2011/03/14/kendinize_ iyi_davranin_daha_saglikli_olun

Klesges, L. M., Baranowski, T., Beech, B., Cullen, K., Murray, D. M., Rochon, J. ve Pratt, C. (2004). Social desirability bias in self-reported dietary, physical activity and weight concerns measures in 8- to 10-year-old African-American girls: results from the Girls health Enrichment Multisite Studies (GEMS). *Preventive Medicine*, 38, S78 – S87.

Langdon, P. E., Clare, I. C. H. ve Murphy, G. H. (2010). Measuring social desirability amongst men with intellectual disabilities: The psychometric properties of the Self- and Other-Deception Questionnaire—Intellectual Disabilities. *Research in Developmental Disabilities*, 31, 1601–1608.

Lykins, E. L. ve Baer, R. A. (2009). Psychological Functioning in a Sample of Long-Term Practitioners of Mindfulness Meditation. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 23 (3), 226 – 241.

Miotto, P. ve Preti, A. (2008). Suicide ideation and social desirability among school-aged young people. *Journal of Adolescence*, 31, 519–533.

Mitchell, W. J., Ho, C., Patel, H. ve MacDorman, K. F. (2011). Does social desirability bias favor humans? Explicit–implicit evaluations of synthesized speech support a new HCI model of impression management. *Computers in Human Behavior*, 27, 402–412.

Motl, R. W., McAuley, E. ve DiStefano, C. (2005). Is social desirability associated with self-reported physical activity? *Preventive Medicine*, 40, 735 – 739.

Neff, K. D. (2003). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250.

Neff, K. D. (2009). The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself. *Human Development*, 52, 211–214.

Pansu, P. ve Dompnier, B. (2011). A bidimensional scale of scholastic value: Social desirability and social utility, two dimensions of personological judgment. *Revue européenne de psychologie appliquée*, 61, 31–41.

Pauls, C. A. ve Stemmler, G. (2003). Substance and bias in social desirability responding. *Personality and Individual Differences*, 35, 263–275.

Peterson, C. H., Casillas, A. ve Robbins, S. B. (2006). The Student Readiness Inventory and the Big Five: Examining social desirability and college academic performance. *Personality and Individual Differences*, 41, 663–673.

Sandal, G. M., Musson, D., Helmreich, R. L. ve Gravdal, L. (2005). Social desirability bias in personality testing: Implications for astronaut selection. *Acta Astronautica*, 57, 634 – 641.

Schermer, J. A. ve Vernen, P. A. (2010). The correlation between general intelligence (g), a general factor of personality (GFP), and social desirability. *Personality and Individual Differences*, 48, 187–189.

Stöber, J. ve Wolfradt, U. (2001). Worry and social desirability: opposite relationships for socio-political and social-evaluation worries. *Personality and Individual Differences*, 31, 605 – 613.

Stuart, G. S. ve Grimes, D. A. (2009). Social desirability bias in family planning studies: a neglected problem. *Contraception*, 80, 108 – 112.

Tan, J. A. ve Hall, R. J. (2005). The effects of social desirability bias on applied measures of goal orientation. *Personality and Individual Differences*, 38, 1891–1902.

Wei, M., Liao, K. Y., Ku, T. ve Shaffer, P. A. (2011). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being Among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, 79, 191 – 221.

Wiechman, S. A., Smith, R. E., Smoll, F. L. ve Ptacek, J. T. (2000). Masking effects of social desirability response set on relations between psychosocial factors and sport injuries: A methodological note. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 3 (2), 194 – 202.

6.EKLER

EK-1

Çalışanlara Uygulanan Anket

Değerli Katılımcı,

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır.
Katılımınız için teşekkür ederim.

Cinsiyetiniz: Erkek Kadın

Yaşınız:

Medeni Durum: Evli Bekar

Bulduğunuz pozisyonda kaç yıldır çalışmaktasınız?

SOSYAL İSTENİRLİK ÖLÇEĞİ

(1) Hiç uygun değil (2) Uygun değil (3) Biraz uygun (4) Uygun ve (5) Tamamen uygun anlamına gelmektedir.

1	Verdiğim kararlardan dolayı asla pişmanlık duymam.	1	2	3	4	5
2	Birinin arkasından kesinlikle kötü şeyler konuşmam.	1	2	3	4	5
3	Bana yönelik eleştirileri her zaman dikkate alırım.	1	2	3	4	5
4	Hayatımda hiç hırsızlık yapmadım.	1	2	3	4	5
5	Bir şeyi kafama koyduğumda diğer insanlar nadiren fikrimi değiştirebilir.	1	2	3	4	5
6	Kendi kaderimi yazabileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
7	Bana ait olmayan şeyleri asla almam.	1	2	3	4	5
8	İş veya okuldan izin almak için hasta numarası yapmam.	1	2	3	4	5
9	Verdiğim kararlara çok güvenirim.	1	2	3	4	5
10	Kesinlikle sokağa çöp atmam.	1	2	3	4	5
11	Araç kullanırken hız limitini aşmam.	1	2	3	4	5
12	Diğer insanların benim hakkımda ne düşündüğünü dikkate almam.	1	2	3	4	5
13	Kendime karşı her zaman dürüst davranırım.	1	2	3	4	5
14	Suçlu duruma düşme ihtimalim olmasa bile her zaman yasalara uyarım.	1	2	3	4	5
15	Tamamen mantıklı bir insanım.	1	2	3	4	5
16	İnsanların özel bir şeyler konuştuğunu duyarsam dinlemekten kaçınırım.	1	2	3	4	5
17	Zihnimi dağıtan bir düşünceden uzaklaşmak benim için zor değildir.	1	2	3	4	5
18	Hatalarımı kesinlikle gizlemem.	1	2	3	4	5
19	Kötü alışkanlıklarımı terk etmek bana zor gelmez.	1	2	3	4	5
20	Duygularımın yoğunlaşması düşüncelerimde önyargılı olmama neden olmaz.	1	2	3	4	5
21	Mağaza eşyalarına zarar verirsem kesinlikle bu durumu görevlilere bildiririm.	1	2	3	4	5
22	Diğer insanlar hakkında dedikodu yapmam.	1	2	3	4	5
23	İnsanlara yönelik ilk izlenimimde yanılmam.	1	2	3	4	5
24	Çok mecbur olsam bile yalan söylemem.	1	2	3	4	5
25	Hiçbir kötü alışkanlığım yoktur.	1	2	3	4	5
26	Yaptığım işlerde her zaman doğru adımlar atarım.	1	2	3	4	5
27	Asla cinsel içerikli kitap veya dergi okumam.	1	2	3	4	5
28	Kesinlikle küfür etmem.	1	2	3	4	5
29	Alışverişlerde para üstünü fazla aldığım durumlarda hemen geri veririm.	1	2	3	4	5

ÖZ-DUYARLIK ÖLÇEĞİ

(1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir.

1	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissedirim.	1	2	3	4	5
6	Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5

24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5

EK-2

Emeklilere Uygulanan Anket

Değerli Katılımcı,

Bu çalışmadan elde edilecek bilgiler bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Katılımınız için teşekkür ederim.

Cinsiyetiniz: Erkek Kadın

Yaşınız:

Medeni Durum: Evli Bekar

Kaç yıldır emeklisiniz?

SOSYAL İSTENİRLİK ÖLÇEĞİ

(1) Hiç uygun değil (2) Uygun değil (3) Biraz uygun (4) Uygun ve (5) Tamamen uygun anlamına gelmektedir.

1	Verdiğim kararlardan dolayı asla pişmanlık duymam.	1	2	3	4	5
2	Birinin arkasından kesinlikle kötü şeyler konuşmam.	1	2	3	4	5
3	Bana yönelik eleştirileri her zaman dikkate alırım.	1	2	3	4	5
4	Hayatımda hiç hırsızlık yapmadım.	1	2	3	4	5
5	Bir şeyi kafama koyduğumda diğer insanlar nadiren fikrimi değiştirebilir.	1	2	3	4	5
6	Kendi kaderimi yazabileceğimi düşünürüm.	1	2	3	4	5
7	Bana ait olmayan şeyleri asla almam.	1	2	3	4	5
8	İş veya okuldan izin almak için hasta numarası yapmam.	1	2	3	4	5
9	Verdiğim kararlara çok güvenirim.	1	2	3	4	5
10	Kesinlikle sokağa çöp atmam.	1	2	3	4	5
11	Araç kullanırken hız limitini aşmam.	1	2	3	4	5
12	Diğer insanların benim hakkımda ne düşündüğünü dikkate almam.	1	2	3	4	5
13	Kendime karşı her zaman dürüst davranırım.	1	2	3	4	5
14	Suçlu duruma düşme ihtimalim olmasa bile her zaman yasalara uyarım.	1	2	3	4	5
15	Tamamen mantıklı bir insanım.	1	2	3	4	5
16	İnsanların özel bir şeyler konuştuğunu duyarsam dinlemekten kaçınırım.	1	2	3	4	5
17	Zihnimi dağıtan bir düşünceden uzaklaşmak benim için zordur.	1	2	3	4	5
18	Hatalarımı kesinlikle gizlemem.	1	2	3	4	5
19	Kötü alışkanlıklarımı terk etmek bana zor gelmez.	1	2	3	4	5
20	Duygularımın yoğunlaşması düşüncelerimde önyargılı olmama neden olmaz.	1	2	3	4	5
21	Mağaza eşyalarına zarar verirsem kesinlikle bu durumu görevlilere bildiririm.	1	2	3	4	5
22	Diğer insanlar hakkında dedikodu yapmam.	1	2	3	4	5
23	İnsanlara yönelik ilk izlenimimde yanılmam.	1	2	3	4	5
24	Çok mecbur olsam bile yalan söylemem.	1	2	3	4	5
25	Hiçbir kötü alışkanlığım yoktur.	1	2	3	4	5
26	Yaptığım işlerde her zaman doğru adımlar atarım.	1	2	3	4	5
27	Asla cinsel içerikli kitap veya dergi okumam.	1	2	3	4	5
28	Kesinlikle küfür etmem.	1	2	3	4	5
29	Alışverişlerde para üstünü fazla aldığım durumlarda hemen geri veririm.	1	2	3	4	5

ÖZ-DUYARLIK ÖLÇEĞİ

(1) Hiç bir zaman (2) Nadiren (3) Sık sık (4) Genellikle ve (5) Her zaman anlamına gelmektedir.

1	Bir yetersizlik hissettiğimde, kendime bu yetersizlik duygusunun insanların birçoğu tarafından paylaşıldığını hatırlatmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine ilişkin anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
3	Bir şey beni üzdüğünde, duygularıma kapılıp giderim.	1	2	3	4	5
4	Hoşlanmadığım yönlerimi fark ettiğimde kendimi suçlarım.	1	2	3	4	5
5	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, kendimi bu başarısızlıkta yalnız hissederim.	1	2	3	4	5
6	Zor zamanlarımda ihtiyaç duyduğum özen ve şefkati kendime gösteririm.	1	2	3	4	5
7	Gerçekten güç durumlarla karşılaştığımda kendime kaba davranırım.	1	2	3	4	5
8	Başarısızlıklarımı insanlık halinin bir parçası olarak görmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
9	Bir şey beni üzdüğünde duygularımı dengede tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Kendimi kötü hissettiğimde kötü olan her şeye kafamı takar ve onunla meşgul olurum.	1	2	3	4	5
11	Yetersizliklerim hakkında düşündüğümde, bu kendimi yalnız hissetmeme ve dünyayla bağlantımı koparmama neden olur.	1	2	3	4	5
12	Kendimi çok kötü hissettiğim durumlarda, dünyadaki birçok insanın benzer duygular yaşadığını hatırlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
13	Acı veren olaylar yaşadığımda kendime kibar davranırım.	1	2	3	4	5
14	Kendimi kötü hissettiğimde duygularıma ilgi ve açıklıkla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15	Sıkıntı çektiğim durumlarda kendime karşı biraz acımasız olabilirim.	1	2	3	4	5
16	Sıkıntı veren bir olay olduğunda olayı mantıksız biçimde abartırım.	1	2	3	4	5
17	Hata ve yetersizliklerimi anlayışla karşılarım.	1	2	3	4	5
18	Acı veren bir şeyler yaşadığımda bu duruma dengeli bir bakış açısıyla yaklaşmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
19	Kendimi üzgün hissettiğimde, diğer insanların çoğunun belki de benden daha mutlu olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
20	Hata ve yetersizliklerime karşı kınayıcı ve yargılayıcı bir tavır takınırım.	1	2	3	4	5
21	Duygusal anlamda acı çektiğim durumlarda kendime sevgiyle yaklaşırım.	1	2	3	4	5
22	Benim için bir şeyler kötüye gittiğinde, bu durumun herkesin yaşayabileceğini ve yaşamın bir parçası olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
23	Bir şeyde başarısızlık yaşadığımda objektif bir bakış açısı takınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5

24	Benim için önemli olan bir şeyde başarısız olduğumda, yetersizlik duygularıyla kendimi harap ederim.	1	2	3	4	5
25	Zor durumlarla mücadele ettiğimde, diğer insanların daha rahat bir durumda olduklarını düşünürüm.	1	2	3	4	5
26	Kişiliğimin beğenmediğim yönlerine karşı sabırlı ve hoşgörülü değilimdir.	1	2	3	4	5