

**T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
PSİKOLOJİ PROGRAMI
YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MÜKEMMELİYETÇİLİK VE ARKADAŞLIK KALİTESİ
İLİŞKİSİNDE MÜKEMMELİYETÇİ BENLİK
SUNUMUNUN ROLÜ**

Emine SAKİ

Danışman Doç. Dr. Arzu ARAZ

İZMİR - 2019

YÜKSEK LİSANS
TEZ ONAY SAYFASI

Üniversite : Dokuz Eylül Üniversitesi
Enstitü : Sosyal Bilimler Enstitüsü
Adı ve Soyadı : EMİNE SAKİ
Öğrenci No : 2017800475
Tez Başlığı : Mükemmelliyeçilik ve Arkadaşlık Kalitesi İlişkisindeki Mükemmelliyeçiliğin Benlik Sunumunun Rolü
Savunma Tarihi : 08/07/2019
Danışmanı : Doç.Dr.Arzu ARAZ

JÜRİ ÜYELERİ

<u>Ünvanı, Adı, Soyadı</u>	<u>Üniversitesi</u>
Doç.Dr.Arzu ARAZ	- Dokuz Eylül Üniversitesi
Prof.Dr.Orçun YORULMAZ	- Dokuz Eylül Üniversitesi
Dr.Öğr.Üyesi Gülgün MEŞE	- Ege Üniversitesi

İmza

.....
.....
.....

EMİNE SAKİ tarafından hazırlanmış ve sunulmuş olan bu tez savunmada başarılı bulunarak oy birliği () / oy çokluğu () ile kabul edilmiştir.

Prof. Dr. Metin ARIKAN
Müdür

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Mükemmeliyetçilik ve Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Düzenleyici Rolü” adlı çalışmanın, tarafımdan, akademik kurallara ve etik değerlere uygun olarak yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

10/06/2019

Emine SAKİ



ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

**Mükemmeliyetçilik ve Arkadaşlık Kalitesi İlişkisinde Mükemmeliyetçi Benlik
Sunumunun Rolü**

Emine SAKİ

Dokuz Eylül Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Programı

Bu çalışmanın temel amacı, mükemmeliyetçi kişilik özelliğinden hareketle arkadaşlık kalitesinin yordanmasında, mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracı ve düzenleyici rolünü incelemektir. Araştırma 635 katılımcı (%61.9'u kadın), ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 29.65'tir. Veriler “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt”, “Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği”, “Mcgill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları” ve “Kişisel Bilgi Formu” aracılığıyla toplanmıştır. Değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkiler PROCESS makrosu kullanılarak bootstrap yöntemi (n = 5000 bootstrap örnekleme) ile test edilmiştir. Paralel aracılık modelinin test edilmesi sonucunda “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide “hatalarını söylememe”nin kısmi aracı değişken olarak rol üstlendiği görülmüştür. Buna göre, kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi, hatalarını söylememeyi pozitif olarak yordamaktadır, hatalarını söylememe ise arkadaşlık kalitesini düşürmektedir. Düzenleyici (Moderated) regresyon analizi sonrasında, mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun düzenleyici bir rolünün olmadığı görülmüştür. Yapılan hiyerarşik regresyon analizi sonucuna göre, arkadaşlık kalitesinin en önemli yordayıcıları, varyansın %28'ini açıklayan arkadaşlık ilişkisinin idealdekine benzerliği ve bu ilişkiye verilen önemdir. Elde edilen bulgular ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Mükemmeliyetçilik, Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu, Arkadaşlık Kalitesi.



ABSTRACT

Master's Thesis

**The Role of Perfectionistic Self Presentation in the relation of Perfectionism and
Friendship Quality**

Emine SAKİ

Dokuz Eylül University

Graduate School of Social Sciences

Department of Psychology

Psychology Program

The main purpose of this study is to examine the mediator and moderator role of perfectionistic self-presentation in predicting the quality of friendship based on perfectionism. The study was carried out with 635 participants (61.9% female). The mean age of the participants was 29.65. The data were collected by The Multidimensional Perfectionism Scale-Hewitt", "Perfectionistic Self-Presentation Scale", "McGill Friendship Questionnaire -Friend's Functions" and "Demographic Information Form". The direct and indirect effects between variables were tested with the PROCESS macro using the bootstrap method (n=5000 bootstrapping iterations). As a result of the test of parallel mediation model, it was found that "nondisclosure of imperfection" played a role in partial mediator variable in the relationship between "self- oriented perfectionism" and the quality of friendship. Accordingly, the level of self oriented perfectionism predicts nondisclosure of imperfection positively, and nondisclosure of imperfection decreases the quality of friendship. After moderated regression analysis, it was found that perfectionistic self-presentation had no moderator role in the relationship between perfectionism and friendship quality. According to the results of the hierarchical regression analysis, the most important predictors of the quality of friendship, resemblance to ideal of friendship relationship and given importance to this relationship that explaining 28% of the variance. The findings were discussed within the framework of the related literature.

Keywords: Perfectionism, Perfectionistic Self Presentation, Friendship Quality.

**MÜKEMMELİYETÇİLİK VE ARKADAŞLIK KALİTESİ İLİŞKİSİNDE
MÜKEMMELİYETÇİ BENLİK SUNUMUNUN ROLÜ**

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAY SAYFASI	ii
YEMİN METNİ	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	vii
TABLolar LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ	xi
EKLER LİSTESİ	xii
GİRİŞ	1

**BİRİNCİ BÖLÜM
KURAMSAL ÇERÇEVE**

1.1. MÜKEMMELİYETÇİ KİŞİLİK ÖZELLİĞİ	4
1.1.1. Mükemmeliyetçiliğin Gelişimi	6
1.1.2. Mükemmeliyetçi Bireylerin Özellikleri	7
1.1.3. Mükemmeliyetçiliğe Bakış Açıları	9
1.1.3.1. Tek Boyutlu Bakış Açısı	9
1.1.3.2. İki Boyutlu Bakış Açısı	10
1.1.3.3. Çok Boyutlu Bakış Açısı	11
1.1.4. Mükemmeliyetçilik Hakkında Yapılan Çalışmalar	13
1.2.MÜKEMMELİYETÇİ BENLİK SUNUMU	17
1.2.1.Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu Hakkında Yapılan Çalışmalar	19
1.3.ARKADAŞLIK KALİTESİ	22
1.3.1. Arkadaşlık Kalitesi Hakkında Yapılan Çalışmalar	23

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

2.1.ÇALIŞMANIN AMACI VE HİPOTEZLERİ	26
2.2.KATILIMCILAR	28
2.3.VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	30
2.3.1.Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H)	30
2.3.2.Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği	31
2.3.3.McGill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları (MAÖ-AF)	32
2.3.4.Kişisel Bilgi Formu	33
2.4. İŞLEM	33
2.5.VERİ ANALİZLERİ	34

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

3.1. ÇALIŞMA DEĞİŞKENLERİNE İLİŞKİN TANIMLAYICI İSTATİSTİKLER	36
3.1.1. Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	37
3.1.2. Çalışma Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Analizi Sonuçları	39
3.2. ARACILIK HİPOTEZLERİNİN TEST EDİLMESİ	44
3.2.1. Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller	45
3.2.2. Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller	47
3.2.3. Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller	48
3.3. DÜZENLEYİCİ REGRESYON ANALİZLERİ	48
3.4. HİYERARŞİK REGRESYON ANALİZİ	49

SONUÇ

53

KAYNAKÇA

63

EKLER



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Örneklemin Tanımlayıcı İstatistikleri	s. 29
Tablo 2: Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma, En Yüksek ve En Düşük Puanları	s.36
Tablo 3: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması T- Testi Tablosu	s.39
Tablo 4: Demografik Değişkenler ve Çalışma Değişkenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları	s.43
Tablo 5: Arkadaşlık Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları	s.51

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1: Önerilen Aracılık Modeli.	s. 3
Şekil 2: Önerilen Düzenleyici Model.	s.3
Şekil 3: Önerilen Aracılık Modeli. Yordayıcı değişkenler; (1) Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik, (2) Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik, (3) Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik.	s.27
Şekil 4: Önerilen Düzenleyici Model. Yordayıcı değişkenler; (1) Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik, (2) Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik, (3) Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik.	s.28
Şekil 5: Bağımsız Değişkenin Bağımlı Değişken Üzerindeki Toplam Etkisi ve Paralel Çoklu Aracılık Modeli	s.45
Şekil 6: Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Aracı Rolüne İlişkin Standardize Olmayan Yol Katsayıları	s.47

EKLER LİSTESİ

Ek 1: Etik Kurul İzni	ek s. 1
Ek 2: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu	ek s.2
Ek 3: Kişisel Bilgi Formu	ek s.3
Ek 4: Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H) Örnek Maddeler	ek s.4
Ek 5: Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği Örnek Maddeler	ek s.5
Ek 6: McGill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları Örnek Maddeler	ek s.6



GİRİŞ

Günlük yaşamın akışı içerisinde, belirlediğimiz amaçlar doğrultusunda yol alırız. Amaçlarımız temel gereksinimlerimizin karşılanmasından karmaşık bilişsel süreçlere kadar geniş bir yelpazede çeşitlilik göstermektedir. Söz konusu amaçlarımızı gerçekleştirirken, kendimiz için pek çok görev ve sorumluluk da ediniriz. Kendimiz için standartlar belirleyip bunları yerine getirmeye çalışırız. Bazı kişiler için bu standartlar oldukça yüksek ve herhangi bir hataya yer vermeyecek kadar katı olabilir. Literatürde bu ve benzeri özellikler, mükemmeliyetçi kişilik özelliği kavramı ile çalışılmıştır. Hewitt ve Flett (1991) mükemmeliyetçiliği, gerçektışı kişisel standartlar koyma, herhangi bir hata karşısında gereğinden fazla kaygı duyma, başarıdan şüphe duyma gibi özelliklerle tanımlamışlardır.

Alfred Adler ve Karen Horney gibi psikoanalitik kuramcılarının görüşlerine temellendirilen mükemmeliyetçi kişilik, Hamachek tarafından mükemmeliyetçiliğin “nevrotik” ve “normal” olarak iki şekilde ayrılması gerektiğinin ileri sürülmesi sonrasında tek boyutlu ölçme araçları aracılığıyla çalışılmıştır (Stoeber, 2018). Ancak günümüzde mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu doğasını savunan modeller kabul görmektedir ve bunların en tanınmışlarından biri Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilmiş olan modeldir. Bu modelde mükemmeliyetçilik; “kendine yönelik mükemmeliyetçilik”, “başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik” ve “başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik” alt boyutları ile çalışılmaktadır.

Hewitt ve arkadaşları (2003) mükemmeliyetçiliğin kişilerarası boyutunu derinlemesine inceleyebilmek için “mükemmeliyetçi benlik sunumu” kavramını geliştirmişlerdir. Mükemmeliyetçi kişilik özelliği *mükemmel olma* ihtiyacını yansıtırken, mükemmeliyetçi benlik sunumu basitçe *mükemmel görünme* ihtiyacını yansıtmaktadır. Hewitt ve arkadaşlarına göre mükemmeliyetçi benlik sunumu, temelde bir kişinin mükemmel olduğu izlenimini geliştirme ve mükemmel olmadığı izlenimini önleme amacını içermektedir. Mükemmeliyetçi benlik sunumu “mükemmeliyetçi öz yükseltme”, “hatanın gizlenmesi” ve “hatanın söylenmemesi” olmak üzere üç alt boyut içermektedir.

Kişilerin diğerlerinin kendileriyle ilgili izlenimlerini manipüle etmesi anlamına gelen benlik sunumu, her şeyden önce amaç yönelimli bir kontrol mekanizmasıdır

(Schlenker, 1980). Mükemmeliyetçi benlik sunumunda kusursuz görünme amacıyla, kendini mükemmel olarak gösterme ihtiyacı hisseden bireylerin bu maskenin altına gizlenmelerinin nedeni genellikle kendilerini kusursuz bir yapıdan uzak görmeleridir (Flett, Coulter ve Hewitt, 2012). Bu anlamda mükemmeliyetçi benlik sunumu ile, psikolojik sıkıntı ve mükemmeliyetçilik arasında pozitif bir ilişki mevcuttur (Hewitt ve diğerleri, 2003).

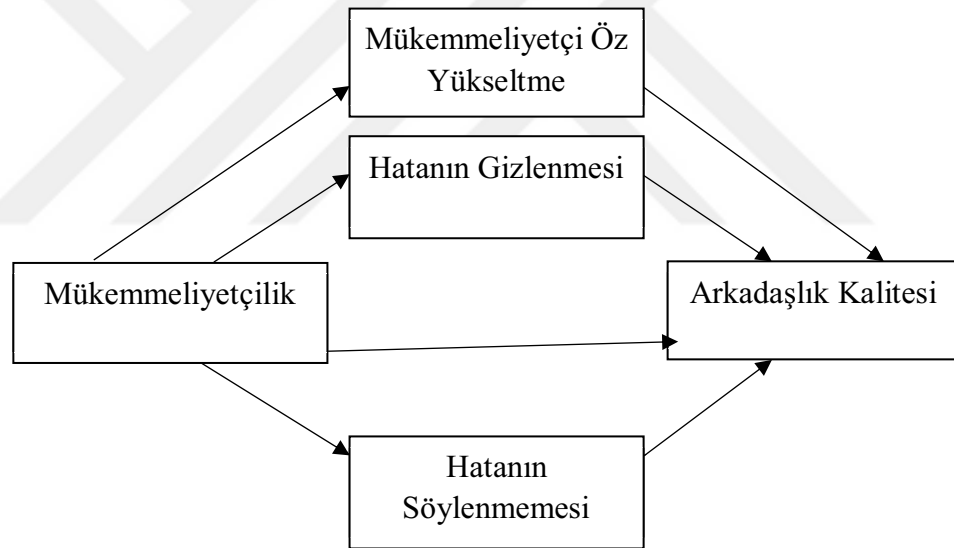
Mükemmeliyetçilik ile kişiler arası problemler, çatışmalar ve ikili ilişkilerde düşmanlık, reddedilme gibi sosyal durumlar ilişkilidir (Mackinnon ve diğerleri, 2012; Mackinnon ve diğerleri, 2017; Shahr ve diğerleri, 2004). Kişiler arası ilişkilerin önemli bir ögesi olarak arkadaşlık yakınlığı düşük olan kişilerde, başkalarının belirlenen mükemmeliyetçiliğin depresif semptomları ortaya çıkardığına ilişkin bulgular mevcuttur (Mackinnon ve diğerleri, 2014). Başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik; yalnızlık, utangaçlık, negatif değerlendirilme korkusu, sosyal benlik saygısının düşüklüğü gibi durumları içeren psikolojik uyum problemleri ile ilişkilidir (Flett, Hewitt ve Rosa, 1996). Başkalarının belirlenen mükemmeliyetçiliği yüksek olan kişilerin algılanan sosyal becerileri de düşüktür (Flett, Hewitt ve Rosa, 1996). Ayrıca yakın ilişkiler açısından önemli bir özellik olan öfke kontrolü ile başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik arasında negatif bir ilişkinin olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Çepikkurt, 2017). Mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu bir yapıya sahip olması ve bahsedilen araştırma bulguları, mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık ilişkisinin niteliği arasında bir ilişki olabileceğini düşündürmüştür.

Kişi için önceleri bir yabancı olarak görülen ve daha sonrasında güçlü duygusal bağlar ile hayatının önemli bir parçası haline gelen arkadaş, insanı insan yapan sosyal ilişkiler için oldukça önemlidir. İnsani duyguların çok yoğun bir şekilde aktarıldığı bu ilişkiler, bazen kişiler için hayatın temel bağlarını oluşturabilmektedir. Arkadaşlık ilişkilerini konu alan pek çok çalışmada arkadaşlığın farklı biçimleri ele alınsa da genel olarak önem gören yönü yakın arkadaş ile olan ilişkidir. Arkadaşlık kişiler arası süreçte hem bir sosyal destek kaynağı oluşturmakta hem de kişinin kendi duygusal problemleriyle baş etmesinde koruyucu bir rol üstlenmektedir (Rose ve Rudolph 2006). Thien, Abd Razak ve Jamil (2013) arkadaşlığın benlik değerini yüceltme, umut etme ve mağduriyetten koruma gibi pozitif etkilere de katkı sağlamasının olası olduğunu ifade etmişlerdir. Arkadaşlık ve mutluluk arasında ise anlamlı ilişkiler

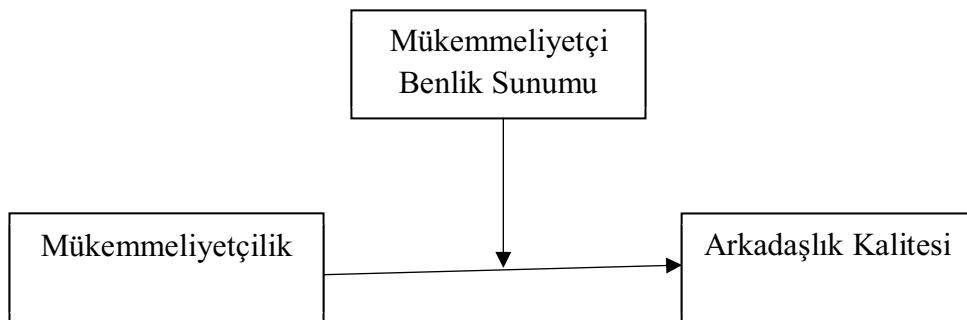
bulunmuştur (Myers, 2000). Arkadaşlık kalitesi ise yukarıda tanımlı yapılan arkadaşlıktan farklı bir yapıyı ifade etmektedir ve “yüksek düzeyde prososyal davranışlar, yakınlık ve diğer pozitif özellikler ile düşük düzeyde çatışma, rekabet ve diğer negatif özellikler ile karakterize edilmektedir” (Berndt, 2002).

Bu araştırmada, arkadaşlık kalitesinin mükemmeliyetçi kişilik özelliğinden etkilenebileceği, arkadaşlık kalitesini yordamada mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının farklı görünümsergileyebileceği ve bu ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracı (mediating) ya da düzenleyici (moderating) bir rol üstlenebileceği öngörülmektedir. Çalışma kapsamında, mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarına (mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatanın gizlenmesi ve hatanın söylenmemesi) ayrı ayrı bakılacak olup aracılık ile düzenleyici rolleri araştırılacaktır. Şekil 1 ve 2’de test edilecek modeller sunulmuştur.

Şekil 1: Önerilen Aracılık Modeli.



Şekil 2: Önerilen Düzenleyici Model.



BİRİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. MÜKEMMELİYETÇİ KİŞİLİK ÖZELLİĞİ

Kişiden kişiye farklı örüntüler gösteren, aynı olaylara farklı tepkiler vermemizi sağlayan yapılardan biri olan kişilik kavramı hakkında literatürde oldukça çeşitli açıklamalar yapılmaktadır. Costa, McCrae ve Kay (1995: 124) kişiliği, hayatın pek çok farklı alanını etkileyen, genellikle bireylerin kendileri ya da diğerleri hakkında uyumlu, dikkatli, kaygılı gibi tanımlamalar yapmasına olanak veren ve görece kalıcı olan düşünce, duygu ve davranış örüntüleri olarak açıklamışlardır. Literatürde ifade edilen ortak özelliklere bakıldığında ise kişilik için şunlar söylenebilir: Kişinin kendisine özgü olan, kendi içerisinde uyumlu bir sistem olan ve kişiyi diğerlerinden ayıran özellikler bütünüdür, davranışlar yolu ile çıkarsaması yapılır, hem çevreden hem de genetikten etkilenen iç ve dış etkenlere karşı duyarsız olmayan bir süreçtir, tutarlıdır, zamana ve durumsal faktörlere karşı sabit ve süregelen olma eğilimindedir (İnanç ve Yerlikaya, 2014).

Bir kişilik özelliği olarak ele alınan mükemmeliyetçilik için literatürde en fazla öne çıkan özellik, kişilerin gerçekleştirecekleri performansları için yüksek standartlar belirlemesidir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Stoeber (2018) mükemmeliyetçiliği kusursuzluk çabası ve kişinin kendi davranışlarını sürekli gözden geçirerek performansı için yüksek standartlar belirlemesi ile karakterize edilen çok boyutlu bir kişilik durumu olarak tanımlamaktadır. Mükemmeliyetçi bir kişi yapacağı her şeyde en iyi performansı sergilemek için çabalayan kişidir (Shafran, Egan ve Wade, 2010).

Mükemmeliyetçilik, kişi için hayatın herhangi bir alanında sergilenebilir. Örneğin, iş yerinde, romantik ilişkilerinde, spor veya egzersizlerinde, dış görünüşünde, kilosunda, kişisel hijyeninde, ev tasarımı, sosyal performansında veya arkadaşlıklarında. Kısacası kişi için önemli olan herhangi bir alanda, kişinin mükemmeliyetçiliğini görmemiz söz konusu olabilmektedir (Shafran, Egan ve Wade, 2010). Bu farklı yaşam alanlarında, durumun gerektirdiği işleri en iyi şekilde yapabilmek için durmadan çaba gösterilir. Fakat mükemmeliyetçi kişiler sıklıkla bu

abaların yetersiz olduğunu ve belirledikleri yüksek standartları karşılayamadıklarını düşünürler. Örneğin, sınavı çok çalışarak giren bir ğrenci, sınıfta en yüksek notu almıştır fakat bu mutluluğu kısa sürer çünkü ya soruların çok kolay olduğunu ya da neden tam not alamadığını düşünerek yeterince başarı yakalayamadığı kanısına varır.

Mükemmeliyetçi davranışlar ile uygun yüksek standartlar belirleme arasındaki farklara odaklanarak mükemmeliyetçilik kavramı daha iyi anlaşılabilir. Bu aşamada söz konusu farklılıkları belirleyebilmek için bazı sorular sormak gerekmektedir: Bu hedefe ulaşılabilir mi? Bu standart karşılanmalı mı? Gösterilen çaba standardı karşılamak için yeterli mi? Gerektiğinde standartlarda düzenlemeye gidilip inançlar değiştirilebilir mi? Örneğin, temizlik davranışı çoğu insan için az çaba ile gerçekleştirilir. aba ve elde edilen fayda oranında yüksek bir fayda sağlanır ve gerektiğinde bu davranış esnetilebilir (cerrahlar ameliyat öncesi ellerinin temizliğine oldukça dikkat ederler ancak bir kamptayken bu onlar için o kadar da önemli olmaz). Bu şekilde belirlenen standartlar uygunluğunu korurken genellikle kliniklerde rastlanan örnekleri ile Obsesif Kompulsif Bozukluk tanısı almış olan ve temizlik için aşır, esnetilemez bir davranış örüntüsü gösteren kişilerin mükemmeliyetçi bir örüntü sergiledikleri düşünülebilir (Antony ve Swinson, 2009). Buradan hareketle, literatürde genellikle “yüksek standartlar belirleme” ile eř değer görülen mükemmeliyetçilik kavramını açıklarken bu yüksek standartların esnetilebilirlik derecesine bakmak önem kazanmaktadır.

Burns’e (1980b) göre, mükemmeliyetçi kişiler yalnızca kendilerini bulundukları konumdan daha st bir seviyeye taşıyan hedefler belirlemekle kalmayıp, takıntılı bir şekilde ulaşılması zor olan, imknsız hedefler seçmekte; kendi değerlerini, koydukları bu hedeflere ulaşıp ulaşamama ile belirlemektedirler. Başarısızlığa karşı oldukça hassas olan bu bireyler, kendilik değerlerini sadece sağladıkları başarılar üzerinden kurmaktadırlar. Burns (1980b), mükemmeliyetçi kişilik özelliğine sahip bireylerin, çoğunlukla sosyal ilişkilerinde sorunlar yaşadıklarını vurgulamıştır. Çünkü diğerleri tarafından ancak başarılı ve mükemmel olurlarsa kabul göreceklerine dair bir düşünce yapısına sahiptirler. Karşı tarafa kusurlu ve yetersiz bir imaj bırakmaktan korkan bu kişiler, gerçek duygu ve düşüncelerini saklama yoluna giderler. Bu nedenle de kendilerini yeterince amayıp sıcak ve samimi ilişkiler geliştiremezler. Burns (1980b) pek çok mükemmeliyetçi kişinin, kişiler arası ilişkilerinin sekteye uğradığını

dolayısıyla yalnızlık çektiklerini savunur. Bunun çevreden aldıkları eleştirileri yapıcı bir şekilde değerlendirememekten ve bu eleştirileri benliklerine yönelik bir tehdit olarak algılamaktan kaynaklandığını ifade eder. Yaşadıkları kişiler arası sorunların sonucu olarak, diğerlerine kendilerini kabul ettirebilmek için mükemmel olmaları gerektiği inancı pekişir ve bu durum nedeniyle mükemmeliyetçi kişiler, sosyal ilişkilerinde kendilerini kısırdöngü içerisinde bulurlar. Onaylanmama ve reddedilmeye karşı aşırı hassas oldukları için, sosyal ortamlarda ödülün ziyade ceza ile karşılaşır.

1.1.1. Mükemmeliyetçiliğin Gelişimi

Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan incelemeler, erken çocukluktan itibaren mükemmeliyetçi yapının oluşmaya başladığını göstermektedir (Flett, Russo, & Hewitt, 1994). Çocuğun erken çocukluk döneminde hayatının odak noktasında yer alan anne baba, bu kişilik yapısının gelişimi ile ilgili olan açıklamalarda önemli bir rol oynamaktadır. Çocukları için oldukça yüksek standartlar belirleyen ebeveynler, istedikleri performans gerçekleşene kadar çocuklarına onay vermediklerinden, çocuklar hiçbir zaman bu standartları karşılamayacaklarını düşünmekte ve ebeveynlerinden sevgi ve onay alabilmek için büyük bir çaba sarfetmektedirler (Frost ve arkadaşları, 1990).

Hamachek (1978) “normal” ve “nevrotik” olarak sınıflandırdığı mükemmeliyetçiliğin bu boyutlarının farklı anne baba tutumları tarafından şekillendiğine vurgu yapmaktadır. Nevrotik mükemmeliyetçilerin aileleri, çocukları için ulaşılması güç başarı standartları koymakta ve bu standartlar karşılanmadığında oldukça eleştirel bir tutum takınmaktadırlar. Normal mükemmeliyetçilerin aileleri de yüksek standartlar belirlemekte ancak hem kendileri için hem de çocukları için belirledikleri standartların karşılanmaması halinde, eleştirel bir şekilde davranmamaktadırlar (Rice & Dellwo, 2002).

Burns (1980) mükemmeliyetçiliğin gelişiminin çocuğun koşullu olarak kabul gördüğü ya da hiç kabul görmediği ortamlarda yetiştirilmesinden kaynaklandığını öne sürerken; Barrow ve Moore (1983) ise mükemmeliyetçi kişiliğin gelişmesine neden olan 4 farklı ebeveyn yaklaşımından bahsetmişlerdir: (1) Oldukça eleştirel ve talepkar olan ebeveynler, (2) Yüksek performans beklentileri olan ebeveynler, (3) Koşulsuz

kabul eksikliği olan ebeveynler, (4) Mükemmeliyetçi tutum ve davranışlar sergileyen ebeveynler.

Frost, Lahart ve Rosenblate (1991) kız çocukları ve onların anne babalarından mükemmeliyetçilik ölçümleri alarak çocukların ve ebeveynlerin mükemmeliyetçilikleri arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Çalışma sonunda kızların mükemmeliyetçilik puanları, annelerinin mükemmeliyetçilik puanları ile ilişkili bulunurken babalarının mükemmeliyetçilik puanları ile ilişkili bulunmamıştır. Ayrıca annelerin mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça kızların psikopatolojik semptomlarının da arttığı bulgusunu elde etmişlerdir. Flett, Hewitt ve Singer (1995) ise mükemmeliyetçiliğin gelişimi ile ilgili ebeveyn stillerini araştırdıkları çalışmalarında, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin otoriter anne baba tutumu ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yani oldukça talepkar ve cezalandırıcı olan ve ev ortamında sıkı disiplin kuralları bulunan ebeveynlerin çocukları, kendilerinden beklentinin çok yüksek olduğu ile ilgili inanışlara sahiptirler.

1.1.2. Mükemmeliyetçi Bireylerin Özellikleri

Kişilerin içinde bulundukları çevresel ve kültürel ortam, aile yaşamı, korkular, deneyimler gibi faktörlerin farklılaşması sebebiyle bir kişinin mükemmel olarak algıladığı bir durum diğeri için aynı şekilde algılanmayabilir (Kıral, 2012). Bireysel farklılıklar nedeniyle mükemmeliyetçilik her kişide aynı örüntüyü göstermeyebilir. Bu sebeple birçok araştırmacı mükemmeliyetçiliğe yönelik farklı açıklamalarda bulunmuştur (örn; Adler, Horney, Hollander, Ellis, Hewitt ve Flett). Fakat yine de bir kişilik özelliği olarak ele alınan mükemmeliyetçilik için ortak bazı özellikler belirlemek mümkündür. Antony ve McCabe (2006) mükemmeliyetçi kişiliğe ilişkin özellikleri bilişsel ve davranışsal açıdan kategorilendirmişlerdir. Araştırmacılara göre mükemmeliyetçiliğin bilişsel özellikleri, kişilerin hem kendilerine hem de diğerlerine karşı çarpık tutumlarını yani diğerleriyle uygun olmayan sosyal kıyaslamaları ve kendini olduğu gibi kabul etmekten ziyade sürekli bir eleştiri halinde olmayı içermektedir. Buradan yola çıkarak Antony ve McCabe (2006: 273) mükemmeliyetçiliğe ilişkin bilişsel özellikleri şu şekilde sıralamışlardır:

(1) Kişilerin yüksek standartlar ile birlikte katı kuralları hem kendisi hem de çevresi için belirlemesi,

(2) Genellikle gerçekleştirilen performansın negatif taraflarına odaklanması,

(3) “Ya hep ya hiç” tarzı düşünme biçiminin yaygın olması,

(4) Kişilerin performanslarını kendi konumlarından daha yüksek olan kişilerle karşılaştırması,

(5) Kendilerini değerlendirme kriterlerinin performanslarına dayalı olması.

Mükemmeliyetçiliğin davranışsal özellikleri ise şu şekilde sıralanabilir (Antony ve McCabe, 2006, 273-274):

(1) Bir işi yapabilmek için belirli standartların oluşmasını beklemek (odayı ayrı bir zamanda değil de, bütün evin temizleneceği zaman temizlemek).

(2) İşleri tamamlarken belli bir yöntem kullanmak (hiç buruşukluk kalmayınca kadar ütü yapmak).

(3) Eşyaların yerlerini katı bir şekilde düzenleme gereksinimi (nesneler olması gereken yerlerinde oluncaya kadar uğraşmak).

(4) Standartları yerine getirememe korkusu nedeniyle pek çok durumdan kaçınma (yeterince mükemmel olmadığı izlenimi vermek yerine o ortamdan uzaklaşmak).

(5) İşlerinde mükemmelliğe ulaşamayacağını düşünüp sürekli erteleme (iş yapmak yerine plan yapmakla vaktini harcamak).

(6) Amaçlarla ilgili olmayan fakat amaçları engelleyeceği düşünülen haz verici faaliyetleri ihmal edici kişisel kontrol stratejileri geliştirmek (arkadaşları ile dışarı çıkmamak, sinemaya gitmemek).

(7) Yapılan işlerde kusursuzluğa ulaşana kadar yapmaya devam etmek, sürekli kontrol etmek, yapılandan tatmin olmamak (bir iş kusursuz olana kadar üzerinde çalışmak).

Sayılan özelliklerden de görüldüğü gibi mükemmeliyetçiliğin davranışsal boyutu gerçek dışı standartlarla meşgul olma ile ilişkiliyken, bilişsel boyut bu gerçek dışı standartlara ilişkin inançlar, yorumlar, değerlendirmelerle ilişkilidir (Kıral, 2012).

1.1.3. Mükemmeliyetçiliğe Bakış Açıları

Mükemmeliyetçilik her ne kadar belirli sınırlar içerisine oturtulmaya çalışılsa da öncelikli olarak bir kişilik özelliği olmasından dolayı etki alanı oldukça geniştir. Farklı kişilerin, farklı düzeylerde ve farklı şekillerde mükemmeliyetçiliklerini ifade etmesi bu alanın anlaşılmasını güç kılmış, dolayısıyla farklı bakış açıları ortaya çıkmıştır (Stoeber, 2018). Önceleri uyumsuz bir kişilik özelliği olarak algılanan mükemmeliyetçiliğin olumsuz tarafları baskınken daha sonraları kişinin diğerlerine uyumunu etkilemediği sürece normal olarak ele alınabileceği vurgulanmıştır. Güncel olarak ise artık mükemmeliyetçiliğin farklı alanlarda farklı şekillerinin olabileceği ve aktarıldığı yere göre değişik biçimler alabileceği tartışılmaya başlanmıştır. Bu anlamda tek boyutlu bakış açısı, iki boyutlu bakış açısı ve çok boyutlu bakış açısını incelemek mükemmeliyetçiliği derinlemesine anlamak için bir kılavuz olabilir.

1.1.3.1. Tek Boyutlu Bakış Açısı

Mükemmeliyetçilik için yapılan açıklamalar Psikoanalitik Kuramın temellerini atan Sigmund Freud, Alfred Adler, Karen Horney gibi kuramcılara dayanır. Bu kuramcılar mükemmeliyetçiliğin daha çok olumsuz özellikleri üzerinde durup tek boyuta odaklanmışlardır. Örneğin Adler, mükemmeliyetçiliği kişinin doğuştan getirdiği ve aşağılık duygularını ödünlemeye çalıştığı bir üstünlük çabasıyla açıklamaktadır. Üstelik bu çabanın hem bireysel hem de toplumsal düzeyde olabileceğini yani aslında içinde yaşanılan kültürün de mükemmelleştirilmeye çalışıldığını ifade etmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2014).

Tek boyutlu bakış açısı ile mükemmeliyetçilik açıklamalarını yapan Burns (1999), mükemmeliyetçi kişilerin yaşamları için kendilerine katı kurallar koyduklarını, mümkün olmayan beklentiler içerisine girdiklerini ve mükemmeliyetçiliğin “ya hep ya hiç” ilkesini barındırdığını savunur. Siyasi bir yarış kaybeden bir lideri ya da ders notu B gelen bir öğrenciyi düşünelim. Düşünme stillerinin şu şekilde olması muhtemeldir: “ben bir hiçim”, “tamamen başarısız oldum”, “yetersiz ve değersiz biriyim”. Burns’e (1999) göre, bu şekilde değerlendirci

düşünceler gerçek dışıdır, çünkü hayatta her şey tamamen mükemmel, tamamen berbat, tamamen çekici ya da tamamen çirkin değildir.

Mükemmeliyetçiliği tek boyut ile açıklamaya çalışan araştırmacılar daha çok gözlem yöntemini kullanarak ve klinik deneyimlerinden hareketle açıklamalarını yapmışlardır. Ayrıca sadece kişilerin kendileri ile ilgili olan mükemmeliyetçiliklerine odaklanmışlardır (Mızrak, 2006).

1.1.3.2. İki Boyutlu Bakış Açısı

Mükemmeliyetçiliğin daha çok olumsuz özelliklerine atıf yapan tek boyutlu bakış açısına karşın farklı durumlar söz konusu olduğunda, mükemmeliyetçiliğin normal olarak da nitelendirilebileceği görüşü ortaya atılmıştır. Mükemmeliyetçiliği “normal” ve “nevrotik” olmak üzere iki boyutta ele alan Hamachek (1978), normal mükemmeliyetçilerin kendilerine ulaşılabilir ve makul hedefler koyduklarını, bu hedeflere ulaşmak için gösterdikleri çabadan zevk aldıklarını ve hedeflerin sonucunda ise doyum sağladıklarını vurgulamıştır. Hamachek’e (1978) göre, nevrotik mükemmeliyetçiler ise kendileri için irrasyonel hedefler koymakta, bu hedeflere ulaşmayla ilgili başarısızlık korkusu yaşamakta ve hiçbir zaman elde ettikleri sonucu yeterli bulmayıp memnun olmamaktadırlar.

Rice ve Dellwo (2002) ise sonuca odaklanmış ve mükemmeliyetçi kişilerin herhangi bir başarısızlık durumundaki tepkilerini incelemişlerdir. Sonuçta, normal mükemmeliyetçilerin başarısızlık yaşasalar bile kendilerine olan saygılarını koruyup, kendilerini değerli hissettiklerini; nevrotik mükemmeliyetçilerin ise hedeflerine ulaşamadıkları koşulda kendilerine olan saygılarını yitirdikleri bulgusunu elde etmişlerdir.

Farklı bir bakış açısıyla mükemmeliyetçilik, *mükemmeliyetçi çabalar* (perfectionistic strivings) ve *mükemmeliyetçi kaygılar* (perfectionistic concerns) olarak da ele alınabilir (Stoeber & Otto, 2006). Mükemmeliyetçi çabalar, kusursuzluk için verilen uğraşları ve performansa yönelik yüksek standartlar belirlemeyi ifade etmektedir. Bu anlamda mükemmeliyetçi çabalar mükemmeliyetçiliğin olumlu yönleriyle ilgilidir. Mükemmeliyetçi kaygılar ise, hata yapmaktan endişe duymayı, yapılan hatalar karşısında negatif değerlendirilme korkusunu ve kişilerin

performansları ile beklentileri arasındaki uyumsuzluğu ifade etmektedir (Stoeber, 2011). Mükemmeliyetçi kaygılar ise, mükemmeliyetçiliğin olumsuz yönleriyle ilgilidir.

1.1.3.3. Çok Boyutlu Bakış Açısı

Yukarıda sunulan bakış açıları, mükemmeliyetçiliği, sadece kişilerin kendilerini esas aldığı sığ bir alan olarak değerlendirdikleri ve mükemmeliyetçilik kavramını tam anlamıyla açıklamada yetersiz kaldıkları için eleştirilmiştir. Mükemmeliyetçiliğin aslında farklı alt boyutlarının olabileceği ve kişinin dışında var olan çevreyi de ilgilendirebileceği savunulmuştur (Hewitt ve Flett, 1991). İki grup araştırmacı mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu doğasına öncülük etmişlerdir: Frost ve meslektaşları (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990) ile Hewitt ve Flett (1991b).

Frost ve arkadaşları (1990), mükemmeliyetçiliğe dair altı alt boyut belirlemişlerdir. Bu alt alanlar şu şekilde sıralanabilir: hatalara karşı aşırı ilgi (concern over mistakes), kişisel standartlar (personal standards), ebeveyn beklentileri (parental expectations), eleştirel ebeveyn tutumları (parental criticism), davranışlardan şüphe (doubts about actions) ve düzen (organization). *Hatalara karşı aşırı ilgi*, yapılan hataların başarısızlıkla eşdeğer olduğu ve bu hatalar sonucunda diğerlerinin saygısını kaybedeceğini düşünme eğilimidir. *Kişisel standartlar* alt boyutu, kişilerin hedefleri için yüksek standartlar belirlemeleri ve kendilerini değerlendirme biçimlerinin bu performansları üzerine kurulu olmasını ifade etmektedir. *Ebeveyn beklentileri*, mükemmeliyetçi kişilerin, ebeveynlerinin onlar hakkında ulaşamayacakları standartlara sahip olduklarıyla ilgili düşüncelerini ve bu standartlara ulaşamadığında onların sevgisini ve kabul ediciliğini kaybedecekleri algısını kapsamaktadır. *Eleştirel ebeveyn tutumları*, kişinin gerçekleştirdiği performansının ebeveynleri tarafından yetersiz görüldüğüne dair düşünceleridir. *Davranışlardan şüphe* alt boyutu, bir davranışın doğru ve eksiksiz yapıldığına dair emin olamama durumudur. *Düzen* alt boyutu ise, tertipli, düzenli olmaya verilen önem ile ilgili alt boyuttur.

Hewitt ve Flett (1991) ise çok boyutlu mükemmeliyetçiliğe ilişkin başka bir model ortaya koymuş ve “kendine yönelik (self-oriented) mükemmeliyetçilik”, “başkalarına yönelik (other-oriented) mükemmeliyetçilik” ve “başkalarınca belirlenen

(socially prescribed) mükemmeliyetçilik” olmak üzere üç alt boyut belirlemişlerdir. *Kendine yönelik mükemmeliyetçilik*, benlik ile ilgili gerçektışı standartlar ve mükemmeliyetçi motivasyonu, *başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik*, diğerleriyle ilgili gerçektışı standartlar ve mükemmeliyetçi motivasyonu ve *başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik* ise kişi için önemli olan diğerlerinin, kişinin mükemmel olmasını umduğu inancını ifade etmektedir.

Kendine yönelik mükemmeliyetçiler, kendileri için katı standartlar belirler ve kendilerini sıkı bir şekilde eleştirirler. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçiler ise temelde kendine yönelik mükemmeliyetçilerle benzerdirler fakat burada hedef kişinin kendisi değil diğerleridir. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, kişi için önemi olan diğerleri hakkında gerçektışı standartlar belirleme ve onların yetenekleri hakkında bir beklenti içine girmeyi ifade etmektedir. Kendine yönelik mükemmeliyetçiler davranışları ile ilgili olarak kendilerini eleştirirler ve cezalandırırlar, oysa başkalarına yönelik mükemmeliyetçiler, davranışları karşılığında diğerlerine karşı düşmanlık besleyebilirler, onları suçlayabilirler ya da onlara karşı güven duygularını kaybedebilirler. Başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğe sahip olanlar ise üzerlerinde mükemmel olma yönünde bir baskı hissederler. Kişilerin çevresindeki önem verdiği kişiler tarafından belirlendiği varsayılan standartlar, kişiye oldukça fazla gelmekte ve kontrol edilmesi güç bir hal almaktadır. Temelinde diğer insanları memnun edememe korkusu ile bu duyguları yaşayan kişiler, çevrelerinden alacakları olumsuz eleştirilere karşı aşırı duyarlıdırlar ve diğerlerinin onayını alabilmek onlar için çok önemlidir. Çünkü bir yandan bu standartlara ulaşmaya çalışmakta öte yandan büyük bir negatif değerlendirilme korkusu yaşamaktadırlar (Hewitt ve Flett, 1991).

Var olan çok boyutlu mükemmeliyetçilik yaklaşımları (Frost ve arkadaşları, 1990; Hewitt ve Flett, 1991) karşılaştırıldığında Frost ve diğerlerinin modelindeki “hatalara karşı aşırı ilgi” ve “yüksek kişisel standartlar” alt boyutlarının Hewit ve Flett’in modelindeki kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile, “ebeveyn beklentileri” ve “ebeveyn eleştirileri” alt boyutlarının ise başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile benzer yapıları ifade ettiği düşünülebilir (Özçiçek, 2014).

1.1.4. Mükemmeliyetçilik Hakkında Yapılan Çalışmalar

Mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu doğasına ilişkin yapılan açıklamalarda, mükemmeliyetçiliğin sosyal boyutlarına vurgu yapılarak hem başkaları için belirlediğimiz mükemmeliyetçilik standartları hem de başkalarının bizim için belirlediğine inandığımız mükemmeliyetçilik standartları önem kazanmıştır. Buradan yola çıkarak Hewitt, Flett ve Rosa'nın (1996) yaptıkları bir çalışmada, 105 öğrenciden oluşan bir örnekleme, hem çok boyutlu mükemmeliyetçilik hem de psikososyal uyum ve algılanan sosyal yetenekler için ölçümler alınmıştır. Başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik puanı yüksek olan katılımcıların psikososyal uyum problemlerinin olduğu, yalnızlık, utangaçlık gibi duygularla birlikte negatif değerlendirilme korkusu yaşadıkları, sosyal benlik saygılarının, duygularını ifade etme düzeylerinin ve algılanan sosyal yeteneklerinin daha düşük olduğu, duygusal kontrol ve sosyal olarak duyarlılık düzeylerinin ise daha yüksek seviyelerde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Mackinnon, Sherry, Pratt ve Smith (2014) başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilikleri yüksek olan kişilerin, ego odaklı kişilerarası problemler yaşamaları koşulunda depresif duygu durumunun ortaya çıktığı görüşünden (Hewitt ve Flett, 1993; 2002) yola çıkarak bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmalarının hipotezi başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile depresyon arasında arkadaşlık yakınlığının düzenleyici bir rol oynadığıdır. Arkadaşlık yakınlığı ölçümleri kişilerin otobiyografik öykülerinden elde edilmiş olup, çalışmada hem bu öyküleri içeren nitel yöntem hem de kapalı uçlu anketlerle desteklenen nicel yöntemi içeren karışık metot uygulanmıştır. Çalışmaya 127 üniversite birinci sınıf öğrencisi katılım göstermiştir. Yarıyıl tatili ve yaz tatili ölçümlerini içeren 130 günlük bir sürede çalışma gerçekleşmiştir. Dolayısıyla bu özelliğiyle boylamsal bir çalışmadır. Böylelikle depresif semptomların zaman içerisindeki değişimi daha tutarlı bir yöntemle incelenmiştir. Çalışmanın sonuçları göstermiştir ki, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğe sahip (fakat kendine yönelik mükemmeliyetçiliği olmayan) kişiler sadece düşük arkadaşlık yakınlığına sahip olduklarında, zamanla depresif semptomlar gösterme eğilimindedirler. Söz konusu çalışma kapsamında, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin ise depresif duygulanım ile ilişkili olmadığı görülmüştür.

Hewitt ve Flett (1991) arka arkaya gerçekleştirdikleri çalışmalarda şu bulguları elde etmişlerdir: Birinci çalışma 156 psikoloji öğrencisiyle çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarına ilişkin bazı sonuçlar içermektedir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile sosyal arzulanırlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmazken, sosyal arzulanırlık ile başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik arasında az da olsa negatif bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca alt boyutlar ile cinsiyetler arasındaki farka bakıldığında, yalnızca başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik açısından fark bulunmuş; erkeklerin puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bin yüz altı üniversite öğrencisi ve 263 psikiyatri hastasıyla yapılan ikinci çalışmada, öğrenci örnekleminde üç alt boyut arasında cinsiyet açısından bir fark bulunmamış, hasta örnekleminde ise başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik puanlarının erkeklerde kadınlardan daha yüksek olduğu, diğer alt boyutlarda ise cinsiyet açısından bir fark olmadığı bulguları elde edilmiştir. Ayrıca çalışmada hem öğrenci grubu hem de hasta grubu için gözlemcilerin değerlendirmeleri ve mükemmeliyetçilik puanları arasındaki korelasyonlara da bakılmış ve her bir alt boyut için orta dereceli korelasyonlar bulunmuştur.

Üçüncü çalışmada, kişilik, psikopatoloji ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğini dolduran 104 öğrenci (bunlardan random olarak seçilen otuz dördü üç ay sonra aynı testleri tekrar doldurmuşlardır), çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği ve narsisizm ölçeğini dolduran 93 öğrenci ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği ile birlikte otoriteriyenlik ve baskınlık ölçümleri alınan 45 kadın öğrenci olmak üzere üç farklı örneklem üzerinde çalışılmıştır. Sonuçta kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile yüksek standartlar, kendini değerlendirme, kendini suçlama gibi benlik ile ilgili ölçümler arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile minimum benlik standartları kadınlar için anlamlı bir şekilde ilişkiliyken erkekler için aralarında ilişki bulunmamıştır. Diğer taraftan kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile diğerlerinin onayını bekleme, negatif değerlendirilme korkusu, kontrol odaklı olma, otoriteriyenlik, diğeri odaklı suçlama değişkenleri ile ilişkisiz bulunmuştur. Benlik ölçümleri ile başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ile diğerlerini suçlama,

otoriteriyenlik ve baskınlık arasında pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile, diğerlerinin onayını alma, negatif değerlendirilme korkusu ve kontrol odaklı olma arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Narsisizm ise kendine yönelik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ile anlamlı bir ilişki içinde olup başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile ilişkisiz bulunmuştur. Bu sonuçlarla beraber ayrıca alınan mükemmeliyetçilik ölçümlerinin zaman içerisinde kısmen kalıcı olduğu bulunmuştur.

Uyumsuzluk ve negatif duygulanımın mükemmeliyetçilik ile arasındaki ilişkisine bakılan dördüncü çalışma ise 91 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak suçluluk, hayal kırıklığı ve kızgınlık gibi duygular ile kendine yönelik mükemmeliyetçilik arasında ve başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile kızgınlık arasında anlamlı ilişkiler bulunurken, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ile duygu ölçümleri arasında bir ilişki bulunmamıştır.

Yüz üniversite öğrencisiyle mükemmeliyetçilik ve performans beklentisi arasındaki ilişkiyi araştıran, Hewitt ve Flett'in (1991) Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin kullanıldığı bir çalışmada (Hassan, Fattah, Maugoud ve Badary, 2012), hem kendine yönelik hem de başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile performans beklentisi (kişilerin akademik olarak ne kadar başarılı olacaklarına dair inançları) arasında pozitif bir korelasyon bulunmuştur. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyleri yüksek kişilerin performans beklentileri, başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyleri yüksek kişilerden anlamlı bir şekilde yüksektir.

Mükemmeliyetçilik ile evlilikle baş etme becerileri ve evliliğin işleyişi arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada (Flett, 2003) çiftlerle çalışılmış; başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile uyumsuz evlilikle baş etme becerileri ve zayıf evlilik uyumu hem kişi için hem de partneri için ilişkili bulunmuştur. Ayrıca başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile zayıf evlilik uyumu arasında negatif baş etme becerileri yine her iki taraf için de aracı bir rol üstlenmiştir.

Bıyıkoglu ve Egeci'nin (2017) 290 evli çiftle gerçekleştirdikleri bir çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan ve problem odaklı baş etme stratejilerini daha çok kullanan bireylerin daha yüksek düzeyde evlilik uyumu raporladıkları görülmüştür. Bu çalışmada en yüksek evlilik uyumu puanı

kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanları yüksek olan kadınlarda, en düşük evlilik uyumu puanı ise kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanları düşük olan kadınlarda gözlenmiştir.

Üniversite öğrencileriyle gerçekleştirilen bir başka çalışmada (Saticı, 2018), mükemmeliyetçilik ve romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rolleri incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, mükemmeliyetçilik düştükçe duygusal zeka ve bilinçli farkındalık artmakta ve bu artış sonucunda romantik ilişki doyumu da artmaktadır. Kısmi aracılığın bulunması nedeniyle mükemmeliyetçiliğin romantik ilişki doyumu üzerinde doğrudan etkisi de söz konusudur. Buna göre mükemmeliyetçilik arttıkça romantik ilişki doyumu azalmaktadır.

Yüz yirmi üç öğretim elemanı ile gerçekleştirilen ve mükemmeliyetçilik ile sosyoduygusal yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada (Kıral ve Çavuş, 2017), öğretim elemanlarının mükemmeliyetçilik düzeyleri ortalamanın üzerinde bulunmuş ve alt boyutlar karşılaştırıldığında kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarının en yüksek olduğu görülmüştür. Kendine yönelik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik puanları ile sosyal duygusal yalnızlık düzeyleri arasında negatif yönlü düşük bir korelasyon elde edilmiş; başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin yalnızlığı anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur.

Bir başka çalışmada ise (Saraç, 2017), mükemmeliyetçilik ve öz yeterlik arasındaki ilişki incelenmiştir. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin kullanıldığı bu çalışmada, mükemmeliyetçiliğin hatalara karşı aşırı ilgi, kişisel standartlar, ebeveyn beklentileri, eleştirel ebeveyn tutumları, davranışlardan şüphe ve düzen boyutları ile öz yeterlik arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Orta düzeyli ve pozitif yönde bulunan ilişkiler bütün alt boyutlar için yakın değerlerde olup davranışlardan şüphe alt boyutu ile öz yeterlik arasında daha büyük bir ilişki elde edilmiştir.

Annenin mükemmeliyetçilik düzeyi, çocuğun benlik kavramının olumluluğu ve anne kabul red algısı arasındaki ilişkileri inceleyen Özçiçek (2014), 150 anne ve onların çocukları ile çalışmıştır. Annenin kendine yönelik ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeyinin yüksek olmasının, çocuğun benlik kavramının olumluluğunu negatif yönde etkilediği, annenin başkalarınca belirlenen

mükemmeliyetçilik düzeyinin ise çocuğun benlik kavramını etkilemediği bulgusu elde edilmiştir.

Kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçiliğin ergenlerin sosyal anksiyetelerini etkileyip etkilemediğini araştıran diğer bir çalışma (Hamarta, 2009) ise, 572 lise öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında, olumsuz değerlendirilme korkusu, genel durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma, yeni durumlarda sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma gibi sosyal anksiyete alt boyutlarının, problem çözme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri tarafından anlamlı bir şekilde yordandığı sonucuna ulaşılmıştır.

Kaya ve Peker'in (2016) yaptıkları bir çalışmada, mükemmeliyetçilik ve affetme düzeyleri arasındaki ilişkiye bakılmış ve bu ilişkide duygusal zekanın aracılık edip etmediği sorgulanmıştır. Altı yüz yirmi iki üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilen araştırmanın sonuçlarına göre, affetme ile mükemmeliyetçilik arasında negatif ve affetme ile duygusal zeka arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Mükemmeliyetçilik ve duygusal zekâ arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunup, duygusal zekanın affetme ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada (Büyükbayraktar, 2011) ise öğrencilerin mükemmeliyetçilik ve öfke düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik puanlarının ortalamanın üzerinde olduğu, erkek öğrencilerin başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik puanlarının kız öğrencilere göre anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür.

1.2.MÜKEMMELİYETÇİ BENLİK SUNUMU

Mükemmeliyetçilik ile ilgili ortaya atılan görüşlerde, kişilerin yalnızca mükemmeliyetçiliğin alt boyutları açısından farklılaşmadığı aynı zamanda bir benlik sunumu stratejisi olarak diğerlerine karşı mükemmel bir izlenim yaratma, kusurların diğerlerinden gizlenmesi veya diğerlerine söylenmemesi boyutları açısından da farklılaştığı görülmüştür (Hewitt ve diğerleri, 2003). Örneğin, mükemmeliyetçiliğin

alt boyutlarından başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan iki kişi ele alındığında, bu kişilerden birisi diğerlerinden gelen mükemmeliyetçi isteklere karşı duyarsız olurken bir diğeri yüksek onaylanma ihtiyacıyla bu istekleri karşılamaya çalışarak diğerlerine karşı mükemmel ve kusursuz bir izlenim geliştirmeye çalışabilecektir (Hewitt ve diğerleri, 2003:1303). Hewitt ve diğerlerine (2003) göre, mükemmeliyetçi benlik sunumu bir kişilik özelliğinden çok *mükemmel olarak görünme* ihtiyacını temsil eden kişilerarası bir yapıdır.

Mükemmeliyetçi benlik sunumu, “diğerleri üzerinde mükemmel olma ile ilgili izlenimleri yükseltme ya da diğerlerinden kusurları gizleme gibi farklı stratejileri izleyen mükemmeliyetçiliğin kişilerarası ifadesidir” (Borroni ve diğerleri, 2016:132). Hewitt ve diğerleri (2003) yaptıkları bir çalışmada, mükemmeliyetçi benlik sunumunun düşük benlik saygısı ve negatif duygu durum ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Benzer şekilde Flett, Coulter ve Hewitt (2012), mükemmeliyetçi benlik sunumunu sıkça kullanan kişilerin genellikle kendilerini mükemmellikten uzak bir noktada gördüklerini ve belki de kusursuzluk için bu maskenin altına gizlendiklerini dile getirmişlerdir. Bu mükemmellik ihtiyacının özellikle okul ortamında pek çok yansımaları mevcuttur. Örneğin, diğerlerine karşı mükemmel olarak görünme arzusu fazla olan bir öğrencinin, yeni bir dili öğrenirken hata yapmaktan korktuğu için sınıf ortamındaki egzersizlere katılım göstermeme ihtimali yüksektir.

Kişilerin kendilerini mükemmel olarak sunma ihtiyaçlarını derinlemesine incelemek amacıyla Hewitt ve diğerleri (2003), mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt alanlarını belirlemişler ve bir ölçek oluşturmuşlardır. Bu alt alanlar “mükemmeliyetçi öz yükseltme” (perfectionistic self-promotion), “hatanın gizlenmesi” (nondisplay of imperfection) ve “hatanın söylenmemesi”dir (nondisclosure of imperfection). Hewitt ve diğerlerinin (2003) bu üç alt boyuta ilişkin açıklamaları şu şekildedir: *Mükemmeliyetçi öz yükseltme*, diğerlerinin sevgi ve onayını kazanabilmek için kişinin kendisini diğerlerine karşı kusursuz, oldukça yetenekli ve yetkin birisi gibi gösterme durumunu ifade etmektedir. Bu kişiler, diğerlerinin kendilerini mükemmel olarak görmelerini istedikleri için bu yönde davranırlar ve davranışlarını düzenlerler. Kişinin pozitif özellikleri, yetenekleri ve başarıları gibi mükemmellik durumları, aktif ve gerçekçi olmayan bir şekilde başkalarına sunulur.

Hewitt ve arkadaşları (2003), mükemmeliyetçi öz-yükseltmenin patolojik olarak yönetildiğini ve kişilerarası işlevsiz bir yapıya sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Diğer bir boyut olan *hatanın gizlenmesi*, mükemmel olmayan davranışın alenen görülmesine ilişkin kaygıları yansıtan öğelerden oluşmaktadır. Önleyici bir tarz olan bu boyutta kişiler başkaları önünde yapacakları olası hatalardan endişe duymaktadırlar. Kendilerinin eksikliklerini ve kusurlarını göstermemek için davranışsal bir endişe içerisindeyler ve kusurlu görünmekten kaçınmaya aşırı bir ihtiyaç duyarlar. Davranışların başkaları tarafından izlenip değerlendirileceği, kişisel eksikliklerinin, kusurlarının, yetersizliklerinin ortaya çıkma ihtimali olan durumlardan kaçınırlar.

Son olarak *hatanın söylenmemesi* boyutu ise, hataların veya eksikliklerin sözel olarak ifadesinden kaçınma ihtiyacını temsil edip hatanın gizlenmesi boyutunda olduğu gibi önleyici bir tarz içermektedir. Büyük olasılıkla, derin bir sosyal ret korkusu yaşayan bu mükemmeliyetçiler, bir kişinin kusurlarının diğerlerine açıklanmasının, reddedilme olasılığını artıracığına inanırlar. Bunun sonucunda da ne pahasına olursa olsun bu tür kusurları açıklama davranışından kaçınırlar. Bu durum ise kişinin yakın ve samimi sosyal ilişkiler kurma yeterliliğini olumsuz etkiler.

Birbirine oldukça yakın olan bu kavramların daha iyi anlaşılabilmesi için kursa giderek yeni bir dil öğrenmeye çalışan birinin örneğinden hareket edebiliriz: Mükemmeliyetçi öz yükseltme tarzını kullanan kişi, öğreneceği dilin tarihini araştırıp sınıfta bununla ilgili konuşabilir, kelimeleri telaffuzunda herkesten daha iyi olmaya çalışabilir, sürekli tahtaya kalkmak isteyebilir. Hatanın gizlenmesi tarzında kişi, yeterince iyi öğrenemediğini düşündüğü kelimelerin telaffuzunda sınıfta sessiz kalabilir, hata yapma korkusuyla derse hiç katılmayabilir. Hatanın söylenmemesi tarzını kullanan kişi ise, sınıfta yapılan quizdeki yanlışlarını arkadaşlarına söylemeyebilir veya ödevlerde yaptığı yanlışlardan kimseye bahsetmeyebilir.

1.2.1.Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu Hakkında Yapılan Çalışmalar

Mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek ve kendini yüksek düzeyde mükemmel olarak sunan sağlık çalışanlarının stres ile nasıl başa çıktıklarının araştırıldığı ve 60 kişinin katılım gösterdiği bir araştırmada (Craciun ve Dudau, 2013), katılımcıların

hepsi öz bildirim yöntemi ile uygulanan ölçekleri doldurmuşlardır. Araştırmanın sonuçları ise şu şekildedir: Mükemmel bir izlenim yaratmak isteyen katılımcıların hem mükemmeliyetçilik puanları yüksektir hem de sosyal destek aramaktan kaçınmaktadırlar. Ayrıca erkekler kadınlara kıyasla mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatanın söylenmemesi stratejilerini kadınlardan daha fazla rapor etmişlerdir.

Nepon, Flett, Hewitt ve Molnar (2011) yürüttükleri bir araştırmada, mükemmeliyetçilik, mükemmeliyetçi benlik sunumu, negatif sosyal geribildirim, kişilerarası ruminasyon, depresif semptomlar ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Yüz elli beş üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmanın sonuçlarına göre, hem başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik hem de mükemmeliyetçi benlik sunumu, negatif sosyal geribildirim ve kişilerarası ruminasyon (kalbini kırma, aşağılama, kötü muamele görme) ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Depresif semptomlar ve sosyal anksiyete de negatif sosyal geribildirim, kişilerarası ruminasyon, mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçi benlik sunumu ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunmuştur. Araştırmada en güçlü ilişki ise başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile hatanın gizlenmesi alt boyutları arasında elde edilmiştir. Ayrıca mükemmeliyetçiliğin alt boyutları ve psikolojik sıkıntı arasındaki ilişkide negatif sosyal geribildirim ve kişilerarası ruminasyonun aracı roller oynadığı kanıtlanmıştır. Sıklıkla negatif geribildirim alma ve kişilerarası olaylarda ruminasyon yaşama, mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan kişiler tarafından deneyimlenen psikolojik sıkıntıda önemli bir rol oynamaktadır.

Hewitt ve diğerlerinin (2003) yaptıkları çalışmalarda, *mükemmeliyetçi öz yükseltme* alt boyutunun en çok kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile ilişkili bulunduğu, *hatanın gizlenmesi* alt boyutunun en çok kendine yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile ilişkili bulunduğu ve son olarak *hatanın söylenmemesi* alt boyutunun en çok başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile ilişkili bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır. Diğer bir sonuç ise öğrenci örnekleminde mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarının, kendine yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile ilişkisinin başkalarına yönelik mükemmeliyetçilikten daha yüksek olduğudur.

İki yüz altmış dokuz lisansüstü öğrenci ile yapılan ve kişisel ve kişilerarası akademik problemlerde mükemmeliyetçi benlik sunumunun yordayıcı etkisine bakan

bir araştırmada (Cowie ve diğeri, 2018), katılımcılar çok boyutlu mükemmeliyetçilik leği-Hewitt, mükemmeliyetçi benlik sunumu leği ve akademik zorluklar (akademik stres, iletişim kaygısı) leğini doldurmuşlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre, başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik akademik zorlukları belli bir oranda yordamaktadır. Dahası mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarından hatanın gizlenme düzeyinin artması bütün akademik problemleri yordamaktadır. Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçi öz yükseltme boyutları belirli akademik zorluklarla negatif bir şekilde ilişkili bulunmuştur.

On bir-on altı yaşları arasındaki 119 ergen ile yapılan bir başka çalışmada (Stoeber ve Roche, 2014), mükemmeliyetçilik ve duygu yoğunluğunun farklı mükemmeliyetçi benlik sunumu boyutlarını nasıl etkilediği araştırılmıştır. Sonuçlara göre, mükemmeliyetçi benlik sunumu; yüksek düzeyde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, yüksek düzeyde başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik, yüksek pozitif duygulanım ve düşük negatif tepkisellik tarafından yordanmıştır. Hatanın gizlenmesi ise; yüksek kendine yönelik mükemmeliyetçilik, yüksek negatif tepkisellik ve düşük pozitif duygulanım tarafından yordanmıştır. Hatanın söylenmemesi boyutu sadece yüksek başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik tarafından yordanmıştır. Bu bulgular duygulanım yoğunluğunun bu örneklemde mükemmeliyetçi benlik sunumuna katkı sağlayan bir kişilik özelliği olduğunu ortaya koymuştur.

Mükemmeliyetçi benlik sunumu ile ilgili Türkiye’de yapılan çalışmalar oldukça kısıtlıdır. Hewitt ve diğeri (2003) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlaması Balcı ve arkadaşları (2009) tarafından 271 niversite ğrencisi ile yapılmış olup yetişkinlerle ilgili yapılan bir çalışma bulunmamaktadır. Öte yandan ocuk ve ergen rneklemi üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada (Uzunel, 2016), 428 lise ğrencisi katılım göstermiş ve katılımcıların algıladıkları anne-baba tutumları ile mükemmeliyetçi benlik sunumu düzeyleri arasındaki ilişki araştırılmıştır. Bu çalışmada mükemmeliyetçi benlik sunumu düzeylerini ölçmek amacıyla Hewitt ve diğeri (2011) geliştirilen “ocuk ve Ergenlerde Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu” leği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, demokratik tutum ile mükemmeliyetçi benlik sunumunu leğinin alt boyutlarından hatanın söylenmemesi arasında negatif

yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Koruyucu-istekçi tutum ve otoriter tutum ile mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanı ve tüm alt ölçekleri arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanı ve mükemmeliyetçi öz yükseltme alt boyutu puanı erkek öğrencilerde kız öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

1.3.ARKADAŞLIK KALİTESİ

Standart ritüelleri veya normları bulunmayan, aynı zamanda kan bağı gerektiren akrabalık gibi ilişkilerden benzersiz bir biçimde ayrılan arkadaşlık, birçok yönüyle toplumda yer alan diğer ilişki biçimlerinden ayrılmaktadır (Adams ve Blieszner, 1994). Hays (1988) arkadaşlığı, “iki kişi arasında zaman içerisinde oluşan gönüllü bir karşılıklı bağımlılık” olarak tanımlamıştır (ss: 395). Chan ve Cheng (2004) arkadaşlığın, yakınlığın aracılık ettiği yüz yüze etkileşimler yoluyla geliştiğini belirtmişlerdir. Duygusal bir temele sahip olan arkadaşlık ilişkileri, kişilere umutlu olma, kendilik değerini yüceltme, yaşanacak mağduriyetlerden koruma gibi pozitif çıktılar sunmaktadır (Lin, 2018). Bunların yanı sıra insan yaşamında oldukça önemli bir yere sahip olan arkadaşlığın mutluluk ile ilişkili olduğuna dair bulgular mevcuttur (Lynch, 2015).

Arkadaşlık ilişkileri, ilişkide bulunan kişilerin etkileşim biçimleri yönünden farklı boyutlarda olabilir. Bazı arkadaşlıklar birbirlerine sağladıkları yakınlık ve sosyal destek ile ön plana çıkarken, diğerleri daha çok çatışma boyutuyla öne çıkabilir veya bazı arkadaşlıkların aktiviteleri çeşitliken bazıları daha süregelen bir ilişki içerisinde (Hartup ve Stevens, 1999). Bu anlamda Hartup ve Stevens’a (1999) göre sahip olunan arkadaşların kimliğinden veya sayısından ziyade arkadaşlık ilişkisinde ortaya çıkan etkileşimlerin kalitesini veya niteliğini ifade eden arkadaşlık kalitesi daha önemlidir. Parker ve Asher’ın (1993: 611) yaptıkları tanıma göre arkadaşlık kalitesi; “bir bireyin en iyi arkadaşıyla arasındaki arkadaşlık ilişkisinin niteliği, yani ilişkinin sağladığı arkadaşlık ve eşlik etme, arkadaşın desteği ve arkadaşla yaşanan çatışmanın seviyesidir”. Bireyler arasında var olan arkadaşlık ilişkilerinin kalitesinin yüksek olması, pozitif sosyal davranışların veya samimiyet gibi olumlu duyguların yüksek

olmasıyla, rekabet ya da tartışma gibi olumsuz duyguların ise düşük düzeylerde olmasıyla karakterize edilebilir (Akın, A., Karduz ve Akın, Ü., 2014).

1.3.1. Arkadaşlık Kalitesi Hakkında Yapılan Çalışmalar

Akran statüsünün (tercih edilebilirlik ve popülerite) arkadaşlık kalitesiyle nasıl bir ilişkisinin olduğu ve bu ilişkide sosyal yeteneklerin nasıl bir rol oynadığını araştıran bir çalışmada, 7. sınıftan 10. sınıfa kadar olan ergenlerle çalışılmıştır. Akran statüsünün ölçümleri katılımcılara sunulan dört soru ile alınmıştır: “en çok kimi seviyorsun?”, “en az kimi seviyorsun?” soruları tercih edilebilirlik için; “en popüler olan kim?” ve “en az popüler olan kim?” soruları ise popüleriteyi ölçmek için kullanılmıştır. Arkadaşlık kalitesi ve empati ölçümleri ölçekler yoluyla, prososyal davranışların ölçümleri ise katılımcıların bildirimleri ve para dağıtımında eşitliği gözetten bir oyun yoluyla hazırlanan deneysel bir ölçümle alınmıştır. Araştırmanın sonuçları göstermiştir ki, daha çok tercih edilen ve daha popüler olan ergenler daha yüksek seviyelerde arkadaşlık kalitesi bildirmişlerdir. Bu ilişkide ergenlerin kendi prososyal davranışları ve arkadaşlarının empati seviyeleri kısmi olarak aracılık etmiştir (Meuwese, Cillessen ve Güroğlu, 2017).

Lin (2018) tarafından yapılan bir araştırmada, yapısal eşitlik modellemesine dayanarak pozitif algılar, ihtiyatlı inançlar ve arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişki incelenmiştir. Üç yüz iki Tayvanlı üniversite öğrencisiyle gerçekleştirilen araştırmada, pozitif algıların yani kişinin yeteneklerini, geçmişini, insan doğasını pozitif olarak değerlendirmesinin, ihtiyatlı inançların yani gelecek olaylarla ilişkili tedbiri içeren düşüncelerin anlamlı bir yordayıcısı olduğu, ihtiyatlı inançların da arkadaşlık kalitesini güçlü bir şekilde yordadığı bulgusu elde edilmiştir.

Parker ve Asher (1993) tarafından yapılan bir çalışmada, akran gruplarında arkadaşlık uyumu ve kabulü arasındaki farklılıklar incelenmiştir. Kabule yönelik sosyometrik bir ölçüm, yalnızlık ölçümü, en yakın arkadaşın özelliklerini belirten bir ölçüm ve arkadaşlık doyumuna ilişkin bir ölçüm alınmıştır. Sonuçlar diğerleri tarafından düşük kabule sahip çocukların en yakın arkadaşına sahip olduklarını ve bu arkadaşlıktan doyum sağladıklarını göstermektedir. Fakat bu çocukların arkadaşlık kaliteleri diğer çocuklara kıyasla daha düşük bulunmuştur. Bir arkadaşına sahip olmak,

arkadaşlık kalitesi ve grubun kabulü, yalnızlığa farklı derecelerde katkı sağlamaktadır. Alınan sosyometrik ölçümlerle grup kabulü ve arkadaşlık kalitesi arttıkça yalnızlığın azaldığı bulgusu da elde edilmiştir.

Waldrup ve arkadaşları (2008) erken ergenlik dönemindeki psikolojik uyumun arkadaşlık kalitesi, akran kabulü ve arkadaşlık mağduriyetinden nasıl etkilendiğini incelemek için bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmaya 238 ilköğretim öğrencisi katılmıştır. Katılımcılardan öz bildirime dayalı ölçümler alınmıştır. Ayrıca okuldaki öğretmen ve yöneticilerden de bu öğrencilere yönelik olarak onların psikolojik uyumlarını ve bunun dışavurumunu değerlendiren geribildirimler alınmıştır. Arkadaşlık kalitesi ve akran kabulü düşük, arkadaş sayısı az olan katılımcılar öğretmenleri tarafından daha düşük psikolojik uyuma sahip olarak değerlendirmişlerdir. Ayrıca arkadaşlık kalitesi ve akran kabulünün psikolojik uyumu pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Arkadaşlık kalitesinin psikolojik uyuma pozitif bir katkı sağladığı ve bunun akran kabulü ve arkadaş sayısının düşük olduğu koşulda bile geçerli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Lansford ve arkadaşlarının (2014), 585 katılımcı ile gerçekleştirdikleri boylamsal bir çalışmada ise katılımcılar 5 yaşından 23 yaşına kadar izlenmiştir. Sonuçlar arkadaşları tarafından tercih edilme düzeyinin yetişkinlikteki arkadaşlık kalitesini etkilediğini göstermiştir. Bununla birlikte ergenlik dönemindeki dışadönüklük ve sorumluluk kişilik özellikleri, erken yetişkinlik dönemindeki arkadaşlık kalitesinin yükseldiğini göstermiştir. Çalışma temel olarak akranları tarafından tercih edilebilirliğin ve sahip olunan kişilik özelliklerinin yetişkinlikteki arkadaşlık kalitesine olumlu katkı yaptığını kanıtlamıştır.

Akın ve Akın (2015) tarafından yapılan bir araştırmada, arkadaşlık kalitesi ile öznel mutluluk ve öznel zindelik ilişkileri incelenmiştir. İki yüz yetmiş bir üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen çalışmada, arkadaşlık kalitesinin öznel mutluluk ve öznel zindeliği pozitif yönde yordadığı, arkadaşlık kalitesi ile öznel mutluluk arasındaki ilişkiye öznel zindeliğin kısmi aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin iyilik halinin “Arkadaşlık ve “Sevgi” boyutlarının cinsiyetlerine, karşı cins arkadaşlığına, fiziksel egzersiz yapma sıklığına, ailenin destek düzeyine ve arkadaş destek düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla Doğan ve Yıldırım (2006) bir araştırma gerçekleştirmişlerdir.

Çalışmaya 936 üniversite öğrencisi katılım göstermiştir. Araştırmanın sonuçları şu şekildedir: Kız öğrencilerin “arkadaşlık” ve “sevgi” boyutlarının puan ortalamaları erkek öğrencilerden anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Karşı cinsten bir arkadaşı olanların “sevgi” puan ortalamaları ise olmayanlara göre anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Yine fiziksel egzersiz yapma sıklığı arttıkça kişilerin iyilik halinin “sevgi” boyutunda da anlamlı bir yükselme meydana gelmiştir. Ayrıca arkadaşlardan ve aileden alınan sosyal destek düzeyi arttıkça öğrencilerin iyilik halinin “sevgi” ve “arkadaşlık” boyutlarının da arttığı görülmüştür.

Kaya, Erdoğan ve Çağlayan (2014) üstün zekalı ve yetenekli öğrenciler ile diğer öğrencileri okul yaşam kaliteleri ve arkadaşlık ilişkileri temelinde kıyaslamışlardır. Çalışma 5. sınıftan 8. sınıfa kadar olan 100 öğrenci ile gerçekleştirilmiş ve arkadaşlık ilişkileri açısından iki grup arasında bir fark bulunmamıştır.

İKİNCİ BÖLÜM

YÖNTEM

Bu bölümde sırasıyla çalışmanın amacı, araştırma soruları, hipotezleri, katılımcıların özellikleri, veri toplama aşamasında kullanılmış olan veri toplama araçlarının içerik ve psikometrik özellikleri, veri toplama sürecinin nasıl gerçekleştirildiği ve son olarak toplanan verilerin analizi için seçilen analiz yöntemlerinden bahsedilecektir.

2.1.ÇALIŞMANIN AMACI VE HİPOTEZLERİ

Bu çalışmanın temel amacı, bir kişilik özelliği olarak mükemmeliyetçilikten hareketle arkadaşlık kalitesinin yordanmasında, mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracı ve düzenleyici rolünü incelemektir. Çalışmanın **yordayıcı değişkenleri** kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliktir. Çalışmanın **yordanan değişkeni** arkadaşlık kalitesi; **aracı ve düzenleyici değişkenleri** ise mükemmeliyetçi benlik sunumudur. **Kontrol değişkenleri** ise cinsiyet, yaş, eğitim, arkadaş ile olan davranış ve düşünce benzerliğidir.

Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki araştırma sorularına yanıt aranmıştır:

1. Mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi ve mükemmeliyetçi benlik sunumu arasındaki ilişkiler nelerdir?
2. Mükemmeliyetçilik, arkadaşlık kalitesini yordamakta mıdır?
3. Mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun düzenleyici rolü var mıdır?
4. Mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracılık rolü var mıdır?

Yukarıda sunulan sorular, mükemmeliyetçiliğin her üç boyutu (kendine yönelik, başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik) için ayrı ayrı incelenecektir. Test edilen modeller, Şekil 3 ve Şekil 4’de sunulmuştur.

Yanıtlanması beklenen bu sorular kapsamında oluşturulan hipotezler ise şunlardır:

Hipotez 1. Mükemmeliyetçilik ile mükemmeliyetçi benlik sunumu ve arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

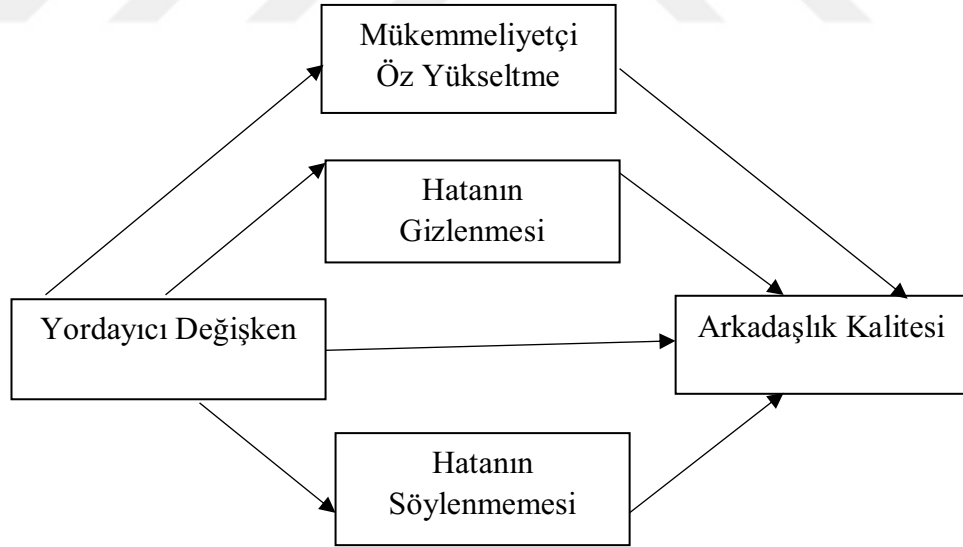
Hipotez 2. Mükemmeliyetçilik arkadaşlık kalitesini negatif yönde yordamaktadır.

Hipotez 3. Mükemmeliyetçi benlik sunumunun, mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide düzenleyici rolü vardır.

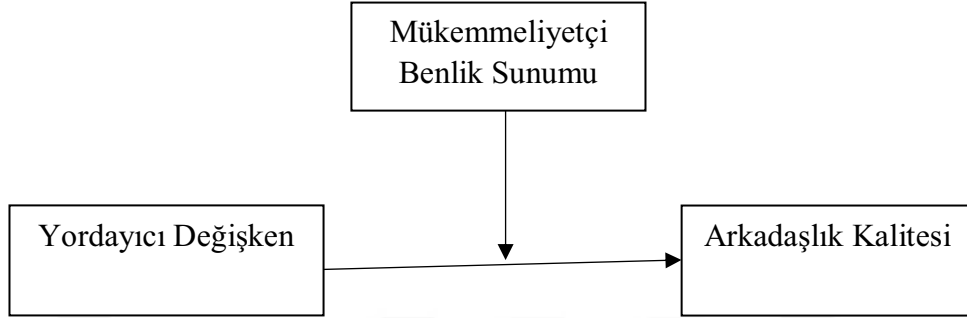
Hipotez 4: Mükemmeliyetçi benlik sunumunun, mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide aracı rolü vardır.

Söz konusu hipotezler mükemmeliyetçiliğin her üç boyutu (kendine yönelik, başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik) için ayrıca *aracı* değişken olarak mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatanın gizlenmesi ve hatanın söylenmemesi alt boyutları için ayrı ayrı incelenecektir.

Şekil 3: Önerilen Aracılık Modeli. Yordayıcı değişkenler; (1) Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik, (2) Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik, (3) Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik.



Şekil 4: Önerilen Düzenleyici Model. Yordayıcı değişkenler; (1) Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik, (2) Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik, (3) Başkalarıncı Belirlenen Mükemmeliyetçilik.



2.2.KATILIMCILAR

Çalışmaya gönüllülük ilkesine dayalı olarak toplam 635 kişi katılım göstermiştir. On sekiz yaş ve üzeri ve kendi cinsiyetinden en az bir yakın arkadaşı bulunan herkesin katılım sağlayabildiği çalışmada kişiler elverişli örnekleme yoluyla seçilmiştir. Ölçeklerin katılımcılara uygulanmasında “sıra etkisi” (order effect) esas alınmıştır. Veriler kâğıt kalem yöntemi ile toplanmıştır.

Araştırma İzmir’de gerçekleştirilmiş olup, Dokuz Eylül Üniversitesi ve Ege Üniversitesi öğrencileri başta olmak üzere, kız ve erkek öğrenci yurtlarından, hastane çalışanlarından, özel eğitim çalışanlarından ve katılım sağlamak isteyen tüm gönüllü yetişkinlerden veriler toplanmıştır. Bu katılımcılar arasında farklı meslek grupları bulunmaktadır (örn; psikolog, doktor, hemşire, işçi, kasiyer, garson, polis, avukat...).

Araştırmaya ham haliyle 745 kişi katılım göstermiştir fakat bunlardan 62 kişi verilen ölçekleri eksik doldurdıkları, demografik bilgilerini belirtmedikleri ya da ölçekleri patern oluşturacak şekilde (zikzak) rastgele doldurdıklarının gözlenmesi nedeniyle çalışmaya dahil edilmemiştir. Kırk sekiz kişi ise veri inceleme ve temizleme sırasında uç değerlerde (outlier) bulunduğundan araştırma dışı bırakılmış ve sonuç olarak 635 kişi ile analizlere devam edilmiştir.

Çalışmaya katılanlardan %61.9’u kadın (n=393), %38’i erkektir (n=241). Katılımcıların yaşları 18 ile 78 arasında değişmekte olup katılımcıların yaş

ortalamları 29.65'tir (ss=12.43). Çalışmada yer alan örneklemin %48.8'i üniversite öğrencisiyken (n=310) %51.2'si (n=325) öğrencilik hayatını tamamlamış yetişkin bireylerdir. Katılımcıların % 8.2'si ilkokul (n=52), % 6.3'ü ortaokul (n=40), % 49'u lise (n=311), % 4.7'si yüksek okul (n=30), %30.1'i üniversite (n=191), %1.6'sı yüksek lisans (n=10) ve %0.2'si doktora (n=1) mezunudur. Yine katılımcıların %34.3'ü evli (n=218) iken %63.5'i bekar (n=403). Çalışmaya katılanlardan % 34.2'si çalıştığını (n=217), % 65.8'i ise çalışmadığını (n=418) bildirmişlerdir. Katılımcıların gelir ortalamları 1282.96'dır. Katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin istatistik sonuçları tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1: Örneklemin Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Kadın	393	61.9
	Erkek	241	38
Medeni Durum	Bekar	403	63.5
	Evli	218	34.3
Eğitim Düzeyi	İlkokul	52	8.2
	Ortaokul	40	6.3
	Lise	311	49
	Yüksek Okul	30	4.7
	Üniversite	191	30.1
	Yüksek Lisans	10	1.6
	Doktora	1	0.2
Çalışma Durumu	Evet	217	34.2
	Hayır	418	65.8
Öğrencilik Durumu	Evet	310	48.8
	Hayır	325	51.2

2.3. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Çalışmanın veri toplama aşamasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H), Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği, McGill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları (MAÖ-AF) ve araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

2.3.1. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H)

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H; Multidimensional Perfectionism Scale) Hewitt ve Flett (1991) tarafından kişilerin farklı alanlarda sergiledikleri mükemmeliyetçilik düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Toplam 45 maddeden oluşan bu ölçeğin her biri 15 madde olan 3 alt ölçeği bulunmaktadır. Bu alt ölçekler; kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliktir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, kişinin yapabileceği en iyi şeyi yapmaya çalışmasını (örnek madde: “Bir iş üzerinde çalıştığımda iş kusursuz olana kadar rahatlayamam”), başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, kişi için önemli olan diğerlerinden yüksek beklentileri içerir (örnek madde: “Başkalarını kolay pes ettikleri için eleştirmem”), başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ise, diğerlerinin kişiden beklentilerinin farkında olunmasını içerir (örnek madde: “Başkalarının benden beklentilerini karşılamakta zorlanırım”) (Hewitt ve diğerleri, 1991).

Ölçeğin toplam mükemmeliyetçilik skoru elde edilememekte, alt boyutlarına ilişkin olarak ayrı ayrı hesaplanabilmektedir. Artan puanlar o alanda mükemmeliyetçilik düzeyinin de arttığını göstermektedir. (ÇBMÖ-H)’de yer alan maddeler “Hiç Katılmıyorum” dan (1 puan) “Tamamen Katılıyorum” a (7 puan) uzanan 7’li derecelendirme üzerinden puanlanmaktadır. Kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin maddeleri; 1, 6, 8, 12, 14, 15, 17, 20, 23, 28, 32, 34, 36, 40 ve 42. maddeler, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin maddeleri; 2, 3, 4, 7, 10, 16, 19, 22, 24, 26, 27, 29, 38, 43, 45. maddeler ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin maddeleri ise; 5, 9, 11, 13, 18, 21, 25, 30, 31, 33, 35, 37, 39, 41

ve 44. maddelerdir. Bu ölçek için ters kodlanan maddeler ise 2, 3, 4, 8, 9, 10, 12, 19, 21, 24, 30, 34, 36, 37, 38, 43, 44 ve 45. maddelerdir.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Oral (1999) tarafından üniversite öğrencilerinde stresli yaşam olayları, depresif semptomlar ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada yapılmıştır. Bu çalışmada ölçeğin orijinaline benzer şekilde 3 faktörlü bir yapı elde edilmiştir ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik için iç tutarlılık katsayısı .91, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik için .73 ve başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik için .80 bulunmuştur (Sunal ve diğerleri, 2016). Ölçeğin yetişkinler için güvenilir ve geçerli bir ölçme aracı olduğu gösterilmiştir. Bizim çalışmamızda ise kendine yönelik mükemmeliyetçilik için iç tutarlılık katsayısı .85, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik için .73 ve başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik için ise .72 olarak bulunmuştur.

2.3.2.Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği

Kişinin kendisini diğerlerine karşı mükemmel olarak gösterme çabasını ölçen Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği (Perfectionistic Self Presentation Scale) Hewitt ve diğerleri (2003) tarafından yetişkinler için geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 27 maddeden oluşmaktadır ve 3 alt ölçeği vardır. Bunlar; “mükemmeliyetçi öz yükseltme” (10 madde; örnek madde: “Her zaman mükemmel bir görüntü sunmaya çalışırım”), “hatanın gizlenmesi” (10 madde; örnek madde: “Kendimi başkalarının önünde yaptığım hatalardan dolayı yargılamam”) ve “hatanın söylenmemesi” (7 madde; örnek madde: “Başkalarına mükemmel olmadığımı göstermekte bir sorun yok”) (Hewitt ve diğerleri, 2003). *Mükemmeliyetçi öz yükseltme*; kişinin diğerlerine karşı kendisiyle ilgili yüceltici söylemlerde bulunma ihtiyacını, *hatanın gizlenmesi*; diğerleri tarafından görülebilecek olası mükemmel olmayan davranışlar için kaygı duymayı, *hatanın söylenmemesi* ise; kusurların kabul edilmemesini yadsınmasını ifade etmektedir (Hewitt ve diğerleri, 2003).

Ölçek üzerinden hem ayrı ayrı alt ölçeklere ilişkin puanlar hesaplanabilmekte hem de toplam bir puan elde edilebilmektedir. Puanlardaki artış, kendini kusursuz olarak sunma düzeyindeki artışa işaret etmektedir. Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği’nde yer alan maddeler “Kuvvetli Bir Şekilde Katılmıyorum” (1

puan), “Kararsızım” (4 puan) ve “Kuvvetli Bir Şekilde Katılıyorum” (7 puan) şeklinde derecelendirilerek 7’li skala üzerinde puanlanmaktadır. *Mükemmeliyetçi öz yükseltmeyi* ölçen maddeler; 5, 7, 11, 15, 17, 18, 23, 25, 26 ve 27. maddeler, *hatanın gizlenmesi* boyutunu ölçen maddeler; 2, 3, 4, 6, 8, 10, 12, 20, 22 ve 24. maddeler ve *hatanın söylenmemesi* alt boyutunu ölçen maddeler ise; 1, 9, 13, 14, 16, 19 ve 21. maddelerdir. Bu ölçek içerisinde de bazı maddeler ters kodlanmış olup bunlar 1, 3, 11, 16, 18 ve 22. maddelerdir.

Ölçek Balcı ve diğerleri (2009) tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı ise .80’dir. Alt boyutlarına ilişkin iç tutarlılık katsayıları ise “mükemmeliyetçi öz yükseltme”, “hatanın gizlenmesi” ve “hatanın söylenmemesi” boyutlarında sırasıyla şu şekilde bulunmuştur: .75, .63 ve .55. Bizim çalışmamızda ise ölçeğin tümüne ait iç tutarlılık katsayısı .87, mükemmeliyetçi öz yükseltme için iç tutarlılık katsayısı .83, hatanın gizlenmesi için iç tutarlılık katsayısı .65, ve hatanın söylenmemesi için iç tutarlılık katsayısı ise .68 olarak bulunmuştur.

2.3.3. McGill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları (MAÖ-AF)

Mendelson ve Aboud (1999: 130-132) tarafından geliştirilen ölçek aynı cinsiyetten en yakın arkadaşla olan ilişkinin kalitesini ölçmektedir. Toplam 30 maddeden oluşmakta ve 5’er maddelik 6 alt ölçekten meydana gelmektedir. Bu alt ölçekler şöyle sıralanmaktadır: uyarıcı yoldaşlık (stimulating companionship; örnek madde: “İhtiyaç duyduğum zaman bana yardım eder”), yardım (help; örnek madde: “Eğlenceli şeyler yapmakla ilgili iyi fikirleri vardır”), yakınlık (intimacy; örnek madde: “Kavga etsek bile o benimle arkadaşlığını devam ettirmek ister”), güvenilir müttefiklik (reliable alliance; örnek madde: “İhtiyacım olan şeyleri bana ödünç verir”), duygusal güven (emotional security; örnek madde: “İyi bir şeyler yaptığımda beni över”) ve kendini doğrulamadır (self validation; örnek madde: “Tartışsak bile benim arkadaşım olarak kalır”). Ölçek 9’lu derecelendirme (0 = Hiçbir zaman, 2 = Nadiren, 4 = Bazen, 6 = Oldukça sık, 8 = Her zaman) ile puanlanmaktadır. 6 alt ölçeğin ayrı ayrı puan ortalamalarının toplanması ile ölçek toplam puanı elde edilmektedir ve 0-48 arasında bir puan alınmaktadır.

Bu çalışma kapsamında, Demir, Doğan ve Proscal (2013: 250-255) tarafından Türkçeye uyarlanmış olan ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .93'dür ve bu çalışma kapsamında Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .95 olarak bulunmuştur.

2.3.4.Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formunda katılımcıların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, çalışıp çalışmadıkları, meslekleri ve gelirlerine dair bilgiler alınmaktadır. Ek olarak kişilerin arkadaşlıklarıyla ilgili soruları yanıtlarken zihinlerindeki imajları netleştirmek ve tutarlılıklarını sağlamak amacıyla aynı cinsiyetten en yakın arkadaşlarının adını ya da adının soyadının baş harfini yazmaları istenmiştir. Ayrıca bu arkadaşlarıyla ne zamandan beri tanıştıkları, ikisinin düşüncelerinin ve davranışlarının ne kadar benzer olduğu, kendilerini bu arkadaşlarına ne kadar yakın hissettikleri, arkadaşlıklarından ne kadar memnun oldukları, bu ilişkinin ideallerindeki arkadaşlık ilişkisine ne kadar benzediği, arkadaşlık ilişkilerinin onlar için ne kadar önemli olduğu ve son olarak kendilerini ne kadar yalnız hissettikleri ile ilgili bilgiler de 1 ile 10 arasındaki skalalarda değerlendirilerek alınmıştır.

2.4. İŞLEM

Araştırmaya başlamadan önce Dokuz Eylül Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Etik Kurulu'ndan onay alınmıştır. Araştırmanın örneklemini hem üniversite öğrencileri hem üniversite öğrencisi olmayan yetişkin grup oluşturacağı için öncelikle üniversite öğrencisi olan grup için Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nden çeşitli fakültelerde bu çalışmanın gerçekleştirilebilmesine ilişkin izin alınmıştır.

Çalışmaya katılımda temel kriter tüm örneklem için 18 yaşından büyük olmak ve en az bir yakın arkadaşının bulunmasıdır. Bu kriter doğrultusunda ulaşılan katılımcılara veri toplama araçları uygulanmadan önce çalışmaya gönüllü olarak katıldıkları ve paylaştıkları bilgilerin araştırma amaçlı kullanılıp gizli kalacağını belirten Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu sunulmuştur.

Dokuz Eylül Üniversitesi'nde öğrencilerle gerçekleştirilen uygulamalar ders esnasında gerçekleştirilmiş olup uygulama öncesi her bir dersin akademik personelinden yaklaşık 20-25 dakika sürecek bu çalışma için izin alınmıştır. Uygulama araştırmacı tarafından yapılmış olup gönüllü olan öğrencilere araştırmanın amacı, önemi, bilimsel literatüre yapacağı katkıları, formları nasıl doldurmaları gerektiği, dilediklerinde araştırmayı yarıda kesebilecekleri, isteyen öğrencilere anket formunda belirtilen araştırmacının iletişim bilgileri sayesinde araştırmacıya ulaşarak araştırmanın sonuçları hakkında bilgiler verilebileceği gibi açıklamalar yapıldıktan sonra formlar dağıtılmıştır. Bilgilendirilmiş onam formunu imzalamaları gerektiği bilgisi verilerek gönüllü olarak katılmayı kabul eden katılımcılarla uygulama gerçekleştirilmiş, katılımcılara herhangi bir ödül verilmemiştir.

Araştırmaya katılmayı istememek, bilgilendirilmiş gönüllü onam formunu okuyup imzalamamak, anket formundaki ölçekleri tamamen doldurmamak ya da gönüllü onam formuna onay verdikten sonra formları doldurmayı reddetmek araştırma için dışlama kriterlerini oluşturmaktadır. Materyalleri eksik dolduran, araştırma için kriterleri karşılamadığı ya da rastgele cevaplar verdiği tespit edilen 62 kişi araştırmanın dışında tutulmuştur. Ölçme araçlarının doldurulması yaklaşık 20-25 dakika sürmüştür. Veri toplama süreci Kasım 2018 ve Şubat 2019 arasında gerçekleştirilmiş olup yaklaşık 3 ay sürmüştür.

2.5. VERİ ANALİZLERİ

Araştırmadan elde edilen verileri analiz etmek için SPSS 24.0 paket programı kullanılmıştır. Veri analizleri öncesinde kullanılan ölçeklere ait toplam puanlar, alt ölçek puanları ve ortalama puanlar hesaplanıp bu elde edilen puanların çok değişkenli istatistiksel analizler için uygun olup olmadığı tespit edilmiştir. Ayrıca kayıp (missing) değerlerin tesadüfi olup olmadığı kontrolü yapıp veri setini bozan aykırı değerler de analizlerin dışında bırakılmıştır. Veri temizlemesi yapıldıktan sonra örneklemin özelliklerini yansıtan betimleyici istatistiklere geçilmiştir. Bu amaçla demografik değişkenlerin ana değişkenler üzerindeki etkisi incelenmiş olup t-testi uygulaması yapılmıştır. Değişkenlerin ve bu değişkenlerin alt ölçeklerinin birbirleriyle ilişkilerini incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizleri yapılmıştır. Daha sonrasında

mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracı rolünün belirlenmesine yönelik tüm değişkenlerin alt ölçekleri de hesaba katılarak paralel aracılık modeli (parallel mediation model) ile analizler gerçekleştirilmiştir. Mükemmeliyetçilik ve arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun düzenleyici rolünü incelemek amacıyla düzenleyici model (moderation model) ile analizler gerçekleştirilmiştir. Ayrıca arkadaşlık kalitesini yordayan değişkenlere ve bu değişkenlerin açıkladıkları varyanslara bakmak amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır.

Verileri analiz etmeden önce araştırmacı kaynaklı herhangi bir hatanın oluşmaması için verilerin SPSS programına doğru girilip girilmediği kontrol edilmiş, kayıp veriler ve ölçümlerin dağılımları kontrol edilmiştir. Çalışmaya toplam 745 kişi katılım göstermiş ancak bunlardan ölçekleri eksik dolduran, bilgilendirilmiş onam formunu imzalamayan ya da formları rastgele doldurduğu tespit edilen 62 kişi araştırma dışı bırakılmıştır. Verilerin incelenmesi ve temizlenmesi sürecinde ise 48 kişinin Mahalanobis Distance değerine göre (11.070, $p < .05$) uç bir değer aldığı tespit edilmiş ve dolayısıyla bu kişiler çıkarılarak 635 kişiyle analizler gerçekleştirilmiştir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde elde edilen verilerin incelenmesi sonucunda genel tanımlayıcı analiz sonuçlarına, demografik değişkenlerin temel değişkenler üzerindeki farklılaşmalarını incelemek için t testi sonuçlarına, çalışmanın kuramsal temeline dayanarak ve hipotezleri sınamak amacıyla temel değişkenler arasındaki korelasyon analizlerine, paralel aracılık modeline ve düzenleyicinin düzenleyici modeline ilişkin analizlere yer verilecektir.

3.1. ÇALIŞMA DEĞİŞKENLERİNE İLİŞKİN TANIMLAYICI İSTATİSTİKLER

Çalışmaya yönelik ileri düzey analizler yapılmadan önce çalışmanın değişkenlerinin betimsel istatistikleri ve değişkenler arasındaki ilişkiler tanımlanmıştır. Bu amaçla çalışmada yer verilen değişkenlerin ortalama, standart sapma, en yüksek ve en düşük puan aralıkları hesaplanmıştır ve değerler tabloda gösterilmiştir.

Tablo 2: Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma, En Yüksek ve En Düşük Puanları

	N	Ortalama	SS	En Yüksek	En Düşük
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	635	70.10	15.85	105	29
Başkalarına Yönelik					
Mükemmeliyetçilik	635	58.45	13.25	92	22
Başkalarınca Belirlenen					
Mükemmeliyetçilik	635	55.85	12.92	96	20
Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu	635	108.83	25.45	180	38
Mükemmeliyetçi Öz Yükseltme	635	25.24	8.16	49	7
Hatanın Gizlenmesi	635	44.74	11.05	70	13
Hatanın Söylenmemesi	635	25.24	8.16	49	7
Arkadaşlık Kalitesi	635	40.74	6.12	48	20

Not: Tablo 2’de belirtilen arkadaşlık kalitesine ait değerler ölçeğin geliştirilme aşamasında önerilen karekök dönüştürmesi yapılmamış halidir. Data analizi aşamasında arkadaşlık kalitesi ham puanlarına karekök dönüştürmesi uygulanıp analizler uygulanmıştır.

Katılımcıların ortalama tanışıklık süreleri 10 yıldır ve katılımcılar en çok tanışıklık süresi olarak 4 yıl cevabını vermişlerdir. Tanışma süreleri şu şekilde özetlenebilir; yüzde 2.4’ü 1 yıldan az, yüzde 30.6’si 1 ile 5 yıl arasında, yüzde 27.7’si 5 ile 10 yıl arasında, yüzde 18.8’i 10 ile 15 yıl arasında, yüzde 20.5’i ise 15 yıldan fazla bir şekilde soruları yanıtlarken belirttikleri en yakın arkadaşlarıyla tanışma süreleri olarak belirtmişlerdir. Ayrıca elde edilecek verileri ve uygulanacak analizleri zenginleştirmek için bu çalışma kapsamında katılımcılardan arkadaşlarının düşünce ve davranışlarıyla kendilerinininkine ne kadar benzediği, arkadaşlarına kendilerini ne kadar yakın hissettikleri, arkadaşlıklarından ne kadar memnun oldukları, bu arkadaşlık ilişkisinin ideallerindeki arkadaşlık ilişkisine ne kadar benzediği, genel olarak arkadaşlık ilişkilerinin onlar için ne kadar önemli olduğu ve kendilerini ne kadar yalnız hissettikleriyle ilgili ölçümler de 10 dereceli bir skalada derecelendirilmiştir. En yakın arkadaş ile düşüncelerin benzerliğinin ortalaması 7.78 (SS=1.98) bulunurken davranış benzerliğinin ortalaması 7.05 (SS=2.27) bulunmuştur. Katılımcılar arkadaşlarını kendilerine ortalama 8.96 (SS=1.33) değerinde yakın hissettiklerini belirtmişlerdir. Bu arkadaşlık ilişkisinden memnuniyet düzeylerinin ortalaması ise 9.24 (SS=1.22) bulunmuştur. Katılımcılar bu arkadaşları ile ideallerindeki arkadaşlık ilişkisini kıyasladıklarında benzerliklerini ortalama 8.63 (SS=1.61) olarak puanlamışlardır. Kişilerin arkadaşlık ilişkilerine verdikleri önem ortalama olarak 9.16 (SS=1.51) iken kendilerini ortalama olarak 4.51 (SS=2.83) düzeyinde yalnız hissettiklerini bildirmişlerdir.

3.1.1. Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çalışmada yer alan ana değişkenlere ilişkin ortalamaların kadın ve erkekler arasında anlamlı bir şekilde farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla bağımsız örneklemeler için t-testi analizi yapılmış olup sonuçları tablo 3’te gösterilmiştir.

İncelenen analiz sonuçlarına göre, mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından

başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik alt boyutları cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Buna göre hem başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik hem de başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik alt boyutları erkek katılımcılarda kadın katılımcılara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Mükemmeliyetçiliğin diğer bir alt boyutu olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanlarına bakıldığında ise kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığı tespit edilmiştir.

Mükemmeliyetçi benlik sunumuna ilişkin analiz sonuçlarına bakıldığında ise, ne toplam puan üzerinden ne de 3 alt boyutu (mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatanın gizlenmesi, hatanın söylenmemesi) üzerinden puanlar karşılaştırıldığında kadınlar ve erkekler arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamamıştır.

Arkadaşlık kalitesi ile ilgili sonuçlar da göstermiştir ki hem bir toplam puan olarak bakıldığında hem de ayrı ayrı arkadaşlık kalitesinin alt boyutlarına (uyarıcı yoldaşlık, yardım, yakınlık, güvenilir müttefiklik, duygusal güven, kendini doğrulama) bakıldığında kadın katılımcıların arkadaşlık kalitesi puanları erkek katılımcıların arkadaşlık kalitesi puanlarından anlamlı bir şekilde yüksektir.

Analiz sonuçlarına ilişkin yukarıda verilen bulgular çalışma değişkenlerinden bazılarının kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılıklar olduğunu gösterse de aşağıdaki tablo incelendiğinde bu ortalama farklılıklarının etki büyüklüklerinin (*d* değerlerinin) düşük ve orta düzeyli büyüklükler olduğu dikkat çekmektedir.

Tablo 3: Çalışma Değişkenlerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması T- Testi Tablosu

	Kadın (N=393)		Erkek (N=241)			
	Ortalama	SS	Ortalama	SS	t	d
Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	69.12	16.10	71.55	15.23	-1.88	.15
Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik	57.18	13.52	60.43	12.51	-3.02 **	.25
Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik	55.07	13.81	57.16	11.23	-2.08 *	.17
Mükemmeliyetçi Öz Yükseltme	24.84	8.46	25.87	7.63	-1.55	.13
Hatanın Gizlenmesi	44.98	11.29	44.41	10.66	.62	.05
Hatanın Söylenmemesi	24.84	8.46	25.87	7.63	-1.55	.13
Toplam Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu	107.61	27.01	110.77	22.64	-1.58	.13
Arkadaşlık Kalitesi	12.42	3.11	10.29	3.23	8.25 **	.68

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

3.1.2. Çalışma Değişkenlerine İlişkin Korelasyon Analizi Sonuçları

Bu bölümde veri toplama aşamasında katılımcılardan elde edilen eğitim, yaş, gelir gibi onların demografik özellikleriyle çalışma sonunda soruları cevaplandırırken düşündükleri arkadaşlarına yönelik daha detaylı bilgi almak amacıyla sorulan arkadaşları ile tanışma tarihleri, onlarla olan düşünce ve davranış benzerlikleri, kendilerini arkadaşlarına ne kadar yakın hissettikleri, bu ilişkiden ne kadar memnun oldukları, ideallerindeki arkadaşlık ilişkisine benzeyip benzemediği, arkadaşlık ilişkilerinin onlar için ne kadar önemli olduğu ve genel olarak kendilerini ne kadar yalnız hissettikleri gibi sorular ile birlikte çalışmanın ana değişkenlerine yönelik birbirleriyle olan ilişki analizlerine yer verilecektir (Bkz. Tablo 4).

İlk olarak katılımcıların eğitim düzeyleri ile mükemmeliyetçi benlik sunumları arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki mevcuttur. Yani bu katılımcıların eğitim düzeyleri arttıkça kendilerini mükemmel olarak sunmaları azalmaktadır. Üstelik bu durum mükemmeliyetçi benlik sunumunun her alt boyutunda

geçerlidir. Eğitim düzeyi artan katılımcıların mükemmeliyetçi öz yükseltmeleri, hatalarını gizleme ve hatalarını söylememe düzeyleri azalmaktadır. Eğitim düzeyi ile mükemmeliyetçiliğe ilişkin alt boyutlar ve arkadaşlık kalitesi arasında ise anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Yaş ile arkadaşına karşı hissedilen yakınlık arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki bulunmuştur. Yani çalışmaya katılanların yaşları arttıkça arkadaşlarına karşı hissettikleri yakınlık derecesi azalmaktadır. Ayrıca yine yaş ile kişilerin kendilerini genel olarak ne kadar yalnız hissettikleri arasında da anlamlı negatif yönlü düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Yaş arttıkça, kişiler kendilerini daha az yalnız hissetmektedirler. Yine yaş ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki bulunmuştur. Yani yaşı artan katılımcıların kendilerini mükemmel olarak sunma dereceleri de artmaktadır. Mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarından mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe alt boyutları ile yaş arasında anlamlı pozitif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki vardır. Diğer bir önemli bulgu ise yaş ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı negatif yönde ve düşük düzeyli bir ilişki mevcuttur. Yaş ilerledikçe, en yakın arkadaşla olan ilişki daha düşük puanlarla değerlendirilmektedir.

Katılımcıların gelirleri ile arkadaşlık süreleri arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyli bir ilişki bulunurken, kendilerini ne kadar yalnız hissettikleriyle de anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca gelir ile arkadaşlık kalitesi puanları arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Daha yüksek gelir bildiren katılımcıların arkadaşlık kalitesi puanları daha düşüktür.

Arkadaşlık süresi ile kendilerini arkadaşlarına ne kadar yakın hissettikleri arasında anlamlı pozitif yönlü düşük düzeyli bir ilişki mevcuttur. Daha uzun süre arkadaşlık ilişkisine sahip olanlar daha yakın bir arkadaşlık ilişkisi bildirmişlerdir. Ayrıca daha uzun süre arkadaş olduklarını bildiren katılımcıların yalnızlık düzeyleri de daha düşüktür. Bunlara ek olarak arkadaşı ile olan düşünce ve davranış benzerliği artan katılımcıların arkadaşlık kaliteleri de artmaktadır ve bu aralarındaki ilişki orta derecelidir.

Kendini arkadaşına ne kadar yakın hissettiği ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından başkalarına yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik

arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli ilişkiler mevcuttur. Yani kendilerini arkadaşlarına daha yakın hissedenden katılımcıların diğerlerine yönelttikleri mükemmeliyetçilikleri de başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilikleri de daha düşüktür. Ayrıca kendini arkadaşına yakın hissetme düzeyi ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki mevcuttur. Yine kendini arkadaşına karşı daha yakın hissedenden katılımcıların kendilerini mükemmel olarak sunma düzeyleri azalmaktadır. Bu durum mükemmeliyetçi benlik sunumu alt boyutlarından mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe boyutları için de geçerlidir. Ayrıca kendini arkadaşına yakın hissetme ile arkadaşlık kalitesi puanları arasında anlamlı pozitif yönlü ve orta dereceli bir ilişki mevcuttur.

Arkadaşlığından memnun olma derecesi ile mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe alt boyutları arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca arkadaşlık kalitesi ile de anlamlı pozitif yönlü orta dereceli bir ilişki mevcuttur. Arkadaşından ne kadar memnunsan kişi o kadar yüksek arkadaşlık kalitesi vardır.

İdealdeki arkadaşlık ilişkine benzeme düzeyi ile başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyde bir ilişki vardır. Arkadaşlık ilişkisinin idealindeki arkadaşlığa daha çok benzediğini söyleyen katılımcıların başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyleri daha düşüktür. Ayrıca idealdeki arkadaşlık ilişkisine benzeme ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı negatif yönlü düşük seviyede bir ilişki bulunmaktadır. İdealdeki arkadaşlık ilişkisine benzeme oranı arttıkça kendini mükemmel olarak sunma derecesi azalacaktır. Bu durum yine mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe alt boyutları için de geçerlidir. İdealdeki arkadaşlığa benzeme puanı ile arkadaşlık kalitesi arasında ise anlamlı pozitif yönlü ve orta dereceli bir ilişki vardır. Ne kadar çok idealdeki arkadaşlık ilişkisine benziyorsa o kadar yüksek arkadaşlık kalitesi olacaktır.

Arkadaşlık ilişkilerinin kişi için ne kadar önemli olduğu mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe alt boyutları arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli ilişkiler mevcutken arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı pozitif yönlü ve orta dereceli bir ilişki vardır.

Kişinin genel olarak kendini ne kadar yalnız hissettiği ile başkalarınınca belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyi arasında anlamlı pozitif yönlü ve düşük düzeyli

bir ilişki bulunmuştur. Yani kişilerin yalnızlık düzeyleri arttıkça başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik düzeyleri de artacaktır. Ayrıca yalnızlık düzeyi ile mükemmeliyetçi benlik sunumu ve alt boyutları arasında anlamlı pozitif yönlü ve düşük düzeyli ilişkiler mevcuttur. Yani genel olarak kişinin yalnızlığı ne kadar yüksekse kendini o kadar çok mükemmel olarak sunacaktır. Arkadaşlık kalitesi ile yalnızlık arasındaki ilişkiye bakıldığında ise bu iki değişken arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli bir ilişki mevcuttur. Yalnızlık düzeyi arttıkça kişilerin arkadaşlık kalitesi azalmaktadır.

Çalışmanın ana değişkenlerine bakıldığında ise kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı pozitif yönlü ve orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Yani kişilerin kendine yönelik mükemmeliyetçileri arttıkça kendilerini mükemmel olarak sunma dereceleri de artacaktır. Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasında da anlamlı pozitif yönlü ve düşük dereceli bir ilişki vardır. Kişilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilikleri arttıkça bildirdikleri arkadaşlık kalitesi de artmıştır.

Yine başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı pozitif yönlü ve orta dereceli bir ilişki bulunmuştur. Fakat hem başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik hem de başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe alt boyutları ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı negatif yönlü ve düşük düzeyli ilişkiler mevcuttur. Mükemmeliyetçi öz yükseltme de hatalarını söylememe de arttıkça arkadaşlık kalitesi azalmaktadır. Fakat mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanı ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 4: Demografik Değişkenler ve Çalışma Değişkenleri Arasındaki Pearson Korelasyon Katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1.Eğitim (yıl)	1																		
2.Yaş	-.24**	1																	
3.Gelir	.26**	.48*	1																
4.Arkadaşlık Süresi	-.14**	.56**	.30**	1															
5.Arkadaşla Düşünce Benzerliği	.06	.01	.01	.05	1														
6.Arkadaşla Davranış Benzerliği	-.00	.02	.00	.03	.62**	1													
7.Arkadaşla Yakınlık	-.00	-.09*	-.05	.10**	.43**	.36**	1												
8.Arkadaşlık Memnuniyeti	.05	-.08	-.02	.07	.34**	.32**	.68**	1											
9.İdealdeki Arkadaşlığa Benzerlik	.07	-.07	-.02	.02	.42**	.42**	.61**	.67**	1										
10.Arkadaşlığın Önemi	.02	-.03	-.04	.06	.26**	.20**	.45**	.55**	.44**	1									
11.Genel Yalnızlık	-.03	-.17**	-.14**	-.17**	-.04	-.05	-.16**	-.15**	-.16**	-.17**	1								
12.Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik	.05	.02	.06	-.02	-.01	.02	-.04	.04	-.02	.04	-.08	1							
13.Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik	.02	-.01	.04	-.02	-.05	.00	-.08*	-.04	-.04	-.02	.02	.62**	1						
14.Başkalarına Belirlenen Mükemmeliyetçilik	-.06	.03	-.01	-.06	-.03	-.11**	-.06	-.09*	-.01	.11**	.45**	.45**	1						
15.Mükemmeliyetçi Benlik Sunumu	-.19**	.12**	-.05	.04	-.01	.03	-.08*	-.07	-.10*	.00	.13**	.47**	.38**	.49**	1				
16.Mükemmeliyetçi Öz Yükseltme	-.22**	.15**	-.05*	.04	-.03	.02	-.08**	-.11**	-.15**	-.09*	.22**	.19**	.15**	.36**	.41**	.37**	.41**	1	
17.Hatalarını Gizleme	-.16**	.05	-.09*	.05	.03	.02	.00	.01	.00	.04	.09*	.29**	.21**	.33**	.83**	.54**	1		
18.Hatalarını Söylememe	-.22**	.15**	-.05	.04	-.03	.02	-.08*	-.11**	-.15**	-.09*	.22**	.19**	.15**	.36**	.41**	.37**	.41**	1	
19.Arkadaşlık Kalitesi	.05	-.12**	-.09*	-.03	.37**	.33**	.56**	.50**	.54**	.41**	-.14**	.09*.02	-.03	-.01	-.13**	.06	-.13**	1	

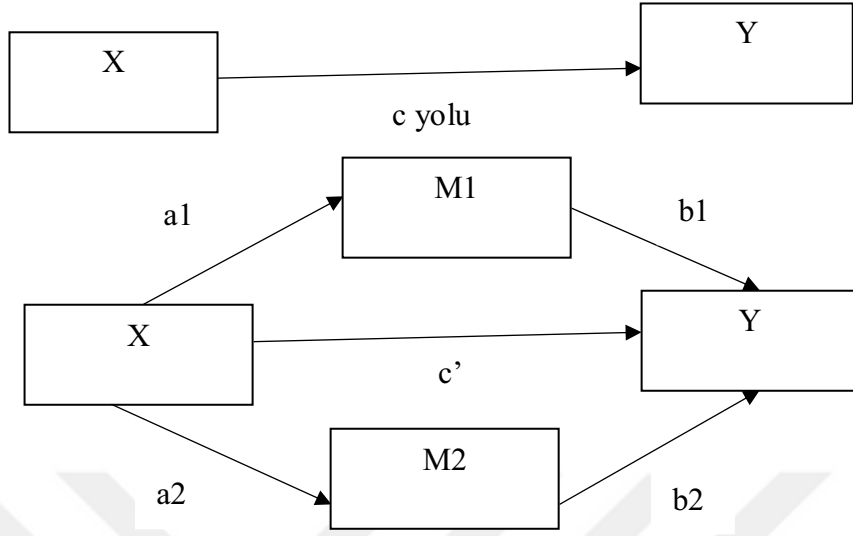
*p<.05, **p<.01

3.2. ARACILIK HİPOTEZLERİNİN TEST EDİLMESİ

Çalışmada mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun aracı etkisi bootstrap yöntemi kullanılarak PROCESS makrosu ile analiz edilmiştir. Mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatalarını gizleme ve hatalarını söylememe ayrı ayrı aracı değişkenler olarak ele alınmıştır. Birden fazla aracı değişkenin kullanılması ile oluşturulan paralel çoklu aracılık modeli, PROCESS makrosunda basit aracılık modeli ile model numarası açısından bir farklılık oluşturmamakta her iki model için de model 4 kullanılmaktadır (Hayes, 2013: 132). Ayrıca analizler mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin alt boyutları olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik için de ayrı ayrı yapılmış olup 3 farklı paralel çoklu aracılık modeli test edilmiştir.

Oluşturulan paralel çoklu aracılık modeline göre, “yol a” bağımsız değişkenin (X) aracı değişken (M) üzerindeki etkisini, “yol b” aracı değişkenin bağımlı değişken (Y) üzerindeki etkisini ifade etmektedir. Aracı değişkenin kontrol edildiği durumda bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki doğrudan etkisi “c” yolu” ile ve bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin aracı değişkenler ile olduğunu gösteren toplam etki “c yolu” ile ifade edilmektedir (Hayes, 2013: 127; Direkçi, 2018: 62) (Bkz. Şekil 2).

Şekil 5: Bağımsız Değişkenin Bağımlı Değişken Üzerindeki Toplam Etkisi ve Paralel Çoklu Aracılık Modeli



Test edilen paralel çoklu aracılık modellerinde **bağımsız değişkenler** kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarının belirlenen mükemmeliyetçiliğidir. Mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatalarını gizleme ve hatalarını söylememe değişkenleri **aracı değişkenler** ve arkadaşlık kalitesi ise **bağımlı değişkendir**. Ayrıca tablo 3’te t-testi sonuçlarında gösterildiği gibi değişkenlere ait puanların özellikle cinsiyete göre farklılaşmasından ötürü cinsiyet, yaş, eğitim, arkadaş ile olan davranış ve düşünce benzerliği değişkenleri analizlere kontrol değişkenleri olarak eklenmiştir.

3.2.1. Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller

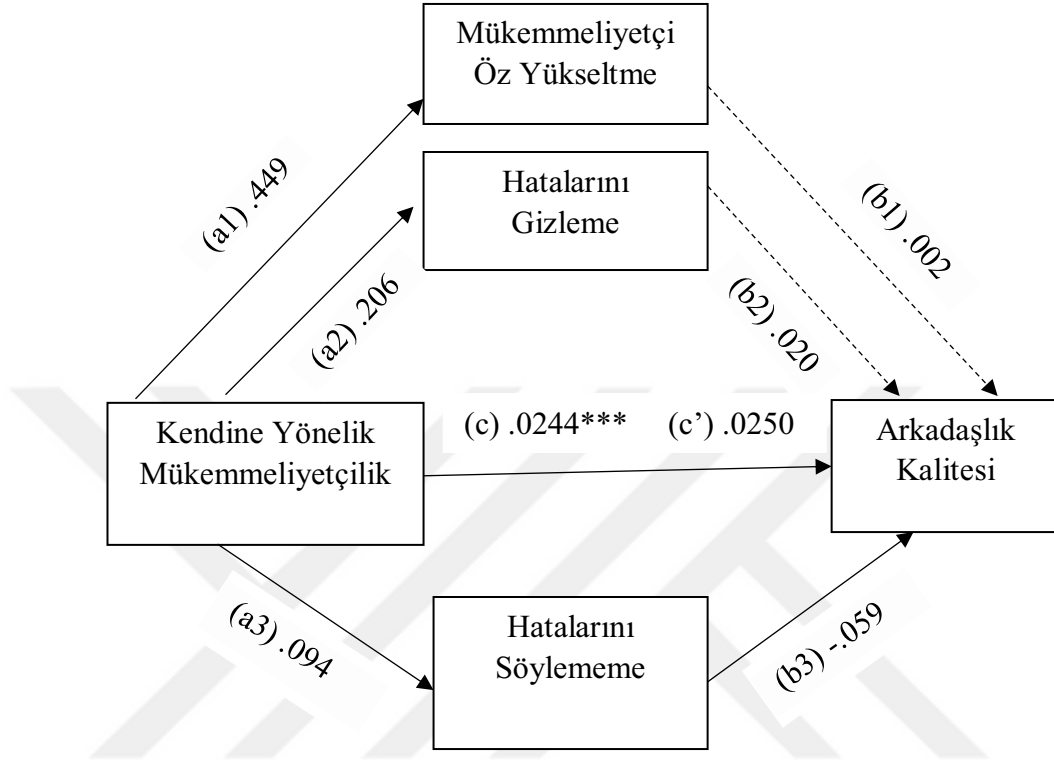
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarının aracı etkilerini incelemek amacıyla yapılan paralel çoklu aracılık modeli SPSS PROCESS makrosu ile gerçekleştirilmiştir. Hem doğrudan hem de dolaylı etkilerin incelenebildiği bootstrap analizi sonuçları göstermiştir ki; kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesi üzerindeki toplam etkisi (c yolu) ($B = .0244$, $SE = .007$, $t = 3.389$, $p < .001$) anlamlıdır.

Kendine yönelik mükemmeliyetçilikten mükemmeliyetçi öz yükseltmeye giden (a1 yolu) ($B = .4488$, $SE = .0259$, $t = 17,295$, $p < .001$), hatalarını gizlemeye giden (a2 yolu) ($B = .2059$, $SE = .0267$, $t = 7.714$, $p < .001$) ve hatalarını söylememeye giden yollar (a3 yolu) ($B = .0944$, $SE = .0201$, $t = 4.703$, $p < .001$) anlamlıdır. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi arttıkça mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatalarını gizleme ve hatalarını söylememe de artmaktadır. Ayrıca mükemmeliyetçi öz yükseltmeden (b1 yolu) ($B = .0016$, $SE = .0127$, $t = .124$, $p > .05$) ve hatalarını gizlemeden (b2 yolu) ($B = .0201$, $SE = .0127$, $t = 1.582$, $p > .05$) arkadaşlık kalitesine giden yollar anlamsız, hatalarını söylememeden arkadaşlık kalitesine giden yol (b3 yolu) ($B = -.0585$, $SE = .0155$, $t = -3.777$, $p < .001$) ise anlamlıdır. Hatalarını söylememe düzeyi arttıkça arkadaşlık kalitesi azalmaktadır.

Mükemmeliyetçi benlik sunumunun kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide dolaylı (aracı) etkileri bootstrap yöntemi ile analiz edilmiştir. Buna göre, mükemmeliyetçi öz yükseltme ($B = .0007$, $SE = .0055$, %95 CI = $-.0097$, $.0116$) ve hatalarını gizlemenin ($B = .0041$, $SE = .0028$, %95 CI = $-.0011$, $.0098$) aracı rollerinin anlamlı olmadığı; güven aralığının sıfırı içerdiği görülmektedir. Hatalarını söylememenin ($B = -.0055$, $SE = .0019$, %95 CI = $-.0099$, $-.0025$) ise kısmi aracı değişken olarak rol üstlendiği ve güven aralığında sıfırın bulunmadığı tespit edilmiştir.

Bootsrap analizi sonuçlarına göre, kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesine doğrudan etkisinin (c' yolu) ($B = .0250$, $SE = .0087$, $t = 2.893$, $p < .05$), hatalarını söylememe modele dahil edildiğinde de anlamlı olduğu görülmüş, dolayısıyla kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide hatalarını söylememenin kısmi aracılık etkisi olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak kendine yönelik mükemmeliyetçilik arttıkça hataları söylememe düzeyi artmakta ve en sonunda arkadaşlık kalitesi azalmaktadır. Bu değişkenlere ilişkin model varyansın % 29'unu açıklamaktadır ($R^2 = .2871$, $F(8, 625) = 31.4665$, $p < .001$). Modele ilişkin standardize olmayan yol katsayıları şekil 3'te gösterilmiştir.

Şekil 6: Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Aracı Rolüne İlişkin Standardize Olmayan Yol Katsayıları



3.2.2. Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller

Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarının aracı etkilerini incelemek amacıyla yapılan paralel çoklu aracılık modeli SPSS PROCESS makrosu ile gerçekleştirilmiştir. Hem doğrudan hem de dolaylı etkilerin incelenebildiği bootstrap analizi sonuçları göstermiştir ki; başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesi üzerindeki toplam etkisi (c yolu) ($B = .0164$, $SE = .0087$, $t = 1.8861$, $p > .05$) anlamlı değildir.

Bootsrap analizi sonuçlarına göre, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesine doğrudan etkisinin (c' yolu) ($B = .0119$, $SE = .0098$, $t = 1.2108$, $p > .05$) anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla başkalarına yönelik

mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasında ne doğrudan bir ilişki ne de aracı değişkenlerle sağlanabilecek bir ilişki yoktur.

3.2.3. Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik ile Arkadaşlık Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Alt Boyutlarının Aracı Roller

Başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarının aracı etkilerini incelemek amacıyla yapılan paralel çoklu aracılık modeli SPSS PROCESS makrosu ile gerçekleştirilmiştir. Hem doğrudan hem de dolaylı etkilerin incelenebildiği bootstrap analizi sonuçları göstermiştir ki; başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesi üzerindeki toplam etkisi (c yolu) ($B = .0046$, $SE = .0089$, $t = .5184$, $p > .05$) anlamlı değildir.

Bootsrap analizi sonuçlarına göre, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesine doğrudan etkisinin (c' yolu) ($B = .0043$, $SE = .0103$, $t = .4179$, $p > .05$) anlamlı olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasında ne doğrudan bir ilişki ne de aracı değişkenlerle sağlanabilecek bir ilişki yoktur.

3.3. DÜZENLEYİCİ REGRESYON ANALİZLERİ

Çalışmada mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun düzenleyici etkisi de incelenmiş olup bootstrap yöntemi kullanılarak PROCESS makrosu ile analiz edilmiştir. Analizlerde mükemmeliyetçiliğin alt boyutları olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutları olan “mükemmeliyetçi öz yükseltme”, “hatalarını gizleme”, “hatalarını söylememe” ve mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanları ayrı ayrı analizlere dahil edilerek toplamda 12 düzenleyici regresyon modeli test edilmiştir. Ayrıca analizler yapılırken aracılık hipotezlerinin test

edilmesinde olduğu gibi cinsiyet, yaş, eğitim, arkadaş ile olan düşünce ve davranış benzerliği kontrol değişkenleri olarak alınmıştır.

Mükemmeliyetçi benlik sunumunun toplam puan ve alt boyutlarının farklı düzeylerinde kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi puanları arasındaki ilişkinin farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek için yapılan düzenleyici regresyon analizi sonuçları göstermiştir ki; incelenen tüm modellerde etkileşim etkileri anlamsızdır ($p > .05$). Bu sonuç mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun düzenleyici bir rol oynamadığını göstermektedir. Farklılaşan mükemmeliyetçi benlik sunumu düzeyleri, mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkiyi herhangi bir şekilde etkilememektedir.

3.4. HİYERARŞİK REGRESYON ANALİZİ

Demografik bilgi formunda yer alan bazı değişkenlerle birlikte araştırma değişkenlerinin arkadaşlık kalitesini ne derece açıkladığını saptayabilme bu çalışma kapsamında incelenmesi gerekli görülmüştür. Bu nedenle belirli bir sıraya koyulan değişkenlerin bloklar halinde bağımlı değişken üzerindeki etkilerini inceleyebilmek adına hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Bu analiz yöntemiyle ayrıca toplam varyans miktarı ve yordayıcıların bağımlı değişkenle olan ilişkileri de ayrıntılı olarak incelenebilmektedir (Büyüköztürk, 2013).

Analize birinci sırada (blokta) yaş ve cinsiyet alınmıştır. Bu iki değişken birlikte arkadaşlık kalitesine ilişkin varyansın %10'unu açıklamaktadır ($F_{(2, 631)} = 36,373, p < .001$). Yaş ve cinsiyetin ayrı ayrı katsayılarına bakıldığında hem yaşın ($\beta = -.08, p < .05$) hem de cinsiyetin ($\beta = -.30, p < .01$) arkadaşlık kalitesini anlamlı ve negatif bir şekilde yordadığı görülmektedir. Buna göre kadınlarda arkadaşlık kalitesi erkeklere göre daha yüksektir; yaş ilerledikçe de arkadaşlık kalitesi azalmaktadır.

Analize ikinci blok olarak arkadaşlık ilişkinin idealdekine ne kadar benzediği ve arkadaşlık ilişkilerinin ne kadar önemli olduğu değişkenleri alınmıştır. Yaş ve cinsiyet değişkenleri kontrol edildiğinde, idealdeki arkadaşlık ilişkisine benzerlik ve arkadaşlık ilişkilerine verilen önem arkadaşlık kalitesi değişkeninde daha önce

açıklanan varyansa %28 katkı sağlamıştır ($F_{(4,629)}=98,738$, $p<.01$). Böylece açıklanan varyans %39'a yükselmiştir. İdealdeki arkadaşlık ilişkisine benzerlik ($\beta = .43$, $p<.01$) ve arkadaşlık ilişkilerine verilen önem ($\beta = .18$, $p<.01$) arkadaşlık kalitesinin anlamlı ve pozitif birer yordayıcısıdır. İdealdeki arkadaşlık ilişkisine benzerlik ve arkadaşlık ilişkilerine verilen önem arttıkça arkadaşlık kalitesi de artmaktadır.

Analize üçüncü blokta arkadaş ile olan düşünce ve davranış benzerliği dahil edilmiştir. Yaş, cinsiyet, arkadaşlık ilişkisinin idealdekine benzerliği ve arkadaşlık ilişkilerine verilen önem kontrol edildiğinde, arkadaş ile olan düşünce ve davranış benzerliği daha önce açıklanan varyansa %3'lük bir katkı sağlamıştır. ($F_{(4,629)}=98,738$, $p<.01$) Böylece açıklanan varyans %41'e yükselmiştir. Arkadaş ile olan düşünce benzerliği ($\beta = .14$, $p<.01$) arkadaşlık kalitesinin anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı iken arkadaş ile olan davranış benzerliği ($\beta = .06$, $p>.05$) arkadaşlık kalitesinin anlamlı bir yordayıcısı değildir. Bulgular, yakın arkadaş ile olan düşünce benzerliği ne kadar yüksek olursa arkadaşlık kalitesinin de o kadar yüksek olacağını göstermektedir.

Analize dördüncü blokta ise mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin alt boyutları olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik dahil edilmiştir. İlk üç blokta yer alan değişkenler kontrol edildiğinde mükemmeliyetçilik alt boyutları daha önce açıklanan varyansa %1'lik bir katkı sağlamıştır ($F_{(9,624)}=51,360$, $p<.01$). Böylece açıklanan varyans %43'e yükselmiştir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta = .12$, $p<.01$) arkadaşlık kalitesinin anlamlı ve pozitif bir yordayıcısı iken; başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ($\beta = .01$, $p>.05$) ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ($\beta = -.02$, $p>.05$) arkadaşlık kalitesini anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Bulgular göstermiştir ki, kişilerin kendilerine yönelttikleri mükemmeliyetçilikleri arttıkça yakın arkadaşları ile olan arkadaşlık kaliteleri de artmaktadır.

Analize beşinci ve son blokta mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz yükseltme, hataları gizleme ve hataları söylememe eklenmiştir. İlk dört blokta yer alan değişkenler kontrol edildiğinde mükemmeliyetçi benlik sunumu alt boyutları daha önce açıklanan varyansa %1'lik bir katkı sağlamıştır ($F_{(12,621)}=39,187$, $p>.05$). Böylece en son olarak hiyerarşik regresyon analizine dahil edilen tüm değişkenler arkadaşlık kalitesinin %43'nü açıklamaktadır. Mükemmeliyetçi öz yükseltme ($\beta = -.08$, $p<.05$) ve hataları söylememe ($\beta = -.13$, $p<.01$)

arkadaşlık kalitesinin anlamlı ve negatif birer yordayıcısı iken, hataları gizleme ($\beta=.06$, $p>.05$) arkadaşlık kalitesini yordamamaktadır. Kişilerin mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hataları söylememe düzeyi arttıkça arkadaşlık kaliteleri azalmaktadır.

Sonuç olarak beşinci aşamada tüm değişkenler analize dahil edildiğinde cinsiyet, idealdeki arkadaşlığa benzerlik, arkadaşlığın önemi, arkadaşla düşünce benzerliği, kendine yönelik mükemmeliyetçilik, mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hataları söylememenin arkadaşlık kalitesini yordadığı görülmüştür. Arkadaşlık kalitesinin en önemli yordayıcıları ikinci blokta analize dahil edilen ve varyansın %28'ini açıklayan arkadaşlık ilişkisinin idealdekine ne kadar benzediği ve arkadaşlık ilişkilerinin ne kadar önemli olduğudur.

Tablo 5: Arkadaşlık Kalitesinin Yordanmasına İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

Model	Yordayıcı	B	SH _B	β	R ²	R ² Değişim
1	Yaş	-.02	.01	-.08*	.10	.10**
	Cinsiyet	-2.05	.26	-.30**		
	Sabit	15.07	.45			
2	Yaş	-.02	.01	-.06	.39	.28**
	Cinsiyet	-1.59	.22	-.23		
	İdealdeki Arkadaşlığa	.89	.07	.43**		
	Benzerlik					
	Arkadaşlığın Önemi	.41	.08	.18**		
	Sabit	2.87	.85			
3	Yaş	-.02	.01	-.06	.41	.03**
	Cinsiyet	-1.65	.21	-.24		
	İdealdeki Arkadaşlığa	.72	.08	.35		
	Benzerlik					
	Arkadaşlığın Önemi	.37	.08	.17		
	Arkadaşla Düşünce	.24	.07	.14**		
	Benzerliği					
	Arkadaşla Davranış	.09	.06	.06		
4	Benzerliği					
	Sabit	2.26	.84			
4	Yaş	-.02	.01	-.06	.43	.01**

	Cinsiyet	-1.71	.21	-.25		
	İdealdeki Arkadaşlığa	.73	.08	.35		
	Benzerlik					
	Arkadaşlığın Önemi	.37	.08	.16		
	Arkadaşla Düşünce	.25	.07	.15		
	Benzerliği					
	Arkadaşla Davranış	.08	.06	.06		
	Benzerliği					
	KYM	.02	.01	.12**		
	BYM	.00	.01	.01		
	BBM	-.01	.01	-.02		
	Sabit	.92	.99			
5	Yaş	-.02	.01	-.06	.43	.01**
	Cinsiyet	-1.71	.22	-.25**		
	İdealdeki Arkadaşlığa	.72	.08	.35**		
	Benzerlik					
	Arkadaşlığın Önemi	.34	.08	.15**		
	Arkadaşla Düşünce	.24	.07	.15**		
	Benzerliği					
	Arkadaşla Davranış	.09	.06	.06		
	Benzerliği					
	KYM	.02	.01	.10*		
	BYM	-.00	.01	-.00		
	BBM	-.00	.01	-.01		
	Mükemmeliyetçi	-.03	.01	-.08*		
	Öz Yükseltme					
	Hataları Gizleme	.02	.01	.06		
	Hataları Söylememe	-.05	.02	-.13**		
	Sabit	12.91	.43			

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

KYM: Kendine Yönelik Mükemmeliyetçilik

BYM: Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik

BBM: Başkalarınca Belirlenen Mükemmeliyetçilik

SONUÇ

Bu çalışmanın temel amacı Hewitt ve Flett'in (1991) geliştirmiş oldukları Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik modelinin alt boyutlarını oluşturan “kendine yönelik mükemmeliyetçilik”, “başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik” ve “başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik” ile “arkadaşlık kalitesi” arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutları olan “mükemmeliyetçi öz yükseltme”, “hataları gizleme” ve “hataları söylememe”nin aracılık ve düzenleyici rollerinin araştırılmasıdır. Bu bölümde öncelikli olarak çalışmanın tanımlayıcı analiz sonuçlarına ve ana hipotezlere yönelik bulgulara yer verilecek olup, sonuçlar literatür bilgileri ışığında tartışılacaktır. Sonrasında ise çalışmanın literatüre yaptığı katkı, sınırlılıkları ve dezavantajları ve ileride yapılacak olan çalışmalara ilişkin önerilere yer verilecektir.

Bu çalışmada hem başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik hem de başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik alt boyutları erkek katılımcılarda kadın katılımcılara göre anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuç toplumumuzda var olan geleneksel cinsiyet rolleri ile açıklanabilir. Cinsiyet rolleri kimliğin önemli bir parçasıdır ve bireylerin gerçekleştirdikleri etkinlikler, cinsiyet rollerine uygun şekilde yapılıyor ise bu etkinliklere yüksek değer verilir (Eccles, 1987: 152). Türkiye gibi ataerkil toplumlarda, erkekler için biçilen roller; güçlü olmaları, ailelerine önderlik etmeleri, çevre standartları sağlamalarıdır (İmamoğlu, 1991: 832). Buradan hareket edildiğinde, erkeklerin toplumda daha baskın karakter olarak görülmeleri nedeni ile onlardan beklenen görevlerin ve standartları kadınlara kıyasla erkekler tarafından daha yüksek algılanmış olması olasıdır. Örneğin, garsonla muhatap olma işi erkeğindir ya da yapılacak bir seyahat planı erkekten beklenir vb. Toplumda erkekler için yerine getirilmesi gereken daha yüksek standartların mevcut olduğunun farkında olan erkekler, bu standartları ulaşmak için kusursuzluk çabası içine giriyor olabilirler. Bu anlamda cinsiyet rollerinin gerektirdiği yüksek standartları karşılamaya çalışan erkeklerin, diğerlerinin baskısını kadınlardan daha yüksek düzeyde hissetmeleri beklendiği bir durum olarak değerlendirilebilir.

Benzer şekilde, toplumun yol açtığı biçimde kendilerini kadınlardan önde gören erkekler, örneğin eşlerine karşı çok fazla beklenti içinde olabilirler, onlara

yükledikleri sorumlulukların kriterlerini yükseltebilirler. Çünkü toplumda yüksek statüde olduklarını, kadınlara kıyasla daha kusursuz bir yapıda olduklarını düşündükleri için karşısındaki kişilerden de kendi standartlarına uygun hareket etmelerini bekliyor olabilirler.

Hewitt ve Flett (1991) psikiyatri hastalarından oluşan örneklemelerinde, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin erkeklerde daha yüksek, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin ise kadınlarda daha yüksek olduğu bulgusunu elde etmişlerdir. Hewitt ve Flett (1991) öğrenci örneklemelerinde ise, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin erkeklerde daha yüksek olduğunu, kendine yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin ise kadın ve erkekler arasında farklılaşmadığını göstermişlerdir. Yine mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırmasını yapan başka bir çalışmada (Flett, Blankstein, Hewitt, Koledin, 1992), üç alt boyuttan elde edilen puanlar kadın ve erkekler arasında anlamlı farklılaşma göstermemiştir. Türk örneklemleri ile yapılan çalışmalara bakıldığında ise Çağlar, Bilgili, Karaca, Ayaz ve Aşçı'nın, (2010) üniversite öğrencileriyle yaptıkları bir çalışmada, kendine yönelik mükemmeliyetçilik puanı kadınlarda erkeklere göre daha yüksek bulunurken, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilikte ise erkeklerin puanları kadınlarınkinden daha yüksek bulunmuştur.

Yukarıda sunulan çalışmalardan hareketle, mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının incelenmesinde kadın ve erkekler arasındaki ilişkinin tutarsız bir örüntü sergilemesinin altında örneklem özelliklerinin yattığı söylenebilir. Katılımcıların yaş ortalamaları, gelir düzeyleri, eğitim durumları, aile yapıları veya yaşadıkları şehir vb. Demografik özellikleri, mükemmeliyetçilik düzeylerini farklılaştırmış olabilir. Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılacak yeni çalışmalar sonrasında, farklı örneklem özelliklerinin karşılaştırılmasının bu konuda daha aydınlatıcı bilgiler sunacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada cinsiyet temelinde anlamlı farklılıklar bulunan diğer bir değişken ise arkadaşlık kalitesidir. Çalışma bulgularına göre kadınların arkadaşlık kalitesi puanları erkeklerin arkadaşlık kalitesi puanlarından anlamlı bir şekilde daha yüksektir. Bu bulgu literatür ile paralellik göstermektedir (örneğin; Akman-Direkçi, 2018; Bagwell, Newcomb ve Bukowski, 1998; Doğan ve Yıldırım, 2006). Arkadaşlık ilişkilerinde kadınların daha başarılı olmalarının temelinde nöroendokrinal sistem

açısından salgılanan oksitosin hormonunun ya da evrimsel açıdan bakım verme ve bağlanmanın olabileceği belirtilmektedir (Taylor, Klein, Lewis, Gruenewald, Gurung ve Updegraff, 2000: 411).

Çalışma değişkenlerinin birbirleriyle ilişkilerini incelemek için bir dizi korelasyon analizi yapılmış; yaş ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı, negatif yönde ve düşük düzeyli bir ilişki bulunmuştur. Katılımcıların yaşları arttıkça belirttikleri arkadaşlık kaliteleri azalmaktadır. Bu bulgu hayatın doğal akışı içerisinde, kişilerin değişen ve giderek farklı örüntüler gösteren ilişkileri ile yorumlanabilir. Örneğin yaş arttıkça kişiler iş yaşamının gereği olarak sorumluluklar üstlenebilirler ya da evliliğin verdiği yükümlülükler ile baş etmek durumunda kalabilirler. Daha genç yaşlarda oldukça önemsenen ve üzerine yoğunlaşılan arkadaşlık ilişkileri, yaş ilerledikçe bu gibi yaşam şartları sonucu sekteye uğrayabilir ve bu nedenlerle de kişilerin algıladıkları arkadaşlık kalitesi düşebilir. Yine çalışmadan elde edilen yaş ile yakın arkadaşlara karşı hissedilen yakınlık arasında negatif bir ilişkinin bulunması da bu temele dayandırılabilir.

Çalışmanın diğer bir önemli bulgusu ise, yaş ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkinin bulunmasıdır. Katılımcıların yaşı arttıkça kendilerini mükemmel olarak sunma düzeyleri de artmaktadır. Yaşamda belli bir olgunluğa gelmiş bir kişi, yaptıklarının karşılığı olarak diğerlerine karşı kusursuz görünmek isteyebilir, hayattan elde ettiği kazanımları başkalarına gösterme çabası içinde olabilir. Toplumda var olan inanca göre, yaş ilerledikçe hayattan elde edilen birikimler arttığı için bilgi seviyesi de yükselmektedir. Dolayısıyla bu inancı doğrulamak isteyen bireylerin kendilerini mükemmel olarak sunma düzeyleri de artmaktadır denilebilir.

Diğer bir demografik değişken olan eğitim süresi ile ilgili sonuçlara bakıldığında ise, mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanının eğitim ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir: Kişilerin eğitimleri arttıkça kendilerini mükemmel olarak sunma düzeyleri azalmaktadır. Bu bulgu Flett, Coulter ve Hewitt'in (2012) mükemmeliyetçi benlik sunumunu kullanan katılımcıların aslında kendilerini kusurlu bir yapıda gördükleri görüşü ile paralellik göstermektedir denilebilir. Çünkü toplumda var olan değer ve yargılara göre yüksek eğitim seviyesine sahip olan birisi, diğerleri tarafından birikimli ve donanımlı olarak görülmekte olup hata yapma olasılığı

az olan bir kimse imajı uyandırmaktadır. Diğerleri üzerinde böyle bir imaja sahip olan bir kimsenin de kendini mükemmel olarak sunma ihtiyacı azalmaktadır denilebilir. Bir diğer olası açıklama ise eğitim düzeyi yükseldikçe, aslında kişilerin yaptıkları benlik sunumunu gene bir benlik sunumu taktığı olarak araştırmacılara yansıtmamaları durumu olabilir. Ayrıca eğitim düzeyi, mükemmeliyetçiliğin hiçbir alt boyutu ve arkadaşlık kalitesi ile de ilişkili değildir.

En yakın arkadaş ne kadar yakın hissedildiği ile başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçi benlik sunumu puanları arasında anlamlı ve negatif bir ilişki bulunmuştur. Bu bulgu Mackinnon, Sherry, Pratt ve Smith'in (2014) başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin düşük arkadaşlık yakınlığı ile etkileşiminin olduğunu sundukları araştırma bulgusuyla paralellik taşımaktadır. Başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğe sahip olan kişiler diğerlerinin beklentilerini karşılayamamaktan ötürü duydukları kaygı nedeni ile kişiler arası ilişkilerde sıklıkla problem yaşamaktadırlar (Mackinnon, Sherry, Antony, Stewart, Sherry ve Hartling, 2012). Bu nedenle de arkadaş duyulan yakınlığın azalması muhtemeldir. Yine yalnızlık ile başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişkinin olması kişiler arasında yaşanan bu problemlerden kaynaklanıyor olabilir.

Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeyindeki artışın, en yakın arkadaş hissedilen yakınlık düzeyi ile olan negatif ilişkisi ise beklentinin karşılanmaması ile açıklanabilir. Çevrelerindeki kişilere başarımları için yüksek standartlar koyanlar, bu standartların karşılanması konusunda tatmin olmadıkça en yakın arkadaşlarına bile uzaklaşabilirler bu da en yakın kabul ettikleri arkadaşlarına karşı bile yakınlık hissinin azalması ile sonuçlanabilir.

Mükemmeliyetçi benlik sunumu ve yakınlık arasındaki negatif ilişki ise kişilerin taktıkları bu maskeyi kullanma olasılıklarının kendilerine yakın hissettikleri kişilerde azalması ile açıklanabilir. Çünkü bir kişiye karşı duyulan yakınlık arttıkça koşulsuz olarak kabul edileceği düşüncesi de artar (Beebe, Beebe ve Redmond, 2014), dolayısıyla bu maskeyi kullanmaya gerek kalmaz. Ya da tam tersi, benlik sunumunu daha az yaptıkça, en yakın arkadaş ile olan ilişkisini daha yakın olarak değerlendirir.

Ayrıca yalnızlık düzeyi ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında pozitif yönlü, arkadaşlık kalitesi ile negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Kendini mükemmel

olarak sunmadaki artış kişilerin yalnızlık düzeylerindeki artışa paraleldir. Bu bulgu mükemmeliyetçi benlik sunumu yapan kişilerin sosyal destek aramaktan kaçındıkları bulgusuyla (Craciun ve Dudau, 2014) uyumludur. Mükemmeliyetçi benlik sunumu yapan kişilerin bir sosyal destek kaynağı olan arkadaşlık kalitesini düşük seviyelerde belirtmeleri oldukça olası görünmektedir. Yalnızlık ile arkadaşlık kalitesi arasında bulunan negatif ilişki de literatür ile uyumludur (Akman Direkçi, 2018; Nangle ve diğerleri, 2003; Zhang ve diğerleri, 2014).

Çalışmanın ana değişkenleri ile yapılan korelasyon analizleri sonucunda “kendine yönelik”, “başkalarına yönelik” ve “başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik” ile mükemmeliyetçi benlik sunumu arasında anlamlı, pozitif yönde ve orta dereceli ilişkiler bulunmuştur. Bu ilişkilerde kendine yönelik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliklerin mükemmeliyetçi benlik sunumu ile olan ilişkisi başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğe göre daha yüksektir. Bu bulgu literatüre paraleldir (Hewitt ve diğerleri, 2003). Çünkü bu değişkenlerden sadece başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik kişinin kendi dışına odaklanmaktadır.

Ayrıca kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasında da anlamlı pozitif yönde ve düşük dereceli bir ilişki bulunmuştur. Yani kişilerin kendilerine yönelttikleri mükemmeliyetçilikleri arttıkça arkadaşlık kaliteleri de artmaktadır. Bu bulgu her şeyin en iyisini ve en kusursuzunu yapmaya çalışan kişilerin belki de arkadaşlık ilişkilerinde de iyi olduklarını kendilerine kanıtlamaya çalışarak ve ölçekteki işaretlemelerini de o yönde yaparak kendilerine yönelttikleri mükemmeliyetçiliklerini bu yolla sağlamış olabilecekleri şeklinde yorumlanabilir.

Hem başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik hem de başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik, arkadaşlık kalitesi ile ilişkili bulunmamıştır. Bu bulgu araştırmanın hipotezlerini doğrulamamaktadır. Ayrıca başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin yalnızlık, utangaçlık, negatif değerlendirilme korkusu, sosyal benlik saygısının düşüklüğü gibi durumları içeren psikolojik uyum problemleri (Flett, Hewitt ve Rosa, 1996), algılanan sosyal beceri düşüklüğü (Flett, Hewitt ve Rosa, 1996) ve öfke kontrolü eksikliği ile (Çepikkurt, 2017) ilişkili olduğunu gösteren literatür bulgularıyla da uyumsuzdur. Diğerleri için yüksek standartlar belirlemek ve sonrasında bu standartların karşılanmadığını görmek, var olan ilişkinin zedelenmesini olası kılacaktır. Fakat elde edilen bulguların hipotezlerimizi doğrulamaması örneklem

özelliklerinden kaynaklanmış olabileceği gibi, diğerleri için kullanılan standartların yakın arkadaşlar için kullanılmıyor olmasından da kaynaklanmış olabilir. Söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin, bundan sonra gerçekleştirilecek yeni çalışmalarda yapılacak daha detaylı analizinin durumu netleştirmeye katkı sunacağı düşünülmektedir.

Mükemmeliyetçi benlik sunumu toplam puanı ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamasına rağmen mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutları olan mükemmeliyetçi öz yükseltme ve hatalarını söylememe ile arkadaşlık kalitesi arasında anlamlı, negatif yönlü ve düşük düzeyli ilişkiler bulunmuştur. Yani kişilerin mükemmeliyetçi öz yükseltmeleri ve hatalarını söylememe düzeyleri arttıkça arkadaşlık kalitesi azalmaktadır. Hataların söylenmemesi ile arkadaşlık kalitesi arasındaki negatif ilişki kendini açma literatürü ile paralellik göstermektedir. Güven duygusu temelinde oluşan arkadaşlık ilişkilerinde kişiler, güven duydukları kişilere kendilerini açarlar ve kendilerini açtıkça da karşısındaki kişilere karşı güvenleri artar (Hartley, 1999). Hatalarını söylememe düzeyi yüksek dolayısıyla kendini açma düzeyi düşük olan katılımcıların ilişkilerinde güven duygusunun yeterince oluşmamasından dolayı arkadaşlık kalitelerinin düşük olması anlaşılabilir. Kendini açma ile ilgili detaylı bilgi aracılık modellerine ilişkin açıklamaların yapıldığı bölümde aktarılacaktır. Mükemmeliyetçi öz yükseltme arttıkça, arkadaşlık kalitesinin düşmesi de literatür ile uyumludur. Örneğin yapılan bir çalışmada (Rudman, 1998), kadınlar mükemmeliyetçi öz yükseltme stratejisini kullanan kadınları erkeklere kıyasla daha yetersiz, sosyal açıdan daha az arzulanır bulmakta ve işe alım süreçlerinde daha az tercih etmektedirler. Kadınların bu taktiği kullanan hemcinslerine karşı yakınlık duymamaları, bizim çalışmamızda aynı cinsiyetten en yakın arkadaş ile olan arkadaşlık kalitesinin mükemmeliyetçi öz yükseltme ile olan negatif ilişkisine uygun düşmektedir. Bu durum mükemmeliyetçi öz yükseltme stratejisini kullanan kişilerin diğerleri tarafından antipatik, yapmacık ya da ukala olarak algılanmalarından kaynaklanıyor olabilir. Diğer bir olası açıklama ise, kendini yücelten kişilerin diğerleri tarafından rakip olarak algılanması oluyor olabilir. Her şeyi iyi yaptığını söyleyen ve kendini sürekli bu şekilde sunan kişiler yakınlarını gölgede bırakabilecekleri için, onlar tarafından tehdit ögesi olarak algılanıyor olabilir ve bu da aralarındaki ilişkinin zedelenmesine yol açabilir.

Çalışmanın temel amacı kapsamında arkadaşlık kalitesi ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide mükemmeliyetçi benlik sunumu alt boyutlarının aracılık etkileri incelenmiş; kendine yönelik mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkide hatalarını söylememenin kısmi aracılık rolü olduğu görülmüştür. Sonuçlar şu şekildedir: “Kendine yönelik mükemmeliyetçilik” düzeyindeki artış; “mükemmeliyetçi öz yükseltme”, “hatalarını gizleme” ve “hatalarını söylememe” düzeylerindeki artışı yordamaktadır. Ayrıca “mükemmeliyetçi öz yükseltme” ve “hatalarını gizleme” alt boyutları arkadaşlık kalitesini yordamazken “hatalarını söylememe” arkadaşlık kalitesinin anlamlı ve negatif bir yordayıcısıdır. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik arttıkça hatalarını söylememe düzeyi artmakta ve en sonunda da arkadaşlık kalitesi azalmaktadır. Bu bulgu literatür ile uyumludur (Hewitt ve diğerleri, 2003). Kendileri için yüksek standartlar koyan ve hedeflerine ulaşmaya çalışan kişiler kusurlarını başkalarına açıklama konusunda isteksizdirler ve belki de bu durum eleştiriye karşı oldukça duyarlı olmalarından kaynaklanıyor olabilir (Antony ve McCabe, 2006).

Söz konusu aracılık bulgusu, “insanların bir başka kişiye kendi düşünceleri, hisleri ve deneyimleriyle ilgili bilgiyi açıklama düzeyi” (Araz, 2005: 115) ile tanımlanan kendini açma (self disclosure) literatürü ile paralellik göstermektedir. Örneğin evli çiftlerle yapılan bir çalışmada, seçici olarak kendini açma koşulunda bulunan çiftlerin, sıradan konuşmalar gerçekleştiren koşulda bulunan çiftlere kıyasla konuşmadan daha çok doyum aldığı bulgusu elde edilmiştir (Gilbert, 1976). İlişkilerde kişiler birbirlerine kendilerini açtıkça paylaştıkları bu bilgileri doğrulamak için birbirlerine daha çok bağlanırlar, birbirlerinin bütün güçlü yanlarını da zayıflıklarını da bilirler. Çünkü her ne olursa olsun kabul görececeklerini düşündükleri için kusurlarını saklamazlar ya da reddedilme korkusu yaşamazlar (Beebe, Beebe ve Redmond, 2014). Bizim çalışmamızda, hatalarını söylememe düzeyi yüksek olan katılımcıların aslında kendilerine yönelik kusurlu bir imgeye sahip oldukları (Flett, Coulter ve Hewitt, 2012) ve karşı tarafın kendilerini bu kusurlu yapıyla kabullenmeyecekleri düşüncesi hâkim olduğu için kendilerini açmada sıkıntı yaşadıkları ve bunun da arkadaşlık ilişkilerini olumsuz yönde etkiledikleri söylenebilir. Ayrıca ister arkadaşlık ister romantik ilişki olsun, kişilerin partnerlerinden bekledikleri en önemli özelliğin *açıklık* olması (Sprecher ve Regan, 2002), hatalarını söylememe boyutunun arkadaşlık kalitesini

negatif yönde yordamasına paralel bir bulgudur. Hiç kimsenin kusursuz olmadığı gerçeğinden hareket edildiğinde, kusurların itirafı, kendi olumsuzluklarıyla ilgili itirafta bulunan kişinin samimi ve doğal olduğu, yapmacıklıktan uzak olduğu algısını yaratıyor olması nedeniyle ilişkinin kalitesini yükseltiyor olabilir. Ya da tam tersi, kusurların itiraf edilmemesi/saklanması kişiyi doğal/samimi olmadığı yönünde algılamayı beraberinde getirebilir ve kişileri kendisinden uzaklaşmaya götürüyor olabilir.

Bizim çalışmamızın da gösterdiği gibi, kendine yönelik mükemmeliyetçiliği yüksek olan kişilerin kusurlarını/hatalarını başkalarıyla paylaşmamaları, arkadaşlık kalitesini olumsuz yönde etkilemekte, ancak kusurlarını ifade ettiklerinde bir diğer deyişle hatalarını söylememe düzeyi düştüğünde algılanan arkadaşlık kalitesi artış göstermektedir.

Kendini açma ile ilgili kültürel çalışmalara bakıldığında, kişilerin kendileri ile ilgili özel bilgileri diğerleriyle paylaşma düzeylerinin kültürden kültüre farklılaştığını görülmektedir. Örneğin, Kuzey Amerikalıların Japonlara kıyasla yakın arkadaşlarına kişisel ve kendileri ile ilgili mahrem bilgileri açıklama düzeyleri daha yüksektir (Gudykunst ve Nishida, 1963; Kito, 2005). Bu noktadan hareket edildiğinde, bu çalışmadaki katılımcıların kendilerine yönelik mükemmeliyetçiliklerinin hatalarını söylememe düzeyini artırması kültüre bağlı olarak farklılık göstermektedir denilebilir. Kuzey Amerika gibi kendini açma düzeyi yüksek olan Batı toplumlarında, kişilerin kendine yönelik mükemmeliyetçilikleri hatalarını söylememe düzeylerini etkilemeyebilir ya da Japonya gibi Doğu toplumlarında zaten kendini açma düzeyi düşük olan bireyler kendine yönelik mükemmeliyetçilikleri olduğunda kendilerini diğerlerine karşı daha da kapatabilirler. Türkiye gibi Doğu ve Batı sentezini içeren ülkelerde sonuçlar kültürden bağımsız bir şekilde düşünülmemelidir.

Aracılık modelleri analizlerinde, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkilerde mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarına ilişkin aracı roller anlamlı bulunmamıştır. Yani hem başkalarına yönelik hem de başkalarınca belirlenen mükemmeliyetçiliğin arkadaşlık kalitesi ile olan ilişkisinde mükemmeliyetçi öz yükseltme, hatalarını gizleme ve hatalarını söylememe alt boyutlarının aracılık rolleri bulunmamaktadır. Hem başkalarına yönelik hem de başkalarınca belirlenen

mükemmeliyetçilik, arkadaşlık kalitesini anlamlı bir şekilde yordamamaktadır. Arkadaşlık kalitesi üzerinde doğrudan etkileri bulunmamaktadır. Bu bulgu literatür bulgularıyla (Flett, Hewitt ve Rosa, 1996; Mackinnon, Sherry, Pratt ve Smith, 2014) uyumsuzdur. Ayrıca başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin kişinin kendisinden ziyade diğerleri odaklı olması, mükemmeliyetçi benlik sunumunu yordamamasını, dolayısıyla mükemmeliyetçi benlik sunumunun alt boyutlarının aracılık etkilerinin olmamasını açıklayabilir. Ayrıca benlik sunumu alt boyutlarından hiçbirinin düzenleyicilik etkisinin olmadığı görülmüştür.

Hiyerarşik regresyon analizi bulgularına göre, arkadaşlık kalitesinin en önemli yordayıcıları, varyansın %28'ini açıklayan “arkadaşlık ilişkisinin idealdekine ne kadar benzediği” ve “arkadaşlık ilişkilerinin ne kadar önemli olduğu”dur. Bu bulgu katılımcıların arkadaşlık ilişkilerini değerlendirirken çoğunlukla olması gereken, ideal olan ilişkiye benzerliği ve kendilerinin bu ilişkiye ne kadar önem verdiği açısından değerlendirdiklerini göstermektedir. Kişiler arkadaşlık ilişkilerini olması gereken ilişki çerçevesinde değerlendirdiklerinde ve bu ilişkiye daha fazla önem verdikçe algıladıkları arkadaşlık kalitesi de buna bağlı olarak artmaktadır. Bu analiz kapsamında elde edilen bulgulardan önemli olan bir diğeri arkadaş ile olan “düşünce” ve “davranış benzerliği”nin varyansa %3'lük bir katkı sağlamasıdır. Bu bulgu “kişilerin kendilerine değer ve düşünceler bakımından benzeyen diğer bireylerle sosyal ilişki kurma eğilimi” olarak tanımlanan homofili (homophily) ile açıklanabilir (Lawrence, 2017: 2). Arkadaşlık ilişkilerinde kişilerin diğerleriyle olan düşünce ve davranış açısından benzerliği bu ilişkinin daha kaliteli olarak algılanmasına yol açıyor olabilmektedir. Çünkü paylaşılan ortaklıklar arttıkça aradaki uyum artacaktır, çatışma ve gerginliklerin oluşma ihtimali de aynı şekilde azalma eğiliminde olacaktır.

Bu çalışma, Türkiye’de arkadaşlık kalitesi ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi inceleyen ilk araştırma olması özelliği ile önemlidir. Bu çalışmada aynı cinsiyetten en yakın arkadaşla olan ilişki, mükemmeliyetçilik ve mükemmeliyetçi benlik sunumu ile ilişkilendirilerek incelenmiştir. Mükemmeliyetçiliğin bir kişilik özelliği olarak yüksek standartlar belirleme, kusursuzluk çabası gibi içsel süreçlerle birlikte kişilerarası ilişkiler bağlamında da çalışılmasının literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Kişilerarası süreçlerde yaşanan çatışma boyutlarını anlamak ve çözüm bulmak adına mükemmeliyetçiliğin yaptığı katkıyı ele almanın bu alanın daha

çok aydınlatılmasını sağlayacağı öngörülmektedir. Psikoloji literatüründe daha çok klinik psikoloji kapsamında çalışılan mükemmeliyetçiliğin, bu çalışmada sosyal psikoloji perspektifinden ele alınması nedeniyle katkı sağladığı düşünülmektedir.

Ayrıca şu ana kadar mükemmeliyetçi benlik sunumuyla ilgili Türkiye’de bir uyarılma çalışması (Balcı ve arkadaşları, 2009) bir de çocuk ve ergen örnekleminde gerçekleştirilen bir çalışma (Uzunel, 2016) bulunmakta olup yetişkin örnekleminde mükemmeliyetçi benlik sunumu ile ilgili olarak yapılmış bir araştırmanın olmaması da bu çalışmayı değerli kılmaktadır.

Çalışmanın diğer bir önemli özelliği ise arkadaşlık kalitesi ölçümleri ile birlikte en yakın arkadaş ile olan düşünce ve davranış benzerliği gibi homofiliye yönelik ölçümlerin de alınmış olmasıdır. Bu ölçümlerin, araştırmanın ana değişkenleri ile ilgili olarak oldukça değerli ön bilgiler sunduğu düşünülmektedir.

Çalışmanın sağladığı katkıların yanı sıra bazı sınırlılıkları da mevcuttur. Kullanılan ölçme araçlarının hepsinin öz bildirim dayalı olması en büyük sınırlılıktır. Özellikle kişilik özelliği gibi bir değişkenin incelenmesinin katılımcıların sosyal arzulanırılık düzeylerinin daha da yükselmesine neden olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Araştırma kapsamında yer alan diğer bir sınırlılık ise mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarının örneklem içerisinde kategorilendirilmemesidir. Örneğin kendine yönelik mükemmeliyetçiliği yüksek ama başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliği düşük seviyelerde olan katılımcılarda arkadaşlık kalitesinin örtük analizlerle incelenmesinin söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin anlaşılmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca boylamsal araştırmalar da mükemmeliyetçiliğin doğasını netleştirecektir.

Bulgular bir bütün olarak değerlendirildiğinde, aynı cinsiyetten en yakın arkadaşla olan ilişkinin kalitesinde mükemmeliyetçiliğin belirleyiciliğinin sınırlı bir kapsamının olduğu söylenebilir.

Elde edilen bulguların, alanda çalışan psikologlar için işlevsel olacağı; özellikle sosyal ilişkilerinde sorunlar yaşayan bireylerin, bu ilişkilerinin çözümlenmesinde yardımcı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Akın, A. ve Akın, Ü. (2015). Arkadaşlık kalitesi ve öznel mutluluk: öznel zindeliğin aracılık rolü. *Eğitim ve Bilim*, 40(177), 233-242.

Akın, A., Karduz, F. F. ve Akın, Ü. (2014). Arkadaşlık kalitesi ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenirliği. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 378-383.

Akın, R.G. ve Blieszner, R. 1994. An Integrative Conceptual Framework for Friendship Research. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(2), 163-184.

Akın, Ü., Akın, A. ve Uğur, E. (2016). Mediating role of mindfulness on the associations of friendship quality and subjective vitality. *Psychological Reports* 119(2), 516-526.

Antony, M. M., & McCabe (2006). Perfectionism. *Personality and individual differences*, 273-276.

Antony, M., & Swinson, R. (2009). *When perfect isn't good enough*. New Harbinger Publications, Inc.

Araz, A. (2005). *Kişilerarası ilişkilerde benlik sunumu: maskelerimiz mi gerçek yüzümüz mü?* Varlık Yayınları.

Bagwell, C. L., Newcomb, A. F., & Bukowski, W. M. (1998). Preadolescent friendship and peer rejection as predictors of adult adjustment. *Child Development*, 69(1), 140-153.

Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group interviews with perfectionistic thinking. *The Personal and Guidance Journal*. 61(10), 612-615.

Beebe, S. A., Beebe S. J., & Redmond, M. V. (2014). *Interpersonal communication relating to others* (7. Baskı). USA: Pearson.

Berndt, T. J. (2002). Friendship quality and social development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7-10.

Biyikoglu, E. B. ve Egeci, I. S. (2017). Marital adjustment: the role of perfectionism, the ways of coping with stress and gender. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 7, 125-138.

Borroni, S., Bortolla, R., Lombardi, L., Somma, A., Maffei, C., & Fossati, A. (2016). The Italian version of Perfectionistic Self-Presentation Scale: psychometric proprieties and its associations with pathological narcissism and adult attachment in an adult non clinical sample. *Personality and Mental Health*, 10, 130-141.

Bukowski, W. M., Newcomb, A. F., & Hartup, W. W. (1996). Friendship and its significance in childhood and adolescence: Introduction and comment. *The company they keep: Friendship in childhood and adolescence* içinde (s. 1–15). New York: Cambridge University Press.

Burns, D. D. (1980a). *Feeling good: The new mood therapy*. New York: New American Library.

Burns, D. D. (1980b). The Perfectionist's Script for Self-defeat. *Psychology Today*, 41, 34-51.

Burns, D. D. (1999). *Feeling good: The new mood therapy*. New York: New American Library.

Büyükbayraktar, Ç. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Büyüköztürk, Ş. (2013). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (18. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Chan, D., & Cheng, G. (2004). A comparison of offline and online friendship qualities at different stages of relationship development. *Journal of Social and Personal Relationships*, 21(3), 305-320. DOI: 10.1177/0265407504042834.

Costa, P. T., McCrae, R. R., & Kay, G. G. (1995). Persons, places and personality: Career assessment using the revised NEO personality inventory. *Journal of Career Assessment*, 3(2), 123-139.

Cowie, M. E., Nealis, N. J., Sherry, S.B, Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (2018). Perfectionism and academic difficulties in graduate students: Testing incremental prediction and gender moderation. *Personality and Individual Differences*, 123, 223-228.

Craciun, B., & Dudau, D. P. (2014). The relation between perfectionism, perfectionistic self-presentation and coping strategies in medical employees. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 127, 509 – 513.

Çağlar, E., Bilgili, N., Karaca, N., Ayaz, S. ve Aşçı, F.H. (2010). The psychological characteristics and health related behavior of adolescents: The possible roles of social physique anxiety and gender, *Spanish Journal of Psychology*, 13, 741-750.

Çepikkurt, F. (2017). Examination of the relationship between perfectionism scores and anger states in physical education and sports teacher candidates. *Scientific Journal of Education, Sports, and Health*, 2, 7-18. DOI: 10.29081/gsjesh.2017.18.2.01.

Demir, M. (Ed.). (2015). *Friendship and happiness*. USA: Springer.

Demir, M., & Weitekamp, L. A. (2007). I am so happy cause today ı found my friend: friendship and personality as predictors of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8, 181–211.

Direkçi, Akman, E. (2018). Yetişkinlikte Çocukluğa İlişkin Hatırlanan Ebeveyn Kabul-Reddi ile Yalnızlık Arasındaki İlişkide Duygu Dışavurum Tarzlarının ve Arkadaşlık Kalitesinin Aracı Roller. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Doğan, T. ve Yıldırım, İ. (2006). Üniversite Öğrencilerinin İyilik Halinin “Arkadaşlık” ve “Sevgi” Boyutlarının İncelenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 24, 77-86.

Eccles, J. S. (1987). Gender roles and women’s achievement-related decisions. *Psychology of Women Quarterly*, 11, 135-172.

Flett, G. L., Coulter, L. M., & Hewitt, P. L. (2012). The perfectionistic self presentation scale–junior form: psychometric properties and association with social anxiety in early adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 27(2) 136 –149.

Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Singer, A. (1995). Perfectionism and parental authority styles. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 51(1), 50-60.

Flett, G. L., Hewitt, P.L., & Rosa, T.D. (1996). Dimesions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. *Person. Individ. Diff.*, 20(2), 143-150.

Flett, G. L., Russo, F. A., & Hewitt, P. L. (1994). Dimensions of perfectionism and constructive thinking as a coping response. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive –Behavior Therapy*, 12, 163-179.

Flett, G.L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage and Family*, 65(1), 143-158.

Flett, G.L., Blankstein, K.R., Hewitt, P.L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality*, 20, 85-94.

Frost, R. O., Lahart, C. M. & Rosenblate, R. (1991). The development of perfectionism: A study of daughters and their parents. *Cognitive Therapy and Research*, 15, 469-489.

Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. M., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449–468.

Gilbert, S. J. (1976). Self disclosure, intimacy and communication in families. *The Family Coordinator*, 25(3), 221-231.

Gudykunst, W. B., & Nishida, T. (2005). Social Penetration in Japanese and American Close Friendships. In *Communication Yearbook* (pp. 592–611). New York: Routledge.

Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.

Hamarta, E. (2009). Examining the social anxiety of adolescents with regards to interpersonal problem solving and perfectionism. *Elementary Education Online*, 8(3), 729-740.

Hartley, P. (1999). *Interpersonal communication* (2nd ed.). Routledge, London.

Hartup, W. W., & Stevens, N. (1999). Friendships and adaptation across the life span. *Current Directions in Psychological Science*, 8, 76–79. doi:10.1111/1467-8721.00018.

Hassan, H.K., Fattah, S.M., Maugoud, M.K., & Badary, A.H.A. (2012). Perfectionism and performance expectations at university: Does gender still matter? *European Journal of Education and Psychology*, 5(2), 133-147.

Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis*. New York: The Guilford Press.

Hays, R.B. (1988). Friendship, in S. Duck (ed.), *Handbook of Personal Relationships: Theory, Research, and Interventions* (Wiley, New York), pp. 391–408.

Hewitt P.L., Flett, G. L., Donovan-Turnbull, W., & Mikail, S. F. (1991). The multidimensional perfectionism scale: reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 464-468.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 58-65. doi:10.1037/0021-843X.102.1.58.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2002). Perfectionism and stress processes in psychopathology. In G. L. Flett, P. L. Hewitt (Eds.). *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 255-284). Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/10458-011.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303–1325.

İmamoğlu, E. O. (1991). *Aile içinde kadın-erkek rolleri*. Türk Aile Ansiklopedisi. Ankara: Cilt 3, T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu. Ankara: Türkiye Yazarlar Birliği Vakfı.

İnanç, B. ve Yerlikaya, E. (2014). *Kişilik kuramları* (8. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Kabat-Zinn, J. (1994). *Wherever you go, there you are: Mindfulness meditation in everyday life*. New York, NY: Hyperion.

Kaya F. ve Peker, A. (2016). The relationship between perfectionism and forgiveness of university students: the mediator role of emotional intelligence. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15 (4), 1086-1094.

Kaya, F., Erdoğan, R. ve Çağlayan, Y. (2014). Üstün zekâlı ve yetenekli öğrencilerin okul yaşam kaliteleri ve arkadaşlık ilişkilerinin karşılaştırılması. *Türk Üstün Zekâ ve Eğitim Dergisi*, (4)2, 107-125.

Kıral, E. (2012). İlköğretim Okulu Yöneticilerinin Mükemmeliyetçilik Algısı ve Kontrol Odağı ile İlişkisi. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Kıral, E. ve Çavuş, B. (2017). The relationship between the instructors' perfectionism and social emotional loneliness levels. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 7(3), 483-508.

Kito, M. (2005). Self-disclosure in romantic relationships and friendships among american and japanese college students, *The Journal of Social Psychology*, 145, 127–40.

Lansford, J. E., Yu, T., Pettit, G. S., Bates, J. E., & Dodge, K. A. (2014). Pathways of peer relationships from childhood to young adulthood. *Journal of Applied Developmental Psychology, 35*(2): 111-117.

Lawrence, B. S. (2017). Homophily: Measures and Meaning (Doctoral dissertation, Rutgers University).

Lin, C.W. (2018). Structural Modeling on the Relationship Between Positive Perception, Deliberative Belief, and Friendship Quality: A Study with Undergraduate Students. *Education, 138*(3), 279-289.

Mackinnon, S. P., Kehayes, L. L., Leonard, K. E., Fraser, R. & Stewart, S.H. (2017). Perfectionistic Concerns, Social Negativity, and Subjective Well-Being: A Test of the Social Disconnection Model. *Wiley Online Library, 85*(3), 326-340.
<https://doi.org/10.1111/jopy.12243>.

Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Antony, M. M., Stewart, S. H., Sherry, D. L., & Hartling, N. (2012). Caught in a bad romance: Perfectionism, conflict, and depression in romantic relationships. *Journal of Family Psychology, 26*, 215–225.
doi:10.1037/a0027402.

Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Pratt, M. W. & Smith, M. M. (2014). Perfectionism, Friendship Intimacy, and Depressive Affect in Transitioning University Students: A Longitudinal Study Using Mixed Methods. *Canadian Journal of Behavioural Science, 46*(1), 49-59.

Mendelson, M. J. & Aboud, F. (1999). Measuring Friendship Quality in Late Adolescents and Young Adults: McGill Friendship Questionnaires. Measurement Instrument Database for the Social Science.

Meuwese, R., Cillessen, A. & Güroğlu, B. (2017). Friends in high places: A dyadic perspective on peer status as predictor of friendship quality and the mediating role of

empathy and prosocial behavior. *Social Development*, 26, 503-519. DOI: 10.1111/sode.12213.

Mızrak, Ö. E. (2006). Anksiyete Bozukluğu ve/veya Depresif Bozukluk Tanısı Alan Hastalarda Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği Uyarlama Çalışması. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people, *American Psychologist*, 55, 56–67.

Nangle, D. W., Erdley, C. A., Newman, J. E., Mason, C. A., & Carpenter, E. M. (2003). Popularity, friendship quantity, and friendship quality: Interactive influences on children's loneliness and depression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 32(4), 546-555.

Nepon, T., Flett, G., Hewitt, P. L., & Molnar, D.S (2011). Perfectionism, negative social feedback and interpersonal rumination in depression and social anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 43(4), 297-308.

Özçiçek, G. (2014). Çocuğun Benlik Kavramının Olumluluğu, Annenin Mükemmeliyetçiliği ve Anne Kabul Red Algısı Arasındaki İlişkilerin İncelemesi. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group acceptance and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611-621.

Rice, K. G., & Dellwo, J., P. (2002). Perfectionism and Self development: Implication for college adjustment. *Journal of Counseling*, 80, 188-196.

Rice, K. G., & Dellwo, J., P. (2002). Perfectionism and self development: Implication for college adjustment. *Journal of Counseling*, 80, 188-196.

Rose, A. J., & Rudolph, K. D. (2006). A review of sex differences in peer relationship processes: Potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin*, 132, 98 –131.

Rudman, L. A. (1998). Self-promotion as a risk factor for women: The costs and benefits of counterstereotypical impression management, *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 629-645.

Ryan, R. M., & Frederick, C. (1997). On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529–565.

Saraç, A.G. (2017). Investigating the relationship between the dimensions of perfectionism and self-efficacy in undergraduate students. *European Journal of Education Studies*, 3(10), 460-474.

Satıcı, B. (2018). Genç Yetişkinlerde Mükemmeliyetçilik İle Romantik İlişki Doyumu Arasında Duygusal Zeka Ve Bilinçli Farkındalığın Aracılık Rollerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi.

Schlenker, B. R. (1980). *Impression management: The self-concept, social identity, and interpersonal relations*. Monterey, CA: Brooks/Cole.

Shafran, R. Egan, S., & Wade, T. (2010). *The Complete Guide to Overcoming Eating Disorders, Perfectionism and Low Self-Esteem*. Constable & Robinson Ltd.

Shahar, G., Blatt, S. J., Zuroff, D. C., Krupnick, J. L., & Sotsky, S. M. (2004). Perfectionism impedes social relations and response to brief treatment for depression. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 140–154. doi:10.1521/jscp.23.2.140.31017.

Sprecher, S., & Regan, P. C. (2002). Liking some things (in some people) more than others: Partner preferences in romantic relationships and friendships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 19, 463–81.

Stoeber, J. (2011). The dual nature of Perfectionism in sports: Relationships with emotion, motivation and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 128-145. DOI: 10.1080/1750984x.2011.604789.

Stoeber, J. (2018). *The psychology of perfectionism, an introduction*. Taylor & Francis, 1-17.

Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology, Review*, 10, 295-319.

Stoeber, J., & Roche, D. L. (2014). Affect intensity contributes to perfectionistic selfpresentation in adolescents beyond perfectionism. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 32, 164–180.

Sunal, A., Ok, A. ve Keskin, S. (2016). İş-aile çatışması boyutları ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide evlilik doyumunun düzenleyici rolü. *DTCF Dergisi*, 56(1), 144-162.

Taylor, S. E., Klein, L. C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A., & Updegraff, J. A. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: Tend-andbefriend, not fight-or-flight. *Psychological Review*, 107(3): 411-419.

Thien, L. M., Abd Razak, N., & Jamil, H. (2012). Friendship quality scale: Conceptualization, development and validation. Paper presented at the AARE APERA International Conference, Sydney, Australia.

Uzunel, A. (2016). Lise Öğrencilerinin Anne Baba Tutumları ile Mükemmeliyetçi Öz-Sunum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Kocaeli Örneği). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

Waldrip, A. M., Malcolm, K. T., & Jensen- Campbell, L. A. (2008). With a little help from your friends: The importance of high- quality friendships on early adolescent adjustment. *Social Development*, 17(4): 832-852.

Watts, R. E. (2015). Adler's individual psychology: The original positive psychology. *Revista de Psicoterapia*, 26(102), 123-131.

Zhang, F., You, Z., Fan, C., Gao, C., Cohen, R., Hsueh, Y., & Zhou, Z. (2014). Friendship quality, social preference, proximity prestige, and self-perceived social competence: Interactive influences on children's loneliness. *Journal of School Psychology*, 52(5), 511-526.



EKLER

Ek 1: Etik Kurul İzni

T.C.
DOKUZ EYLÜL ÜNİVERSİTESİ
EDEBİYAT FAKÜLTESİ
Etik Kurulu Kararları

Toplantı Tarihi: 09.11.2018 **Toplantı Sayısı:** 30 **Karar:** 3

Dekan Vekili Prof.Dr.Mustafa DAŞ başkanlığında belirtilen üyelerin katılımı ile Cuma günü saat 10:00'da toplanan Fakültemiz Etik Kurulu aşağıdaki konuyu görüşerek karara bağladı.

KARAR:

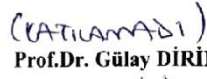
Fakültemiz Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Doç.Dr.Arzu ARAZ'ın sorumlu araştırmacı olduğu ve Emine SAKI'nin yüksek lisans tezi kapsamında yürütülecek olan **"Mükemmeliyetçilik ve Arkadaş Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Düzenleyici Rolü"** başlıklı projenin etik açıdan uygulanması incelendi.

Yapılan görüşmeler sonunda;

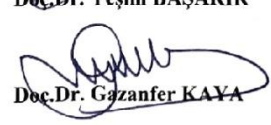
Fakültemiz Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi Doç.Dr.Arzu ARAZ'ın sorumlu araştırmacı olduğu ve Emine SAKI'nin yüksek lisans tezi kapsamında yürütülecek olan **"Mükemmeliyetçilik ve Arkadaş Kalitesi Arasındaki İlişkide Mükemmeliyetçi Benlik Sunumunun Düzenleyici Rolü"** başlıklı projenin Fakültemiz Etik Kurulu'na etik açıdan uygunluğuna oyçokluğu ile karar verildi.


Prof.Dr. Mustafa DAŞ
Dekan Vekili

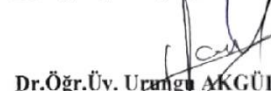

Prof.Dr. Levent AYSEVER


(KATILMADI)
Prof.Dr. Gülay DİRİK


Doç.Dr. Yeşim BAŞARIR


Doç.Dr. Gazanfer KAYA


Dr.Öğr.Üy. Müge İŞIKLAR KOÇAK

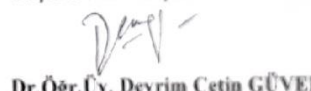

Dr.Öğr.Üy. Umut AKGÜL

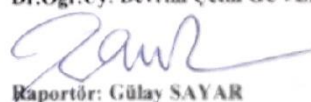

(KATILMADI - GÖZÜLÜ)
Prof.Dr. Recai TEKÖĞLU


Doç.Dr. Özge CAN


(KATILMADI)
Doç.Dr. Aygün EKİN MERİÇ


Doç.Dr. Nurcan ŞEN


Dr.Öğr.Üy. Devrim Çetin GÜVEN


Raportör: Gülay SAYAR

Ek 2: Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma Dokuz Eylül Üniversitesi öğretim üyesi Doç. Dr. Arzu ARAZ danışmanlığında gerçekleştirilmektedir. Araştırmanın amacı mükemmeliyetçilik ile arkadaşlık kalitesi arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Bu amaç doğrultusunda sizden bazı soruları yanıtlamanız beklenmektedir. Gerekli yönergeler her soru kümesinin başında yazılı olarak verilmiştir. Tüm soruları yanıtlamanız yaklaşık olarak 20-25 dakika sürecektir.

Bu araştırma için katılım tamamen gönüllülük esasına dayalıdır. Verilecek olan sorular kişisel bir rahatsızlık uyandıracak tarzda sorular değildir fakat yine de herhangi bir rahatsızlık veya sorun hissetmeniz durumunda araştırmayı yarıda bırakıp araştırmadan ayrılabilirsiniz. Verdiğiniz bilgiler yalnızca araştırma için kullanılacak olup tamamen gizli kalacaktır fakat yine de dilerseniz verdiğiniz tüm bilgiler imha edilerek araştırma için kullanılmayabilir. Elde edilen bilgilerle kişisel bir değerlendirme yapılmayacak olup toplu bir analiz gerçekleştirilecektir. Araştırmayla ilgili herhangi bir şey sormak veya araştırmanın sonucunu öğrenmek istemeniz durumunda aşağıda bilgileri verilen araştırmacıyla iletişime geçebilirsiniz.

Emine SAKİ

Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikoloji Anabilim Dalı

e-posta: emine.saki@gmail.com

Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum. İstemem halinde çalışmayı sonlandırabileceğimi biliyorum. Verdiğim tüm bilgilerin bilimsel amaçlı yayınlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

Tarih:

İmza:

Ek 3: Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetiniz:

Kadın ()

Erkek ()

Yaşınız: _____

Medeni Haliniz:

Evli ()

Bekar ()

Diğer () _____

Eğitim durumunuz nedir? (En son mezun olduğunuz eğitim basamağını işaretleyiniz)?

İlkokul ()

Ortaokul ()

Lise ()

Yüksek Okul ()

Üniversite ()

Yüksek Lisans ()

Doktora ()

Çalışıyor musunuz?

Evet ()

Hayır ()

Eğer çalışıyorsanız mesleğinizi yazınız: _____

Ailenizin toplam aylık geliri: _____

Sizin aylık geliriniz: _____

Ek 4: Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği-Hewitt (ÇBMÖ-H) Örnek Maddeler

Aşağıda kişilik özellikleri ve davranışlarına ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Her ifadeyi okuduktan sonra o görüşe ne kadar katıldığınızı belirtiniz. **Tamamen Katılıyorsanız 7** rakamını, **Hiç Katılmıyorsanız 1** rakamını işaretleyiniz. Bu iki görüş arasındaki düşüncelerinizi rakamlardan sizce en uygun olanını yuvarlak içine alarak ifade edebilirsiniz. Eğer bir ifade ile ilgili **fikriniz yoksa** ya da **kararsızsanız 4** rakamını işaretleyiniz.

	Tamamen Katılıyorum				Hiç Katılmıyorum			
1. Bir iş üzerinde çalıştığımda iş kusursuz olana kadar rahatlayamam.	1	2	3	4	5	6	7	
2. Başkalarını kolay pes ettikleri için eleştirmem.	1	2	3	4	5	6	7	
3. Yakınlarımla başarılı olmaları gerekmez.	1	2	3	4	5	6	7	
4. Arkadaşlarımı, en iyisinden azına razı oldukları için pek eleştirmem.	1	2	3	4	5	6	7	
5. Başkalarının benden beklentilerini karşılamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7	
6. Amaçlarımdan bir tanesi yaptığım her şeyde mükemmel olmaktır.	1	2	3	4	5	6	7	
7. Başkaları, yaptıkları her şeyin en iyisini yapmalıdırlar.	1	2	3	4	5	6	7	
8. İşlerimde asla mükemmelliği hedeflemem.	1	2	3	4	5	6	7	
9. Çevremdekiler benim de hata yapabileceğimi kolayca kabullenirler.	1	2	3	4	5	6	7	
10. Bir yakınımın, yapabileceğinin en iyisini yapmamış olması benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5	6	7	

Ek 5: Kendini Mükemmeliyetçi Gösterme Ölçeği Örnek Maddeler

Aşağıda bir grup listelenmiş ifade yer almaktadır. Her bir ifadede size en uygun olan seçeneği verilen ölçeğe göre işaretleyiniz. Eğer bu ifadeye kuvvetle katılıyorsanız 7'yi; kuvvetle katılmıyorsanız 1'i ve kararsız iseniz 4'ü işaretleyiniz. Eğer 1 ile 7 arasında bir yerde iseniz ölçekte 1 ile 7 arasındaki bir sayıyı işaretleyiniz.

(1) Kuvvetli bir şekilde katılmıyorum (4) Kararsızım (7) Kuvvetli bir şekilde Katılıyorum

1	Başkalarına mükemmel olmadığını göstermekte bir sorun yok.	1	2	3	4	5	6	7
2	Kendimi başkalarının önünde yaptığım hatalardan dolayı yargılam.	1	2	3	4	5	6	7
3	Bir yanlışım olduğunda kapatmak için bir şey yapmam.	1	2	3	4	5	6	7
4	Hatalar başkalarının önünde yapıyorsa kendi başına yapılandan çok daha kötüdür.	1	2	3	4	5	6	7
5	Her zaman mükemmel bir görüntü sunmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
6	Başkalarının önünde kendimi küçük düşürmem çok kötü olabilir.	1	2	3	4	5	6	7
7	Mükemmel görünebilirim başkaları beni çok daha olumlu algılar.	1	2	3	4	5	6	7
8	Başkalarının önünde yaptığım hatalar için endişe duyarım.	1	2	3	4	5	6	7

*Ölçme aracının tamamını Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi

Öğretim Üyesi Doç. Dr. Erkan Kırıl'dan temin edebilirsiniz.

Ek 6: McGill Arkadaşlık Ölçeği-Arkadaş Fonksiyonları Örnek Maddeler

“Arkadaşlar arasında akrabalık ilişkilerinden farklı olarak, herhangi bir kanbağı yoktur ve arkadaşlık genellikle aşk ilişkilerinde yaygın olan sahiplenme ve cinsellik yönlerini içermemektedir.” Lütfen bu tanımı göz önünde bulundurarak **sizinle aynı cinsiyetten en iyi/en yakın arkadaşınızı** düşünün ve aşağıdaki boşluğa bu arkadaşınızın adını ya da adının soyadının baş harflerini yazın.

En yakın arkadaşımın adı: _____

Lütfen yukarıda adını belirtmiş olduğunuz en iyi/en yakın arkadaşınızı düşünerek, aşağıdaki her bir durumun arkadaşlığınızda ne sıklıkla yaşandığını 0-8 arasında herhangi bir değeri seçerek ölçek üzerinde işaretleyiniz.

En iyi arkadaşım...	Hiçbir Zaman		Nadiren		Bazen		Oldukça Sık		Her Zaman
1. İhtiyaç duyduğum zaman bana yardım eder.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
2. Özel konuları anlatabileceğim biridir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
3. Yeni/farklı bir ortamda bana kendimi rahat hissettirir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
4. Korkarsam yanımda olması benim için iyi olur.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
5. Üzgün olduğum zaman bunu fark eder.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
6. Eğlenceli şeyler yapmakla ilgili iyi fikirleri vardır.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
7. Sırlarımı söyleyebileceğim biridir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
8. Endişelendiğim zaman bana kendimi iyi hissettirir.	0	1	2	3	4	5	6	7	8
9. Birbirimizi birkaç ay görmesek bile o benim arkadaşım olarak kalır.	0	1	2	3	4	5	6	7	8

*Ölçme aracının tamamını Ege Üniversitesi Öğretim Üyesi Doç. Dr. Aysun Doğan

(aysun.dogan@ege.edu.tr) temin edebilirsiniz.

Lütfen aşağıdaki soruları yukarıda adını yazdığımız en iyi/en yakın arkadaşınızı düşünerek yanıtlayın. Her soruyu sizin için uygun olan seçeneği daire içine alıp işaretleyerek değerlendiriniz.

1. Bu kişiyle ne zamandan beri tanışıyorsunuz? (Lütfen ay veya yıl olarak belirtiniz):_____

2. Bu arkadaşınızın düşünceleri sizin düşüncelerinize ne kadar benziyor?

Hiç	Çok
benzemiyor	benziyor
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

3. Bu arkadaşınızın davranışları sizin davranışlarınıza ne kadar benziyor?

Hiç	Çok
benzemiyor	benziyor
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

4. Kendinizi bu arkadaşınıza ne kadar yakın hissediyorsunuz?

Hiç yakın	Çok yakın
hissetmiyorum	hissediyorum
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

5. Bu kişiyle arkadaşılığınızdan ne kadar memnunsunuz?

Hiç memnun	Çok
değilim	memnunum
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

6. Bu kişiyle arkadaşılığınız idealinizdeki arkadaşlık ilişkisine ne kadar benziyor?

Hiç	Çok
benzemiyor	benziyor
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

7. Genel olarak arkadaşlık ilişkileri sizin için ne kadar önemlidir?

Hiç önemli	Çok
değil	önemli
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	

8.Genel olarak kendinizi ne kadar yalnız hissediyorsunuz?

Hiç yalnız	Çok yalnız
hissetmiyorum	hissediyorum
1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10	