

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE
MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN YAŞAM DOYUMU İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**
(Yüksek Lisans Tezi)

Tezi Hazırlayan:
Selda KIRATLI

İSTANBUL, 2018

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ BİLİM DALI

**NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE
MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN YAŞAM DOYUMU İLE
İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**
(Yüksek Lisans Tezi)

Tezi Hazırlayan:
Selda KIRATLI

Öğrenci No:
150790027

Danışman:
Dr. Öğr. Üyesi Süleyman KAHRAMAN

İSTANBUL, 2018

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Narsistik Kişilik Özellikleri Ve Mükemmeliyetçiliğin Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmamın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım
17/05/2018

Selda KIRATLI

T.C.
BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

31 / 05 / 2018

Enstitümüz *Psikoloji* Anabilim Dalı *Klinik Psikoloji* Programı yüksek lisans öğrencilerinden **150790027** numaralı **Selda KIRATLI'nın** "*Beykent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim – Öğretim Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "*Narsistik Kişilik Özellikleri Ve Mükemmeliyetçiliğin Yaşam Doyumu İle İlişkisinin İncelenmesi*" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 22.05.2018 tarih ve 2018/21 sayılı toplantısında seçilen ve Taksim Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin (c) bendi gereğince (4.5) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile *Kabul/Red veya Düzeltme* kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 4 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



DANIŞMAN
Dr. Öğr. Üyesi Süleyman KAHRAMAN
(Beykent Üniversitesi)

ÜYE

Dr. Öğr. Üyesi Ali DAYI
(Beykent Üniversitesi)



ÜYE
Dr. Öğr. Üyesi Atilla TEKİN
(Haliç Üniversitesi)

Adı ve Soyadı : Selda KIRATLI
Danışman : Dr. Öğr. Üyesi Süleyman KAHRAMAN
Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans Tezi/2018
Alanı : Klinik Psikoloji
Anahtar Kelimeler : Narsisizm, Mükemmeliyetçilik, Yaşam Doyumu, Hedonik Uyum, Kişilik

ÖZ

NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ VE MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışma, Narsisizm ve Mükemmeliyetçiliğin Yaşam Doyumuna etkisini incelemeyi hedeflemiştir. Araştırma genel olarak; Kuramsal Açıklamalar, Yöntem, Bulgular ve Tartışma olmak üzere dört ana bölümden oluşmaktadır. Kuramsal Açıklamalar bölümünde narsisizm, mükemmeliyetçilik ve yaşam doyumu kavramları açıklanıp ele alınmış ve teorik çerçeveleri birer birer ortaya konmuştur. Narsisizm daha çok kişilik özelliği ve kişilik bozukluğu şeklinde iki ayrı boyutta incelenmiş bundan ayrı olarak narsisizmle ilgili kendilik psikolojisi gibi kuramlardan bahsedilmiştir. Mükemmeliyetçilik ise alt boyutlar şeklinde incelenmiş ve narsisizm ile olan ilişkisine değinilmiştir. Yaşam doyumu ise bazı kuramlar çerçevesinde ele alınmış ardından hedonik uyum, kişilik, narsisizm ve mükemmeliyetçilik ile ilişkisine değinilmiştir. Yöntem kısmında araştırmanın yöntemi hakkında bilgi verilirken, bulgular kısmında hukuk fakültesi, tıp fakültesi ve sağlık bilimleri fakültesi öğrencileri olmak üzere toplamda 310 kişiye uygulanan Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBM), Narsistik Kişilik Envanteri (NKE) ve Yaşam Doyum Ölçeği (YDÖ) anketlerinin sonuçlarından elde edilen bulgular ortaya konmuştur. Tartışma bölümünde ise bu bulguların hipotezler ve daha önceki çalışmalar ile karşılaştırılması yapılmıştır.

Name and Surname : Selda KIRATLI
Supervisor : Asst. Prof. Süleyman KAHRAMAN
Degree and Date : Master Thesis/2018
Major : Clinical Psychology
Key Words : Narcissism, Perfectionism, Life Satisfaction, Hedonic
Adaptation, Personality

ABSTRACT

EXAMINATION OF CORRELATION BETWEEN NARCISSISTIC PERSONALITY TRAITS AND PERFECTIONISM AND LIFE SATISFACTION

This study aims to investigate relationship between Narcissism, Perfectionism and Life Satisfaction. The study comprises of; Theoretical Explanations, Methods, Findings and Discussion parts. Narcissism, perfectionism and life satisfaction concepts are explained and discussed in theoretical explanations and theoretical frameworks were presented. Narcissism has been studied in two dimensions, personality and personality disorder. Apart from this, narcissism related theories such as self-psychology were mentioned. Perfectionism was examined as sub-dimensions and its relation with narcissism was discussed. Life satisfaction was covered in the framework of some theories and then it was mentioned about hedonic fit, personality, narcissism and perfectionism. The results of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), the Narcissistic Personality Inventory (NPI) and the Life Satisfaction Questionnaire (LSQ) questionnaire, which were applied to a total of 310 students, including law faculty, medical faculty and health science faculty students, findings obtained were revealed. In the discussion section, these findings were compared with more hypotheses and previous studies.

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

ÖZ

ABSTRACT

İÇİNDEKİLER	i
TABLolar LİSTESİ	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	vi
KISALTMALAR	vii
GİRİŞ	1
1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR	4
1.1. Narsisizm Kavramı	4
1.1.1.Narsisizmin Oluşumu	6
1.1.2.Narsistik Kişilik Özellikleri	10
1.1.3.Narsistik Kişilik Bozukluğu	14
1.1.4.Narsistik Kişilik Bozukluğu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki Farklar	18
1.2. Mükemmeliyetçilik Kavramı	19
1.2.1.Tarihçesi Ve Oluşum.....	20
1.2.2.Ayrımları	23
1.2.3.Kapsamı.....	26
1.2.4.Mükemmeliyetçi Kişilik Özellikleri.....	29
1.2.5.Mükemmeliyetçilik Ve Narsisizm	32
1.3. Yaşam Doyum Kavramı.....	33
1.3.1.Yaşam Doyumuyla İlgili Kuramlar.....	36
1.3.2.Yaşam Doyumu Ve Hedonik Uyum	38
1.3.3.Yaşam Doyumu Ve Kişilik	41
1.3.4.Yaşam Doyum Ve Narsisizm.....	43
1.3.5.Yaşam Doyumu Ve Mükemmeliyetçilik.....	44
2. YÖNTEM.....	46
2.1. Araştırma Modeli	46
2.2. Katılımcılar	47
2.3. Veri Toplama Araçları	51
2.3.1.Kişisel Bilgi Formu	51

2.3.2.Narsistik Kişilik Envanteri	51
2.3.3.Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	51
2.3.4.Yaşam Doyumu Ölçeği	52
2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi	52
3. BULGULAR	53
3.1. Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı Analiz Bulguları	53
3.1.1.Yaşam Doyumu	53
3.1.2.Mükemmeliyetçilik	54
3.1.3.Narsistik Kişilik Özelliği	54
3.2. Ölçek Puanları Arasındaki Pearson r Korelasyon Analiz Bulguları	54
3.3. Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	56
3.4. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması	58
3.5. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Aileden Gelir Desteği Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması	59
3.6. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Burs ve Kredi Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması	60
3.7. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların İkamet Durumuna Göre Karşılaştırılması	62
3.8. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Bölümlerine Göre Karşılaştırılması	65
3.9. Katılımcıların Sınıflarına ve Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması	67
3.10..... Başarı Düşüncesi Düzeyine Göre Ölçeklerden Alınan Puanların Karşılaştırılması	75
3.11.Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Bulgular	77
3.12.Ölçeklerden Alınan Puanlar Üzerinde Cinsiyet ve Başarı Düşünce Düzeylerinin Birlikte Etkisi	80
4. TARTIŞMA	88
SONUÇ VE ÖNERİLER	99
KAYNAKÇA	101
EKLER	111
Ek-1: Kişisel Bilgi Formu	111
Ek-2: Narsistik Kişilik Envanteri	112
Ek-3: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	115

Ek-4: Yaşam Doyumu Ölçeği	117
Ek-5: Etik Kurul İzni	118
ÖZGEÇMİŞ	119



TABLÖLAR LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri	48
Tablo 2. Katılımcıların Yaş Dağılımı	50
Tablo 3. Çalışmada Kullanılan Ölçeklerin Ortalamaları, Standart Dağılımları, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	54
Tablo 4. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyonları ve Tanımlayıcı İstatistikleri	56
Tablo 5. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	57
Tablo 6. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	58
Tablo 7. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Aileden Gelir Desteği Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	60
Tablo 8. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Burs Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	61
Tablo 9. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Kredi Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	62
Tablo 10. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların İkamet Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması	64
Tablo 11. Katılımcıların Bölümlerine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması	65
Tablo 12. Katılımcıların Sınıflarına Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması.....	68
Tablo 13. Anne Eğitim Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Games-Howell) Testi ile Karşılaştırılması.....	70
Tablo 14. Baba Eğitim Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Games-Howell) Testi ile Karşılaştırılması.....	73
Tablo 15. Başarı Düşüncesi Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması	76

Tablo 16. FÇBMÖ'nin Kişisel Standartlar, Ailede Eleştiri ve Düzen Alt Boyutları ile Yaşam Doyumu Düzeyine Ait Korelasyon Değerleri ve Yordayıcıya Ait Tolerans ve VIF Değerleri.....	78
Tablo 17. FÇBMÖ'nin Kişisel Standartlar, Ailede Eleştiri ve Düzen Alt Boyutlarının Yaşam Doyumu Düzeyi Üzerinde Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi Bulguları	80
Tablo 18. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanlara Ait Cinsiyet ve Başarı Düşünce Düzeylerine İlişkin İki Yönlü ANOVA Bulguları	81



ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No.

Şekil 1. Araştırma Modeli.....	46
--------------------------------	----



KISALTMALAR

Akt.	: Aktaran
Ark.	: Arkadaşları
Diğ.	: Diğeri
FÇBMÖ	: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği
NKE	: Narsistik Kişilik Envanteri
Ort.	: Ortalama
SD	: Standart Dağılım
Vd.	: Ve Diğeri
YD	: Yaşam Doyumu
YDÖ	: Yaşam Doyum Ölçeği

GİRİŞ

Kişilik özelliklerimiz hayatımızın akışını belirlemede bize yön veren temel dinamiklerimizdir. Sahip olduğumuz bu özellikler kimi zaman yaşamımızı kolaylaştırmakta, kimi zaman zorlaştırmaktadır. Davranışlarımızı etkileyen önemli unsurlardan bir tanesi mükemmeliyetçi tutumlarımızdır. Örneğin başarı elde ettiğimizde mükemmeliyetçi yönümüzle övünürken, yoğun bir çalışma temposu içerisine girdiğimizde bu yönümüzün bizi ne kadar zorladığını fark ederiz ve bundan şikâyet ederiz. İnsanların çoğu, zaman zaman, çeşitli nedenlerle ya da birilerine bir şeyleri kanıtlamak istediğinde mükemmel olmak için elinden geleni yapmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde görülen odur ki çoğu insan ebeveynlerinin narsistik uzantılarının bir kurbanı olduğu için mükemmeliyetçilik ile daha çocuk yaşta tanışmıştır. Bu bireyler bilişsel ve davranışsal bir olgunluğa erişmedikleri için mükemmeliyetçiliği normal bir şey olarak kanıksamışlardır. Fakat insanın tamamen mükemmel olması imkân dâhilinde değildir. Potth (1984) mükemmeliyetçileri performanslarını kendi kendilerine değerlendiren ve çok fazla eleştiren, aşırı derecede yüksek standartları olan kişiler olarak tanımlar. Mükemmeliyetçilere göre sadece en üst düzeydekiler vardır. Onlar orta sınıfın varlığını onaylamazlar. Onlara göre amaçlarının %95' ini hatta %99' unu başarmak genellikle başarısızlık olarak kabul edilir. Çünkü onlar mükemmel değildir (Karina, Manuel, Xochitl ve Georgina, 2005). Bundia, Dunker ve Slade'e göre (1997) mükemmeliyetçi insanlar işleriyle ilgili konularda çok katıdırlar. Çok iyi olduğu zaman bile, işlerini hiç yanlışı olmayıncaya kadar tekrar tekrar yaparlar. Mükemmeliyetçilerin kişisel beklentileri çok yüksek olduğu için onları; eğitimlerinde, mesleki başarılarında, sosyal etkileşimde ve yeme alışkanlıklarında kullanırlar (Karina ve ark., 2005). Yaşama dair en iyiyi elde edebilmek için en iyi olma yolundaki bu strateji başarısız olmaya mahkûmdur. Kişinin mükemmeliyetçi bir tavra sahip olması da yaşam doyumundan ayrı tutulamaz. Mükemmeliyetçi bireyler mükemmeliyetçiliğin farklı alt boyutları ile ilişkili olarak yaşamdan daha fazla veya daha az doyum duyabilmektedirler.

Davranışlarımızı etkileyen önemli unsurlardan bir diğeri ise narsistik kişilik özelliklerimizdir. Narsisizm, üzerine yapılan çalışmalar araştırmacıların ilgi duyduğu alana göre farklılık arz etmektedir. Kimi araştırmacılar tarafından sadece patolojik

olarak ele alınmış, kimileri tarafından ise her insanın doğasında bulunan sağlıklı şekilleri olduğu kabul edilmiştir. Patolojik olmayan narsisizm, aktivitelerinden keyif almasını, başarılarıyla gurur duymasını, kişinin çevresiyle ve çevresinin beklentileriyle etkin bir şekilde başa çıkabileceğini hissetmesini, hata ve eksikliklerinden dolayı utanç ve öfke duygularını deneyimlemesini sağlar. Bundan ayrı olarak patolojik narsisizmde bebeklikten itibaren, ebeveynlerinin kusurlarından ya da ihmallerinden dolayı ihtiyaçları karşılanmamış ve bu ihtiyaçlarını yaşamlarının büyük bir bölümünde kendi kendine gidermeye çalıştıkça kusursuz ve mükemmel olduğuna inanan kibirli, aşırı öz güvenli bireylere özgü durumlardır. Gereksinimleri karşılanamayan ve ihmal edilen birey daha bebeklik döneminde bile kendine yetmeye çalışma gereksinimini deneyimlemektedir (Ozan ve Ark., 2008). Esasında ihtiyacı olan bakımı ve sevgiyi bebeklikten itibaren göremeyen, her zaman kendi kendine yetebilmenin zamanla patolojik bir hal almasıdır. Bu şekilde gelişim gösteren sürecin ardından bebek nesneye yapması gereken libidinal yatırımı kendisine yapar ve dış dünya yerine iç dünyasında yaşamayı tercih eder (Freud, 1914). Patolojik olan kendini beğenmek değil, kendinden başkasını beğenmemektir.

Doyum kavramı aslına baktığımızda insana özgü yönleri çoğunlukta olan bir kavramdır. İnsanoğlu hayattan doyum sağladığı sürece zevk alır ve yaşamla severek mücadele eder. Yaşamda mücadele etmek için ihtiyaç duygumuz motivasyonu ve gücü kendimizde bulamazsak o hayat bize anlamsız ve boş gelir yani doyum sağlayamamış oluruz. Yaşam doyum seviyemiz ne kadar yüksek olursa o kadar mutlu oluruz. Yaradılışından itibaren insanın temel arayışlarından biri de mutluluktur. Yaşam doyum ve mutluluk çoğunlukla insanlar tarafından bilişsel olarak bir bütün olarak algılanan ve birbiriyle son derece ilişkili ve birbirini tamamlayıcı kavramlardır. Aristoteles'e göre tüm insanlar mutluluğu arar ve mutluluk insan yaşamının amacıdır (Büyükdüvenci, 1993). Psikoloji biliminde ise daha çok olumsuz duygu olan mutsuzluk üzerinde durulup, mutluluk ihmal edilmiştir (Kararımak, Siviş, 2008). Son zamanlarda insan mutluluğunun inceleme çerçevesi yaşam doyumu, yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş olarak değişmiştir (Kararımak, Siviş, 2008). Fakat bütün bu kavramları bir arada düşünüp yaşam doyumuna daha bütüncül bir bakış ile bakmak gerekmektedir. Bir kişi mutlu, hayatından memnun veya öznel iyi oluş durumundaysa yaşam doyumu da fazladır.

AMAC VE HİPOTEZLER

Narsistik kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçilik insan hayatını zorlaştıran aynı zamanda kolaylaştırabilen de karakteristik özelliklerdir. Bu durumda yaşamdan aldıkları doyum azalacak veya artacaktır. Dolayısı ile bu iki özellik yaşam doyumu ile bir ilişki içerisindedir. Bu araştırmanın amacı da; narsistik kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçiliğin yaşam doyumu üzerindeki etkilerinin araştırılmasıdır. Bu bağlamda aşağıdaki hipotezlere yanıt aranmaktadır.

Araştırmanın genel amacına bağlı olarak, hipotezler aşağıda sıralanmaktadır:

1- Narsistik kişilik envanteri puanı ve mükemmeliyetçilik ölçeği puanı ile yaşam doyumu puanını arasında korelasyon vardır.

Narsistik kişilik envanteri puanı ve mükemmeliyetçilik ölçeği puanı yaşam doyumu puanını yordar.

2- Tüm değişkenlerin (nke, mükemmeliyetçilik, yaşam doyumu) puanları demografik bilgilere göre farklılaşır.

1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR

1.1. NARSİSİZM KAVRAMI

Narkissos mitinin, narsistik bir bozukluğun trajedisi olduğu alan yazında bilinir. Narkissos, annesinin gurur duyduğu, suda yansıyan yüzüne âşık olur. Nympha (su perisi) Ekho bu güzel adama âşık olur ve bu platonik aşk onun sonunu getirir. Öte yandan Narkissos büyük bir yanılgı içerisindedir. Çünkü sudaki yansıması onun sadece mükemmel tarafıdır. Oysa Narkissos mükemmel olmayan taraflarının farkında değildir. Öyle ki saf bir şekilde, kusursuz zannettiği güzelliğine kapılmıştır. Narkissos tek dileği kusursuz bir güzelliğe sahip olmaktır. Gerçek kendiliğini inkâr etmiş, güzel bir resim olmak istemiştir. Mitolojiye göre bu isteği, onu ya ölüme götürmüştür ya da bir çiçek (nergis) haline getirmiştir. Narkissos, idealleştirdiği resme âşıktır. Oysa kibirli ve depresif yanını görebilseydi Narkissos kendini bu denli sevemezdi. Fakat Narkissos içinde bulunduğu durumun farkına varmaksızın, idealleştirdiği benliğine müptela olur. Narsisizm sözcüğü de bu hikâyeden gelmektedir (Terbaş, 2016:100).

Filolojik olarak Yunanca kökenli Narkisos kelimesine dayanan Narsisizim terimi bir nakle göre 1899 yılında, Alman psikiyatr Paul Näcke (1851-1913) tarafından bir diğer nakle göre 1898'de Havelock Ellis tarafından *Narzissismus* olarak türetilmiştir. Bu terimin türetilmesi her ne kadar 1900'lü yılların başına dayansa da kullanımı 20 yy. ortalarında narsisizim üzerine yapılan çalışmaların artmasıyla yaygınlaşmıştır. (<https://www.etymonline.com/word/narcissism>).

Cambridge Sosyoloji Sözlüğü 'ne göre sosyolojiye modern toplumsal hayatın belirli patolojik eğilimlerinin bir hesabı olması yönüyle literatüre giren narsisizim, tüketim toplumunun ve batının teşhircilik takıntısının neticesi olarak yorumlanır. Kolombiya Ansiklopedisi'ne göre narsisizim topluma kapalı, öze yönelik eğilim gösteren Freudyen bir terimdir. Penguin Psikoloji Sözlüğü (2009), narsisizmin bazı yazılarda “ego erotizmi” (benliğin libidinal nesne olarak değerlendirilmesi) olarak adlandırıldığını bildiriyor. Bloomsbury Guide to Human Thought (1993) kaynağına göre; bebekte, Narkissos gibi kendi kendine yettiği duygusu hâkimdir, çünkü kendisinin uzantısı şeklinde algıladığı annesi tarafından bütün arzuları yerine getirilmektedir. Bu omnipotent (her şeye gücü yeten) değerlendirme ve öz-sevi, klasik

Freudyen teoride, birincil narsisizm olarak adlandırılır. Annenin bebeğin bütün arzularını yerine getirme rolünün azalmasıyla birlikte, bebek başkalarının tutum, davranış ve fikirlerini kendine mal eder ve başkalarıyla özdeşim kurarak güç ve kontrol duygusu kaybının üstesinden gelir. Bu noktada birincil narsisizm ikincil narsisizme evrilir (Karataş ve Taş, 2016:5-6).

Psikoloji alanında araştırma yapan ruhbilimciler narsisizmi kavramsal olarak farklı şekilde tanımlamışlardır. Bunlardan bazıları şunlardır:

Narsisizm; üstün ve eşi bulunmaz birisi olduğuna ilişkin yaygın bir duygu, beğenilme gereksinimi ve empati yapamama ile belirli bir kişilik bozukluğudur (Ozan vd. 2008). Narsisizm; empati noksanlığı, hak kazandığı duygusu, eleştirilere hassasiyet, onay, büyülenmecilik ve hayranlık arayışı gibi özellikleri olan bir kişilik bozukluğudur (Masterson, 2006). Narsisizm, büyüme ve olgunlaşmayla, bireysel kendilik temsili yüklemek ve kendilik-saygısının düzenlenmesi, kendi kendini savunma, kişinin biricik ilgilerini izlemesi, standartları, idealleri ve ihtiraslarına yönelik kapasitelerinin gelişmesi için libidinal yüküdür (Freud, 1914). Narsisizm psikanalitik literatürde de önemli bir yer edinmektedir. “Narsisizm” kelimesini Cinsellik Teorisi Üzerine Çalışmalar isimli makalesinde kullanan Freud’un, “Narsisizm Üzerine Bir Giriş” adlı makalesi narsisizm üzerine ilk önemli çalışması olarak kabul edilir. Bu makale narsisizmin psikanalizdeki temelini oluşturur. Ancak Freud narsisizmi statik bir durum olarak açıklarken, Jung ve diğer ruh bilimciler süregelen, aktif bir olgu olarak değerlendirmişlerdir (Jung, 2006).

Wilhelm Reich (1933) Karakter Analizi adlı kitabında fallik-narsistik karakteri kendine güvenli, etkileyici, enerjik ve kibirli yönleriyle tanımlamış, narsistik bireylerin duyguları incindiğinde hırçınlaştıklarını dile getirmiştir. Reich’e göre narsisizm sadece kötü bir olgu değildir. Ona göre narsisizm hem patolojik ve hem de sağlıklı gelişim yönünden önemlidir (Üzümcü, 2016:2).

Psikoloji alanında yapılan bilimsel çalışmalar Narsisizm ’in son otuz yılda en popüler çalışma alanlarından biri olduğunu gösterir. Özellikle Nesne İlişkileri ve Kendilik Psikolojisi Kuramları, narsistik kişilik bozukluğunun; oluşum ve gelişimindeki ruhsal süreçlerin ve tedavisinin aydınlatılmasında önemli bir yere

sahiptir. Bozukluğun bugünkü önemine kavuşması, DSM-III sınıflama sisteminin diğer kişilik bozuklukları ile bunları ayrı bir eksene taşımasıyla 1980'den sonra gerçekleşebilmiştir. Rozenblatt (2002) narsisizm kavramını normal ve patolojik olarak ikiye ayırmıştır (Bolat, Ülker ve Demir, 2016:483).

Kavram olarak Normal narsisizm; kendini gerçekleştirmiş bireyin doyurulmuş özgüveni sayesinde eleştiriyle baş edebilme yetisine sahip olmasıdır. Çevresindeki bireylerin kendi hakkındaki görüşleri kendisinin görüşlerinden daha değerli değildir. Bu kişiler daima kendisiyle ilgili olan görüş ve düşüncelerine odaklanır ve özgüven sorunu yaşamaz. Hayal kırıklığına uğrasa da özgüvenini kabartarak bu olumsuzluğu telafi edebilir. Günlük yaşantısında normal ve çevresiyle uyum içerisinde (Bolat ark., 2016:483).

Kavram olarak Patolojik narsisizm; normal narsisizme göre duygu, düşünce, davranış ve tepki boyutunda son derece problemlili bir tablo sergiler. Patolojik narsistler kendinden tamamen emin görünseler de aslında içsel süreçte tamamen başkalarının düşünceleriyle beslenmeye açık bireylerdir. Patolojik narsisizmdeki en önemli durum bireyin tamamen dıştan gelen yorumlarla beslenmeye açık ve muhtaç olmasıdır. Normal narsisizmle patolojik narsisizmi ayıran nokta da budur. Patolojik narsistler kendilerini, tehdit ettiğine inandıkları durumlardan korumak için bir şekilde savunma mekanizması geliştirip bu sayede bir kişilik organizasyonu içerisine girebilirler. Patolojik narsistler hoşlarına gitmeyen herhangi bir duruma maruz kaldıklarında son derece öfkeli ve saldırgan davranışlar sergilerler bu şekilde kendilerinde olan zayıf yönlerini kapatmaya çalışırlar. Bu davranış biçimleri onları bariz bir şekilde normal narsistlerden ayırır (Bolat ark., 2016:484).

1.1.1. Narsisizmin Oluşumu

Oluşum literatürde başlangıcı ifade eder o nedenle bir şeyin oluşumunu çözmek için başladığı noktaya gitmek gerekir. Bireylerde narsisizmin oluşumu bebeklik dönemlerine rastlar. Yeni doğan bir bebekte anneden ve bakım verenden ayrı bir varlık olduğu algısı bir süre sonra gelişmeye başlar. Bu süreç bebeğin beden ve ruhen tam bir iyilik halinde gelişebilmesi için anneye en çok ihtiyaç duyduğu dönemdir. Bebek annesinden bu dönemde yeterli sevgi ve güveni sağlıklı gelişim

açısından muhakkak almalıdır. Bebeğin bu gereksinimleri karşılanamadığında gelişimi ilkel düzeyde takılı kalır ve benlik sınırlarını ayırtıramaz. Bebeğin sevgi, güven ve bakım gereksinimi karşılanmadığında, kendini savunma amaçlı öfke yaşamasına neden olur (Kartopu, 2013: 229-230).

Çocuk emeklemeye başladığında, önceki büyüklenmecilik ve tüm güçlü kontrol duygusunu kaybetmeye başlar. Bunun sonucunda dünyanın merkezi olmadığını anlamaya başlar ve yavaş yavaş yaşamla başa çıkma mücadelesinde yalnız olduğunun farkına varır. Tek başına olduğunun ve herkesten ayrı bir bütünlük olduğunun ayırımına varan çocuk bireyselleşmeye ilk adımı atar. Çocuğun önceden sahip olduğu ve henüz ayrıldığı dünyadan bu güçlü ve birçok tehditler içeren bu dünyayla yüzleşmeye başlar. Bu durum onda güçsüzlük ve yoğun bir kaygı meydana getirir (Fromm, 1999:38-39).

Bu gerçeklerle yüzleşmeye başlayan çocuk anneye olan ihtiyacını yeniden hisseder ve ona geri dönmek için kur yapmaya başlar. Fakat kendilik temsili ve nesne temsili uygun bir biçimde ayırışma yoluna girmiştir (Masterson, 2006:25).

Yaşamı körü körüne bir iyimserlik ve büyüklenmeci kişisel kendine yeterlilik yanılgısıyla deneyimleyen bebek ne yazık ki çaresizce bağımlı olma duygusuna karşı savunma olarak narsistik özellikler geliştirir.

Narsisizmin oluşmasına asıl kaynak; çocukluk döneminde yaşanan korku, kızgınlık ve kaygılardır. Sevmeye konusunda başarısızlık yaşamının acısıyla, önce kendine sonra da başkalarına yabancılaşan, öz saygısı azalan ben, sahte kendilik oluşturarak yaşamaya başlar. Çocuğun hayatında ve diğer insanlarla olan ilişkilerinde bu durum son derece önemli ve belirleyici bir rol oynadığı düşünülebilir (Kartopu, 2013: 229-230).

Freud'un kanısına göre; libido kişinin hayatında önem arz eder. "Kişi bir kere zevk aldığı doyumdan bir daha vazgeçmeyi istemez." Çocukluğun narsistik mükemmeliyetinden de vazgeçmek niyetinde değildir. Büyüdüğünde kendi eleştirel yargılarıyla beraber başkalarının da onu yargılaması durumunda bu mükemmeliyeti daha fazla sürdüremez. Kendisinden alınan mükemmeliyeti ego ideali şeklinde

yeniden inşa etmeye çabalar. Önceki yaşantısını ideali haline getiren çocuk, çocukluğunun kaybolmuş narsisizmine öylesine bağımlıdır ki bunu yeniden oluşturarak korumaya çalışır. Böylelikle mükemmel yaşantısını devam ettirerek engellemeler ve güçsüzlük ile baş edeceği yanılgısına kapılır (Kartopu, 2013: 229-230).

Freud'a göre çocukların sıklıkla narsistik aşamada kalmalarının sebebi güvenilir bir şekilde sevmeyen kişilerce bakılmış olmalarıdır. Bu durumdan kurtulmak için reddedilmeye karşı kendilerini korumak için içlerine dönmektedirler. Narsist birey, yalnızlık duygusunu yaşamının daha ilk aylarında deneyimlemeye başlar. Bebeklik döneminde asgari gereksinimleri bile yeterince karşılanmayan birey, daha bu dönemde ihtiyaçlarını kendi kendine giderme ihtiyacı hisseder. Bakım veren kişinin bebeğin ihtiyaçlarını yeterince karşılamadığı durumlarda bebek ve bakıcı arasında sağlıklı bir bağ oluşmaz. Bu durum bebeği hayal kırıklığına uğratar ve sonraki yaşamına dahi yansıyacak olan olumsuz duygu ve davranışların temelini oluşturur. Gelişim süreci bu şekilde ilerleyen bir bebekte nesneye yapılması gereken libidinal yatırım kendine yönelir. Bunun sonucunda bebek, nesne yönelimini dış dünya yerine kendi iç dünyasına yapar (Freud, 1914).

Kernberg, narsisist ebeveynlerin, narsisist çocuklar yetiştirdiğini ve narsistik bozuklukların bir kuşaktan ötekine süregelen bir şekilde aktarıldığını söyler. Şayet ebeveyn onun iç dünyasına ilgi duymaz, çocuğunun öznelliğini fark etmez, yaşına özgü dönemdeki gereksinimlerini ve zorluklarını göz ardı ederek, çocuğun davranışlarının ve görüntüsünün devamlı olarak değerlendirme ölçütleriyle izleyip beklentisinin dışında olan durumlarda, çocukta utanca sebep olan hiddetler yaşayıp, eleştiriyi çocuğu ezerse, çocuk tarafından bu tavırlarıyla içselleştirilir. Çocuğun ebeveyni, onun kolaylıkla bağlanabileceği ya da idealize edebileceği bir kişi ise; ideolojik hareketler, riski yüksek faaliyetler veya karizmatik bireyler gibi ebeveynine yönelik güçlü nesneleri hedefleyerek kendinde eksik gördüğü bu boşluğu bu şekilde doldurur. Prosedürel bellek olarak adlandırılan kavrama göre birey çocukken ebeveynlerini içselleştirmişse ileriki yaşamında annelik ve babalık rollerini onların bir izdüşümü olarak yerine getirir. (Kartopu, 2013: 229-230).

Birçok ebeveyn, narsistik ihtiyaçlar ile empatik duygular içerisinde çocuklarını yetiştirirler. Bu nedenle çocuklarına kendilerinin narsistik uzantıları olarak davranırlar. Çocuklar ise kabul edilebilir ölçülerde bundan zevk alırlar. Öyle ki; Ebeveynlerin oğulları veya kızları beğenildiğinde sanki kendileri de beğenilmiş gibi, kendilerinden gurur duymalarını sağlamak çocukluğun en tatlı hazlarından biridir. Zehri belirleyen miktardır timsalinde olduğu gibi mesele derece ve denge meselesidir. Çocuğa gösterilen ilginin sadece ebeveynin beklentileri tatmin edildiğinde ortaya çıkması ise çözülmesi gereken bir problemdir (McWilliams, 1994:214).

Kohut, Narsistik kişilik yapısını ve oluşumunu Kendilik Psikolojisi Kuramı ile açıklamıştır. şöyle ki patolojik olarak narsistik kişilik bozukluğunun temelinde kendilik bozukluğu yatar. (Tolpin ve Kohut, 1980). Kendilik bozukluğu; ödipal dönem öncesinde çocuğun kendilik nesnesi onun ihtiyaçlarını anlamaz ve karşılamazsa oluşur. Kendilik bozukluklarının temeli çocuğun gelişim dönemlerine uygun ihtiyaçlarını karşılayamayan ebeveynlerine dayanır (Imbesi, 1999). Kohut (1971) narsistik gelişimi iki hat üzerinde ele alır. Birincisi bebeklikten itibaren gelişen bir hat iken, ikincisi nesnelere yapılan yatırımdan farklı ayrı bir hattır. Narsistik gelişimin *büyüklenmeci kendilik* hattında annenin veya bakım veren kişinin işlevi, *idealleştirilmiş ebeveyn imagosu* hattında baba veya baba yerine geçen kişinin işlevi yer alır. Bu süreçler aynı zaman diliminde birbirilerine paralel olarak ilerlerken, çocuğun değer, amaç ve ideallerinin temelleri atılır ve bunun üzerinden oluşumunu sağlar. şayet bu dönemde ebeveynler bu ihtiyaçları karşılamada yetersiz olurlarsa çocukta travmatik hayal kırıklığı yaşanır. Bu durum *büyüklenmeci kendilik* hattında meydana gelirse yani anne çocuğun döneme uygun byklenmeciliğini göremezse, çocuğun narsistik kendiliği değişime uğramadan kalır ve ileride kişi “kendilik değerinin gerçek dışı değerlendirilmesi” ile “aşağılık duyguları” arasında salınır. Fakat bahsi geçen travmatik hayal kırıklıkları *idealleştirilmiş ebeveyn imagosu* hattında oluşursa yani baba, ocuk için idealize bir model olmazsa kişi ileride kaygı yaşadığı anlara yönelik olarak dışarıda “kaynaşılmak istenen bir güç kaynağı” arayışı ile “savunmacı büyüklenmeci kendilik” kavramı arasında salınır (Kohut, 2015).

Narsistik ve border-line kişilik bozukluğu Kendilik Psikolojisi Kuramına göre narsistik gelişim sürecinde ki takılmalar veya salınımlar neticesinde oluşur (Anlı ve

Bahadır, 2007). Narsisizm alanında büyüklenmeci kendiliğin ihtiyaçlarını farketmeyen ebeveynlerin ve idealleştirilmiş arketiplerin sebep olduğu travmalar ileriki dönemde psişenin tek başına narsistik dengesini sürdürme ve dengeyi yeniden kurma yeteneğine ciddi manada zarar verir (Kohut, 1993).

Kohut'un modelinde, bazı kişisel nesne ihtiyaçları empatik olarak karşılanamadığında, gelişimsel bir tutuklama meydana gelir ve patolojik narsisizme neden olabilir. Kohut, bu göreceli ebeveyn empatisi eksikliğinin ortaya çıkmasının üç sebebini şöyle açıklamaktadır: 1) Her ikisinin de düzeni konusunda çocuk ve ebeveynler arasında zayıf bir uyum; 2) ebeveyn(ler), çocuğa tepki gösteremez ve besleyemez ki bu genellikle fiziksel veya zihinsel kısıtlamalara ikincil neden olabilir; 3) çocuğun olağandışı büyük kendi kendine nesne ihtiyaçları vardır. Nedeni ne olursa olsun, daha erken ve daha yaygın olan başarısızlıklar ortaya çıkar, erişkinlerdeki gelişimsel durma ve narsistik patolojinin derecesi daha şiddetlidir. (Psychiatry Edgmont 2007 Oct; 4(10): 40–47. Published online 2007 Oct.)

1.1.2. Narsistik Kişilik Özellikleri

Kişiyeye has daimi özellikler manasına gelen kişilik, bireyin davranışsal ve duygusal etki ve tepkilerini de kapsayan öngörülebilir, rutin ve sabit bir durumdur (Özçetin, Maraş, Ataoğlu ve İçmeli, 2008). Kişilik, biyolojik tabiatı ve deneysel olarak öğrenilenleri kapsayan, kişinin algılama, öğrenme, düşünme, başa çıkma gibi içsel kaynaklarından ortaya çıkan ve yaygın olarak kişinin davranışlarına hâkim olan, davranış örüntülerini anlatmaktadır (Aslan, 2008). Kendimizi ve diğer insanları anlama ve algılama, olayları yorumlama biçimimizde; duygusal tepkilerimizde; diğer insanlarla ilişkilerimizde; ihtiyaç, istek ve dürtülerimizi doyurma biçimlerimizde bizi başkalarından ayırt ettiren özelliklerimizin tümüdür (Bolat ark., 2016:484).

Literatür taramalarında görülmüştür ki kişilik kuramcıları kendi kuramsal yaklaşımları doğrultusunda farklı vurgular yaparak kişiliği farklı şekilde tanımlamışlardır. Kişilik tanımı kabaca şu şekildedir. Kişilik, “bireyi diğerlerinden ayıran, bireye özgü, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünüdür (İnanç, Yerlikaya, 2015:3).

Kişilik kelimesinin günlük dildeki bir diğer yaygın kullanımı ise betimleyici bir nitelik taşımaktadır. Bu kullanım biçiminde kişilik sözcüğü bir sıfatla birlikte kullanılır ki kullanılan bu sıfat sözü edilen kişinin en belirgin özelliğidir. Örneğin bir kimsenin “saldırgan bir kişiliği” ya da “uyumlu bir kişiliği” veya “narsistik bir kişiliği” olduğu söylendiğinde kastedilen şey o kişinin bizim dikkatimizi en çok çeken özelliğinin o olduğudur (İnanç, Yerlikaya, 2015:3).

Bu bağlamda narsisizm ortaya atıldığı günden itibaren araştırmacılar narsistik kişilik özelliklerini sık sık tartışmışlardır. Kuramcılar tarafından, narsisizm ve boyutları farklı şekillerde ele alınmıştır. Bazı araştırmacılar narsisizmi sadece patolojik olarak ele alırken bazı araştırmacılar da normal (patolojik olmayan) olarak da incelemişlerdir. Narsistik kişilik özellikleri her zaman olumsuz sonuç doğurmaz. Her insanın doğasında bu özelliklerden bir miktar bulunmaktadır. Aynı zamanda kişinin ruh sağlığına olumlu etkileri de bulunabilen bu kişilik özelliklerinin “normal narsisizm” olarak adlandırılabilceği belirtilmiştir (Foster, 2007; Rozenblatt, 2002). Kernberg; normal ya da sağlıklı narsisizmi kişinin özgüvenin yaşamıyla uyumlu bir şekilde yüksek olması, başarılarından keyif alması ve çevreden gelen eleştirilerin kişinin benlik saygısında yıkıma yol açmaması şeklinde tanımlar (Kernberg, 2012).

Normal narsisizm kişilerin hedefleri doğrultusunda dikkatle ilerlemeleri ve yaşanan olumsuz tecrübelerine rağmen yeniden toparlanmaları için itici gücü oluşturmaktadır. Bu açıdan normal narsisizmin insanı motive eden koruyucu bir yanı da olduğu görülmektedir. Rozenblatt (2002) normal narsisizmin kişinin kendisiyle birlikte sosyal ortamında bulunan kişilerle uyum içinde olması ile yakından ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Normal narsistik kişilik özelliklerine sahip bireyler çevresindekilerin olumsuz yorum ve eleştirilerinden etkilenmezler. Bu durum onların özgüvenini sarsmadan ilişkilerine devam edebilmesine engel değildir. Bu da patolojik narsisizmden normal narsisizmi belirgin derecede ayıran bir özelliktir (Rozenblatt, (2002).

Rozenblatt’e göre normal narsisizm, çevresiyle ve çevresinin beklentileriyle etkin bir şekilde başa çıkabileceğini hissetmesini , eksikliklerinden dolayı utanç ve öfke duygularını deneyimlemesini ve kişinin başarılarıyla gurur duymasını sağlamaktadır (Sandler ve Rosenblatt, 1962). Campbell Foster (2007)’a göre, bir

kişilik özelliği olarak değerlendirildiğinde, narsisizm; klinik geçmişin aksine, patolojik olmaktan ziyade genellikle normal bir kişilik özelliğidir. Freud, birincil narsisizm olarak adlandırdığı narsisizmi, “libidinal tiplerdeki” temel kişilik özelliği olarak tanımlar (Freud, 1961).

Narsisizm patolojik narsisizmde bahsi geçtiği gibi çocuklukta karşılanmamış bir ihtiyacın ya da geçiş dönemlerinde sağlanamayan bir uyumun uzantısı olarak gelişir ve kişilikte yer alır. Fakat her insan zaman zaman veya karakter olarak az çok narsistik özellikler taşıyabilir. Narsistik kişilik özelliklerini belirlemek; hangi durumda bu özelliklerin kişiliğin hastalık boyutuna varmayan özellikleri olduğunu, hangi durumda bu özelliklerin kişilik bozukluğu boyutu olarak seyrettiğini saptamak adına önemli bir adımdır. Çünkü narsistik kişilik özellikleri bazı yönleriyle kişiye faydası olurken, narsistik kişilik bozukluğu şeklinde olan narsizim kişinin hayatını olumsuz etkileyen tamamen patolojik bir durumdur.

Narsistik kişilik özelliklerine haiz bireylerin kapıldıkları savunmacı bir tutum, mükemmeliyetçiliktir. Bu kişilerin gerçek dışı idealleri vardır ve buna göre kendilerini değerlendirirler. Bu değerlendirme sonucunda da bu ideallere ulaştıklarını iddia ederler (büyüklenmeci sonuç) ya da ideallerine ulaşamayınca, kabul edilebilecek kusurları olan bir insan oldukları duygusu yerine doğuştan kusurlu oldukları duygusu ile tepki verirler. Bu kişiler terapide iyileşme gayesinin kendiliği anlamak ve kendiliğin ihtiyaçlarını karşılamının daha iyi yollarını bulmak değil de kendiliği mükemmelleştirmek olduğu şeklinde egoyla uyumlu bir beklenti içinde olabilirler. Mükemmellik arzusu kendini ve başkalarını sürekli olarak eleştirme tutumuyla (değersizleştirilmiş kendiliğin yansıtılıp yansıtılmadığına bağlı olarak) ve yaşamda insan varoluşunun içerdiği belirsizliklere rağmen yaşam doyum becerisinin bulunamamasıyla açığa vurulur. Bazen narsistik kişiler özsaygı problemlerinden dolayı başka birini –bir öğretmeni, kahramanı veya sevilen birini- mükemmel olarak görüp kendini o kişiyle özdeşleştirerek önemli hisseder ve bu sorunun üstesinden gelmeye çalışır (McWilliams, 1994:212).

Narsistik kişilerin mükemmeliyetçiliklerinin önemli bir sonucu; kusurları da olabilen biri olma veya diğerlerine gerçekçi bağımlılık tecrübelerine ilişkin bir farkındalığı dışa vuran hislerden ve hareketlerden kaçınma davranışdır. Bilhassa

pişmanlık ve şükran narsistik kişilerin inkâr etme eğiliminde olduğu tavırlardır. (McWilliams ve Lependorf, 1990: 430-451)

Narsistik kişilik özelliğine sahip bireylerde her insanda olduğu gibi, diğer insanlar tarafından sevilme, beğenilme, takdir edilme vb. tepkiler alması ihtiyacı vardır. Tüm bunlar narsistik gereksinimler olarak gösterilebilir. Bu gereksinimlerin açığa vurulması çoğu zaman olumsuz duygu deneyimlenmesine yol açabilmektedir. Açıkça belirtilmese de burada amaç çevre tarafından kendine göre hak ettiği değeri almak ve kabul görmektir. Bu ihtiyaçların doyurulması için birey çok zaman ve çaba harcayarak her şeyi yapmayı göze alır. Eğer bu gayretler istediği sonucu vermezse birey narsistik yaralanma dediğimiz travmayı yaşayabilir. Bu travma narsistik kişilik özelliği gösteren bireylerde sıradan olaylarla hatta başkalarına göre çok önemsiz sayılabilecek durumlarla da ortaya çıkabilir (Özmen, 2006:69).

Birçok kişinin narsistik meselelerden mustarip olması, narsistik bir kişiliği olduğu anlamına gelmez. Kişinin içinde bulunduğu durumlar ve etkenler, kişide narsistik bir tablonun belirleyicisi olarak görülür. Narsistik yaralanmanın altında yatan kişilik yapısının ne olduğunu anlamak için tarihsel ve aktarımsal veriler iyi analiz edilmelidir. (McWilliams, 1994:205-220)

Her birey birbirinden farklı görünse de, tüm narsistik kişilerin ortak özelliği; içsel bir yetersizlik, utanç, zayıflık ve aşağı olma duygusu ya da korkusudur. Farklı alt tiplerin telafi edici davranışları birbirinden çok farklı olabilir ancak yine de, bu davranışlar benzer meselelerle uğraşıyor olmayı yansıtır. (McWilliams, 1994:207-215)

Bazı araştırmacılar narsisizmi açık narsisizm (overt narcissism) ve kapalı narsisizm (covert narcissism) şeklinde ele almışlar ve bunlar ile ilgili kişilik özellikleri tanımlamışlardır. Akhtar ve Thomson (1982), her iki tipte narsisizmin koruyucu maskeler gibi karşıt fakat özdeş olmayan kimlikler kullandığını iddia ederler – açık narsisizm büyük ve kibirli olarak sunar, kapalı narsisizm ise savunmasız ve parçalanmış olarak sunar. Açık narsisizm raporunda, narsisist olmayanlardan daha fazla kimlik uyumu rapor edilmekle birlikte, bu kimliğin esnek ve görkemli olduğu düşünülmektedir (Raskin, Novacek ve Hogan, 1991). Kapalı narsisizmin aşırı

duygusallığı ve düşük güven duygusu, kararsız kimliğe işaret eden kimlik yayılımı ile ilişkilidir (Anlı ve Bahadır, 2007). Çevresindeki her şeyin kendi enerjisi ile bir şekilde bağlantılı olduğunu düşünme ve sahip olduğu perspektifi gerçeklik ile değerlendirip değiştirememesi, narsistik bir kişiliğin en belirgin özelliklerindendir (Karataş ve Taş, 2016: 5-6).

1.1.3. Narsistik Kişilik Bozukluğu

Narsisizm kişilik bozukluğu olarak değerlendirildiğinde aşırı (k)abartılı benlik değeri, devamlı beğenilme gereksiniminde olan ve doyumsuzluğa bağlı sıkıntı içerisinde bulunan, kendilerine yüceltme ölçüsünde sevdalı kişilerdir. Öz saygılarını ayakta tutmak için takıntılı bir biçimde başkalarına ihtiyaç duyan fakat empati özelliğinden yoksun kişiler, kendilerini özel, önemli kişiler oldukları inancına inandırırılar (Güleç, 2006:56).

Patolojik olan kendini beğenmek değil başkalarını beğenmemektir. Çünkü bir insanın kendini sevmesi doğal bir eylemdir. Kendini sevmeyen kişilerin depresif ve ruhsal bozukluklara yatkın özelliklere sahip olduğu bilinen bir gerçektir. Fakat bu sınırı gözetemeyip meseleyi kendini beğenmekten, kendinden başkasını beğenmemeye taşıyan bireyler, kişilik bozukluğuna saparlar.

Çoğu insanda özsaygının incinmesi bir süreliğine kişiyi narsistik bir karaktere büründürebilir. İlaveten, kişilik yapılarının hepsinin narsistik bir işlevi ve uzantısı vardır: Belirli savunmalar ile öz saygıyı muhafaza ederler. (Kendini yüceltme, mantığa bürüme, inkâr, egoist nitelikler, narsistik hak görme algısı, anksiyete) Kişilik olarak bir kimseye narsist diyebilmek için uzunca bir süre süregelen, otomatik hale gelmiş ve durumdan bağımsız işleyen, öznellik ve davranış örüntülerinin bulunması gereklidir. Günümüzde narsistik kişilik yapılanması psikodinamik klinisyenler tarafından sıklıkla kullanılan bir tanıdır. Bu tanı, sık sık yanlış olarak duruma özel tepki gösteren kişiler ile psikopatik, depresif, obsesif kompulsif ve histerik kişilere de konulmaktadır (McWilliams, 1994:225).

Brown 6 temel davranışsal / psikolojik yatkınlık üzerinden, narsistik kişilik bozukluğunun özelliklerini 1997 yılında yayınladığı çalışmasında özetlemiştir.

(Brown, 1997; Akt. Atay, 2010) Yaptığı bu özetlemede; Freud (1914, 1955), Reich (1960), Kernberg (1966), Kohut (1971), Lax (1975), Rothstein (1980), Akhtar ve Thompson (1982), Amerikan Psikiyatri Birliği (1980, 1986), Bromberg (1986), Fine (1986), Emmos (1987), Tobacyk ve Mitchell (1987), Westen (1990), Frosh (1991), Gabriel, Critell ve Ee (1994), Rhodewalt ve Morf (1995), Shengold (1995), tarafından yapılmış tanımlamaları ele almıştır. Söz konusu özellikler şu şekildedir:

a. Kendini Yüceltme: Kişinin kendisine yetenek ve başarılarına aşırı değer biçme eğilimini ifade etmektedir. Bu eğilim genellikle, duygusal açıdan önemli, hazza ulaşma amacındaki bilinçsiz arzuların fantezileridir. Gösterişçiliğe olan aşırı eğilim, eşi bulunmazlığa olan arzu ve incinemez olma duygusu, narsistik kişilerde fantezilere eşlik etmektedir. Gerçeği seçici bir algı aracılığı ile bozma, çarpıtma eğilimi olarak görünen şey, kişinin kendini yüceltmek için duyduğu ihtiyacın bir başka görüntüsüdür.

b. Mantiğa Bürüme: Mantiğa bürüme daha çok eğitim düzeyi yüksek bireylerde sıkça başvurulan bir savunma düzeneği olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu mekanizmanın doğumu, bilinç seviyesinde itici olduğu bilinen durumları, kabul edilebilir kılma ihtiyacından kaynaklanır. Kendini kandırmayı içermektedir ve kişilerin, kabul edilemez davranış ve duyguları kabul edilebilir ve mazur göstermek için kullandıkları bir girişimdir. Narsistik kişiler, benlik saygılarını tehlikede hissettiklerinde, insanların, olayların ve nesnelerin anlamlarını değiştirmek ve bozmak için mantığa bürümeye başvurumaktadırlar.

b. İnkâr: Narsistik kişilik, genellikle ideal ve gerçek benlik arasındaki farkı inkâr etmek ile karakterize edilmiştir. Narsistik bireyler, inkâr aracılığıyla kendileriyle ilişkilendirilebilecek hatalarını fark etmeyi, tanımayı ve bu hatalarının yükümlülüğünü kabul etmeyi reddetmeye çabalamaktadırlar.

c. Egoist Nitelikler: Bireyin, olaylarla ilgili kendine hizmet eden, hazcı ve pozitif sonuçları içsel nedenlere, negatif sonuçları ise dışsal nedenlere bağlamayı içeren açıklamalar ileri sürme eğilimidir. Narsistlerin yüksek egoist özellikler sergileyecekleri ve bu şekilde incinebilir özsaygılarını korumak için kendine hizmet eden davranışlar sergileyecekleri düşüncesi, genel olarak kabul gören bir yaklaşımdır.

d. Narsistik Hak Görme Algısı: Kişilerin başkalarından yararlanmaya hakları olduğuna dair kuvvetli inançlarını ifade etmektedir. Narsistlerin başkalarına olan ilgi ve empati yetersizlikleri ve bu kişilerin hayranlık ve onaylamalarını elde etmeye yönelik doymak bilmez arzuları, narsistik istekleri, narsistik hak görme algısıyla bağlantılıdır. Narsistik kişiler, bu durumda, küçük görmekle birlikte saygılarına ve onaylanmalarına ihtiyaç duydukları kişiler tarafından tehdit edilmiş hissetme ikilemiyle karşılaşmaktadırlar. İnkâr, mantığa büründürme, kendini yüceltme, egoist nitelikler gibi birçok narsistik kişilik durumu bu yatkınlığı desteklemektedir.

e. Anksiyete: Ego savunma mekanizmalarını düzenlemek için tahsis edilmiştir. Lasch, “Narsistler, bir hayvan kitlesi bulunmadan yaşayamazlar; aile bağlarından ve geleneksel sınırlamalardan bağımsız görüntüleri, onları yalnız kalabilecek kadar özgür kılmaz ya da bireyciliği ile onur duymalarını sağlamaz, aksine güvensizliğe katkıda bulunur.” sözleriyle narsistik kişiliğin bu durumunu ifade etmiştir (Lasch, 1991: 426).

Bu tanıma göre (DMS – IV), narsistik kişilik bozukluğu; dokuz kriterden en az beşinin olması ile belirlenen, genç erişkinlik döneminde başlayan ve değişik şartlar altında ortaya çıkan, üstünlük duygusu (düşlemlerde ya da davranışlarda), beğenilme gereksinmesi ve empati yapamamanın sürekli bir örüntü olarak açıklanmıştır.

Bu kriterler şöyledir (Timuroğlu ve İşcan, 2008:242-243):

1. Kendisinin önemli biri olduğu hissine kapılır. Örneğin: Başarılarını ve yeteneklerini haddinden fazla önemser ve abartır, yeterli bir başarı göstermediği halde üstün biri olarak bilinmeyi ister.

2. Kusursuz sevgi hayali üzerine kafa yorar ya da sınırsız başarı, güç, zekâ, güzellik gibi kavramlara önem verdiği için bunları düşünerek zaman harcar.

3. “Özel” ve eşsiz biri olduğuna ve ancak başka özel ya da toplumsal durumu üstün kişilerin (ya da kurumların) onu anlayabileceğine ya da ancak onlarla arkadaşlık etmesinin uygun olacağına inanır.

4. Herkes tarafından beğenilmek ve onaylanmak ister.

5. Hak ettiği duygusuna sahiptir: Özellikle kendisinin öncelikli ve kayırcılık olduğu bir tedavi biçiminin uygun olduğunu düşünür ve beklentilerine göre uyum gösterme.

6. Kişilerarası ilişkileri kendi çıkarı için kullanmakta tereddüt etmez. Kendi amaçlarına ulaşmak için başkalarının zayıf yanlarını kullanır.

7. Empati yapamaz: Başkalarının duygularını ve gereksinimlerini tanıyıp tanımlama konusunda isteksizdir.

8. Çoğunlukla başkalarının kendisini kıskandığına inanır ya da o başkalarını fazlaca kıskanır.

9. Kendini beğenmiş ve küstah davranış ya da tutumlar sergiler.

Narsistik kişilik bozukluğu olan kişilerde, orantısız derecede kendiyile ilgilenme durumu söz konusudur. Şöyle ki; bu bozukluğa sahip olanlar, kendilerini beden, ruhen ve sosyal yönden başkalarından üstün gören, sürekli olarak onay, ilgi ve beğeni bekleyen, girdikleri ortamlarda öncelikli olma beklentisi içinde olan, kendilerini dünyanın merkezi zanneden kişilerdir. Kendilerinde en iyi ve üstün özelliklerin bulunduğu yanılgısına sahiptirler. Bu kadar iddialı ve mükemmel özelliklerin kendilerinde bulunduğuna inanmak, narsistleri, zaman zaman gerçeğin böyle olmadığı telkinleriyle karşılaştıklarında, derin bir hayal kırıklığı sürükler (Timuroğlu ve İşcan, 2008:242).

Narsistler toplumu kategorize ederler: zengin, önemli ve ünlü olanlar ve ayaktakımı olarak gördüğu diğerleri. Kernberg'e göre patolojik narsistik olanlar, özellikle “ortalama”dan çok değersiz ve aşağılık anlamında kullandıkları “vasat” topluluğa ait olmaktan endişe duyarlar. Onlar için zengin, önemli ve güçlüler grubuna dâhil olamamak bu derece kaygı verici değildir. (Kernberg, 2012: 204-205). Lasch (2006:142); narsistin kaybeden olarak etiketlenme korkusundan dolayı kazanan addettiği kişilerle kendini özdeşleştirir ve kendini tatmin eder. Kazananların pozitif enerjisinden beslense de hasetlik duygusuna engel olamaz ve kendilik nesnesi, ona kendini önemsiz hissettirirse, sevgi ve sempatinin yerini nefret ve antipati duygusu alır (Kartopu, 2013:632).

1.1.4. Narsistik Kişilik Bozukluğu ve Kişilik Özellikleri Arasındaki Farklar

Kernberg (2012) patolojik narsisizmi normal narsisizmden ayıran özellikleri şu şekilde sıralamıştır:

- Sadece patolojik narsisizmde görülen narsistik direnç, onu normal narsisizmden ayırır. Çünkü direnç patolojik boyutta ortaya çıkar.
- Kişideki nesne ilişkileri eğer patolojik boyutta ise bu durumda Patolojik narsisizmden söz edilir. Bununla birlikte normal narsisizmden farklı olarak ego ve süper egoda patolojik bir ayrışma ve bütünleşme eksikliği vardır.
- Libidinal ve saldırgan yatırım yapılmış nesne imgeleri normal narsisizmde bütünleşmiştir. Patolojik narsisizmde ise bu içselleştirilmiş nesne imgeleri patolojik gelişime evrilmiştir.
- Normal narsisizmde patolojik narsisizmden farklı olarak; eleştiri, suçlama ve başarısızlığa karşı aşırı tepkinin yanında nesnelere ilgi gösterme, nesnelere güvenme ve bağımlılık birlikte bulunur.
- Normal çocuksu narsisizmde çocuğun talepleri ihtiyaçlarıyla bağlantılıdır, oysa patolojik narsisizmde talepler aşırıdır ve tatmin edilemez.
- Narsistik hastaların soğukluğu, mesafeliliği, küçümseme ve değersizleştirilmesi, küçük çocuğun bencilliğinden farklıdır.
- Patolojik narsisizmdeki en önemli nokta bireyin tamamen dıştan gelen yorumlarla beslenmeye açık ve muhtaç olmasıdır. Normal narsisizmle patolojik narsisizmi ayıran noktalardan biri de budur.

Tüm bu özelliklere bakıldığında normal narsisizm ve patolojik narsisizmin farklı olduğu görülmektedir (Kernberg., 2012).

1.2. Mükemmeliyetçilik Kavramı

Mükemmel kelimesi Arapça tamamlanmak, tamama ermek anlamlarına gelen “كمل” (ke-mu-le) kökünden türeyen “مكمل” (mu-kem-mel) kelimesinden Türkçeye geçmiştir. Türkçede “mükemmel” kelimesi; eksiksiz, kusursuz, harikulade gibi anlamlara gelmektedir (TDK).

Türkçe de sıfat olarak yer alan “mükemmeliyetçi” kelimesi "herhangi bir alanda mükemmel olma yolunda aşırı çaba sarf eden kimse" olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu [TDK], 2010). Amerikan Psikiyatri Birliği'ne (American Psychiatry Association) (1994) göre ise mükemmeliyetçi bir tutuma sahip kişi kendisine aşırı ve zorlayıcı kriterler ve hedefler belirler. Bu kriterleri ve hedefleri yerine getirmenin zorluğundan dolayı ise genellikle mükemmeliyetçi tavır takınan birey erteleyici bir tavır sergiler ve çoğu defa yerine getirilecek şey konusunda başarısızlık sergiler. Webster's II New College Dictionary'e (1995) göre mükemmeliyetçilik, kişinin kendisine normalüstü derecede yüksek standartlar belirlemesi, eksik ve hatalarından rahatsız olması şeklinde tanımlanmaktadır (Satılmış, 2010).

Mükemmeliyetçilik kavramı, psikoloji alanında özellikle de kişilik üzerine çalışma yapan birçok araştırmacının ilgi odağı olmuştur. Her ne kadar sık ele alınan bir kavram olsa da mükemmeliyetçilik üzerinde anlaşılmış tek bir tanım bulunmamaktadır. Hollander'e (1965) göre mükemmeliyetçilik, kişinin kendisinden diğer insanların ortaya koyduklarının çok üstünde performans beklemesidir. Hamachek (1978), mükemmeliyetçiliği normal ve nevrotik mükemmeliyetçilik olarak iki şekilde değerlendirmiştir. Normal mükemmeliyetçiler için zor işler bir zevk aracıyken, nevrotik mükemmeliyetçiler böyle bir zevkten mahrumdurlar ve ortaya en mükemmel şeyi dahi koysalar kendilerini neden daha iyisini yapmadıkları için sorgularlar. Burns'e (1980) göre; insanların kendilerini daha fazla başarı ve haz elde etmek için sağlıklı bir şekilde çabalaması normal (hatta belki bir ölçüde gerekli); kapasitelerinin çok üstünde ve elde etmesi imkansız şeyler için kendini sürekli zorlaması, efor sarf etmesi ve değerlerini elde ettiği başarılarına göre belirlemeleri ise normal değildir. Çünkü bu durumda bireyler kendi özsaygılarını çok çabuk yitirecek ve benliklerini hiçbir zaman olduğu gibi kabul edemeyip sürekli ideal benliğe olan arzularından dolayı sahip oldukları benliklerini hor göreceklardır. Patch'e (1984) göre;

bir kişinin sahip olduğu kişiliği ve şeyleri beğenmeyip mükemmel olmak istemesi psikolojik problemler yaşamasına neden olabilir. (Tuncer ve Voltan, 2006)

1.2.1. Tarihęesi Ve Oluşum

Mükemmeliyetçilik kavram olarak 1950’li yıllarda çalışılmaya ve literatürde yer almaya başlamıştır. Mükemmeliyetçilik başlangıçta olumsuz olarak ele alınmıştır. Çünkü akılda bıraktığı ilk intiba kusursuzlukla eşleşir. Fakat kimsenin kusursuz olamayacağı gerçeğinden ötürü olumsuz bir algı oluşturur. Mükemmeliyetçiliğin boyutları patolojik, klinik, nevrotik ve kişilik bozukluğunun bir parçası olarak ortaya konmuştur. Fakat 1970’li yıllarda mükemmeliyetçiliğin patolojik bakış açısı bir kenara bırakılıp yerine çok boyutlu bir bakış açısı geliştirilmiştir (Bayram, 2016: 29-30)

Kronolojik olarak mükemmeliyetçiliğe göz attığımızda; Horney (1950) patolojik kısmına vurgu yapmış, mükemmeliyetçi kişilerin kendilerine yönelik güvensizlik içinde olduklarını belirtmiştir. Mükemmeliyetçi kişilerin hedefi en iyiye ulaşmaktır, böylece kendilerine olan güvenlerini de arttırmaktadırlar. Bu nevrotik davranış biçimi maalesef imkânsıza ulaşmayı hedefler (Pirini, 2009; Akt: Bayram, 2016:29-30).

Psikoloji alanında etkin bilim adamı olan Freud (1959) ise Horney’in patolojik bakış açısına paralel olarak; mükemmeliyetçiliği başarıya ulaşmaya duyulan aşırı tutku ve çaba olarak tanımlamıştır. Bu tutku ve çaba ise süper ego tarafından idare edilir (Bencik ve Metin, 2006).

Freud mükemmeliyetçiliğe sadece olumsuz bir bakış açısıyla bakar. Ona göre mükemmeliyetçilik “süper egonun yüksek düzeyde başarı için abalamasının sonucunda ortaya çıkan ve nevrotik rahatsızlıklarda sıklıkla görülen bir kişilik özelliği”dir. Görüş olarak Freud’la paralel bir düşünce yapısına sahip olan Hollender (1965), mükemmeliyetçilik üzerine çalışan ilk akademisyenlerden biridir. O, mükemmeliyetçiliği “ailenin bireyi sevmesi ve kabul etmesi için imkânsızı olabildiğince başarmak ve kusursuz olmaya çalışarak başarıyı elde etme çabası” olarak tanımlamıştır. Hollender mükemmeliyetçiliği çocukluk döneminde edinilen olumsuz

bir kişilik özelliği olarak ele almıştır. (Vieth ve Trull, 1999; Akt: Bayram, 2016:29-30).

Burns ise mükemmeliyetçiliği olumsuz ve tek boyutlu olarak ele almıştır. Ona göre mükemmeliyetçilik; bireyin kendini imkânın ve mantığın ötesinde ulaşılmaz hedeflere ulaşmak için zorlaması ve kendini değerlendirme kriteri olarak sadece üretkenlik ve başarıyı görmesidir (Burns, 1980).

Bu çalışmaların neticesinde 1990'ların başından itibaren mükemmeliyetçilik çeşitli özellikler içeren çok boyutlu bir kavram olarak kabul edilmiş ve bu kavramı ölçmeye yönelik çok boyutlu ölçekler geliştirilmiştir. Mükemmeliyetçilik hakkında literatürde yaygın kabul gören üç farklı tanım bulunur:

Bu tanımların ilki, Frost ve arkadaşları (1990) tarafından yapılmıştır. Frost ve arkadaşlarının (1990) tanımında mükemmeliyetçilik altı boyutta ele alınmıştır. Bu boyutlar, *“hatalara karşı aşırı endişe”*, *“yüksek kişisel standartlar”*, *“yüksek ebeveyn beklentisi”*, *“aşırı ebeveyn eleştirisi”*, *“davranışlardan şüphe duyma”* ve *“düzen”* şeklinde karşımıza çıkmaktadır. Tanımlamada *“yüksek kişisel standartlar”* ve *“düzen”* boyutlarının olumlu mükemmeliyetçiliği yansıttığı belirtilirken; diğer dört boyutun olumsuz mükemmeliyetçiliği yansıttığı belirtilmiştir. (Hamarta, 2009).

İkinci olarak Hewitt ve Flett (1991a) tanımlamalarında mükemmeliyetçiliği üç boyutta ele alırlar. Bu boyutlar *“kendine yönelik”*, *“diğerlerine yönelik”* ve *“sosyal düzene yönelik”* şeklindedir (Hewitt ve Flett, 1991).

Üçüncü ve en yeni tanımlama Slaney ve arkadaşları tarafından yapılmıştır. Onlar mükemmeliyetçiliği *“yüksek kişisel standartlar”* (standards), *“düzen”* (order) ve *“çelişki-tutarsızlık”* (discrepancy) olmak üzere üç boyutta tanımlamıştır. Olumlu mükemmeliyetçilik *“düzen”* ve *“yüksek kişisel standartlar”* ile tanımlanırken; olumsuz mükemmeliyetçiliğin *“çelişki”* alt boyutuyla ilgili olduğu belirtilmiştir (Slaney, 2002:69-76).

Mükemmeliyetçiliğin kökenlerinin nereden geldiği, nasıl edinilip nasıl geliştirildiği ile ilgili gerek teorik temelli gerekse pratik olarak çalışan pek çok araştırmacı (teorisyen) farklı görüşler ortaya koymuşlardır. Ancak bu farklı görüşler

bir yana pek çok teorisyen aynı zamanda; mükemmeliyetçiliğin kökenlerinin daha çok yaşamın ilk yıllarında oluştuğu ve bu oluşumda mükemmeliyetçi ve istekli ailelerin büyük rol oynadığı konusunda görüş birliğindedirler (Shcherbakova, 2001).

Hamachek'e göre mükemmeliyetçilik iki türlü oluşur: birincisi çelişkili onaylama, ikincisi koşullu onaylamadır. Aileler çocuklarının davranışlarını onaylarken çelişkili ve tutarsız olmamalıdır. Aksi takdirde çocuklar diğer insanlardan kaynaklanan sürekli standartların yoksunluğunu gidermek için kendilerine makul olmayan yüksek düzeyde standartlar belirleyebilirler. Problemler çoğunlukla koşullu onayın herhangi bir şarta bağlı olmadan verilen koşulsuz onaydan çok daha büyük olduğu durumlarda ortaya çıkar. Koşullu onaya çok fazla vurgu yapan ailelerin çocukları performanslarına (başarılarına) çok aşırı değer verdiklerinde kendilerini küçümseyebilirler. Çünkü bu çocuklar yalnızca olağanüstü başarı (performans) gösterdikleri sürece değerli olabileceklerini öğrenmiş olabilirler ki bu mükemmeliyetçi düşüncenin gelişimine sebep olur. Hamachek, çocukların, mükemmeliyetçiliği gözlem yoluyla öğrendiklerini savunur. Şöyle ki; dikkatli, eksiksiz, aşırı titiz olan ve başarılarından keyif alan ebeveynlerinden birini ya da her ikisini gözlemleyerek ve onların model alarak öğrenebileceklerine inanmaktadır (Hamarta, 2009). Alternatif olarak Hamachek, bazı çocukların kusursuz, aşırı titiz ve düzenli olmayı düzensiz bir aile gibi olmamak için öğrendiklerini de iddia etmektedir. Hamachek olumsuz bir model olunmadığında çocuğun kendisini sevmeye daha eğilimli olacağını ve bunun sağlıklı mükemmeliyetçilik yapısına yol açacağını ileri sürmektedir (Hamachek, 1978; Shcherbakova, 2001; Akt: Cırcır, 2006).

Burns'un (1980) mükemmeliyetçiliği öğrenme süreci yaklaşımı, Hamachek (1978) ile benzerlik gösterir. Burns'e göre çocuklar ebeveynlerinden sevgiyle birlikte ödül almaları ve çok iyi performans (başarı) göstermeleri durumunda mükemmeliyetçi ebeveynlerinden gördükleri onay sonucunda mükemmeliyetçi olurlar (Burns, 1980; Halgin ve Leahy, 1989; Akt: Shcherbakova, 2001)

Hollender (1965) da mükemmeliyetçiliğin çocukluktaki güvensizlik duygusundan kaynaklandığına dikkati çeker. Şöyle ki; mükemmeliyetçi bireyler onaylanma ve başkalarından kabul görme çabası içindedirler. Dolayısıyla bu da onları mükemmeliyetçi olmaya kanalize eder. (Antony ve Swinson, 1998: 35–36).

Hollender'a göre çocukta duyarlılık fazla kendine güven az ise çocuğun mükemmeliyetçi olma ihtimali de daha fazladır. Çocukların bütün başarılarına rağmen mükemmeliyetçi ailelerde başarısız oldukları kısım başarılı oldukları kısımdan daha çok irdelenmektedir. Sınav notu 90 olan bir öğrencinin 10 puanlık kaybına odaklanılarak elde ettiği başarının keyfini çıkarmasına izin vermeyen mükemmeliyetçi ebeveynler bu durumun en çarpıcı örneklerindendir. Bu ve benzeri durumları sıklıkla deneyimleyen çocuk ebeveynlerini memnun etme çabasıyla onların mükemmellik beklentilerini içselleştirir, hatta kendi başarı duygusuna güvenmemeye başlar. Böylece çocuklar değerlerini doğrulamaları için hep başkalarına ihtiyaç duyar (Sanford ve Donavan, 1999: 332). Son olarak, Hollender kardeş sırasının ve kardeşler arası rekabetin de mükemmeliyetçiliğin gelişimine yön ve güç kattığını düşünmektedir. Ortanca çocuklar, özellikle yeteneksiz oldukları kanısına sahiplerse ve fiziksel çekicilik veya atletik yetenek gibi özelliklere de sahip değillerse ailelerinin onayını elde etmek için daha fazla çaba sarf etme eğiliminde olabilirler (Shcherbakova, 2001)

Birçok medya aracının bireylere sunduğu sanal ve gerçek üstü modeller de mükemmeliyetçiliğin gelişimi ve pekiştirilmesinde önemli bir etkiye sahiptir. Televizyon, özellikle magazin ağırlıklı program ve dergiler, diziler ve filmler, internet ve daha pek çok yazılı ve görsel medya araçları bireylere herkesin çekici, güzel, zeki, yetenekli, başarılı, zengin ve daha bunun gibi pek çok mükemmellik mesajları vermektedir (Sapmaz, 2006).

1.2.2. Ayrımları

Mükemmeliyetçilik psikolojik araştırmalarda ilk başlarda tek boyutlu olarak düşünülmekteydi (Burns, 1980). Mükemmeliyetçi kişilerin bazılarının psikopatolojik davranışlar sergilemesine karşın bazılarının sergilememesi, mükemmeliyetçiliğin tek boyutlu olmadığına dair en önemli göstergelerdendir (Lundh, Saboonchi ve Wangby, 2008). Son zamanlarda yapılan araştırmalar mükemmeliyetçiliği çok boyutlu yaklaşımla (uyumlu ya da olumlu mükemmeliyetçilik ve uyumsuz ya da olumsuz mükemmeliyetçilik) ele almaktadır (Enns, Cox ve Clara, 2002; Frost ve Marten, 1990; Hewitt ve Flett, 1991; Hewitt ve diğerleri, 2003; Hill ve diğerleri 2004; Terry-Short, Owens, Slade ve Dewy, 1995).

Sağlıklı-sağlıksız mükemmeliyetçilik: Yapılan araştırmalar sonucunda mükemmeliyetçilik sağlıklı olan ve olmayan olarak ikiye ayrılmıştır (Parker, 2000). Adler (1956), kişinin sosyal ilgi elde etmek ve kendi potansiyelini açığa çıkarması için çabalamasını sağlıklı mükemmeliyetçilik olarak görür (Akt. Chan, 2009). Eğer kişide uç noktalarda özeleştir, kronik performans beklentisi ve standartlarda yetersizlik görülüyorsa bu durum uyumsuz/sağlıksız mükemmeliyetçilik olarak değerlendirilir. Buna karşılık kişide yüksek kişisel standartların beraberinde minimum özeleştir görülürse bu durum sağlıklı/uyumlu ve işlevsel mükemmeliyetçilik olarak saptanır (Rice ve ark., 2008). Sağlıksız mükemmeliyetçi biri için mükemmelden aşağı olan şeylerle de karşılaşılması asla kabul edilebilir değildir. Ancak sağlıklı mükemmeliyetçilikte bazen mükemmelden aşağı olan şeyler de kabul edilebilir. Maalesef mükemmeliyetçilik, hem bireyin kendisi hem de ailesi için anlamlı seviyede zarar ve stres ile ilişkilidir (Flett ve Hewitt, 2002).

Normal-Nevrotik Mükemmeliyetçilik: Normal ve nevrotik mükemmeliyetçilik arasında ki ayrımı yapan ilk araştırmacı Hamachek (1978) dir.. Normal ve nevrotik mükemmeliyetçilik arasında ki fark şudur: Normal ya da uyumlu mükemmeliyetçiler, kendilerinden yüksek beklentileri olan fakat bunları başarabileceğine inanma noktasında özgüveni son derece yüksek kişiler olurken, nevrotik mükemmeliyetçiler yüksek standartlar belirleyip bunları asla başaramayacağını düşünen kişilerdir. (Adler, 1956; Burns, 1980; Hamachek, 1978; Pacht, 1984). Normal mükemmeliyetçiler, başarılı olabilmek için önemli olan düzenli davranışları gösterirler ve başarısız olmaya karşı psikolojik olarak dirençlidirler. Buna karşın nevrotik mükemmeliyetçiler, aşırı derecede yüksek standartları ile hatalardan kaçınırlar ve asla çabalarını yeterli bulmazlar(Schuler, 2000). Bunlara ilaveten normal ve nevrotik mükemmeliyetçiler düşünme biçimlerinde de birbirlerinden ayrılırlar. Nevrotik, mükemmeliyetçilik takıntılı bir biçimde her durumda kendine yüksek standartlar belirler. Hollender (1965), Burns (1980), Hamachek ve Misildine (1963) ve Patch (1984)'a göre, mükemmeliyetçi kişi öz değerini başarısı ile ilişkilendirir. Normal mükemmeliyetçi kişi işlerinde tatmin olup, bununla öz yeterliğini arttırırken, nevrotik mükemmeliyetçi kişiler işlerinden asla memnun olmazlar, bu da öz yeterliklerin de değer kaybına yol açar. Nevrotik mükemmeliyetçiliğe iki tür duygusal çevre neden olmaktadır. Bunların ilki, ailenin

tutarsız ve reddedici davranışlarla çocuğun performans standartlarını kesin şekilde belirleyememesi, ikincisi ise koşulsuz olumlu onay yerine koşullu olumlu onayı, daha fazla dile getirmesidir. Normal mükemmeliyetçilik pozitif model (çocuğun duygusal kimliğini kabul etme), ya da negatif model (çocuğun duygusal anlamda reddedilmesi) durumlarının her ikisinde de oluşabilmektedir (Hamachek, 1978). Nevrotik mükemmeliyetçilerin temel sorunu, ailelerinin cesaret verici olması hususunda tatmin edici olmadıklarına inanırlar. Yani mükemmeliyetçiliğin nevrotik ya da normal oluşu, ailenin çocuğu cesaretlendirici ve destekleyici olması ya da sert olması olarak algılanmasına göre değişmektedir (Akt:Rice ve Pressuer, 2002).

Uyumlu-uyumsuz mükemmeliyetçilik: Sağlıklı mükemmeliyetçiliğe paralel bir boyut da uyumlu mükemmeliyetçiliktir. Bu ayrım Frost ve arkadaşları (1993) tarafından belirlenip etiketlenmiştir. (Slaney, Rice, Ashby, 2002:65) Mükemmeliyetçiliklerini, kişisel güçlerini tanımak ve bir işi nasıl daha iyi yerine getirebileceklerini düşünmek gibi kendi avantajlarına kullanan kişiler uyumlu mükemmeliyetçi olarak görülür (Bieling, Israeli ve Anthony, 2004). Uyumsuz mükemmeliyetçiler de yine kendilerine yüksek standartlar belirler, hatadan, aile eleştirilerinden ve kararsızlıktan daha fazla korkarlar. Uyumsuz mükemmeliyetçiler daha içedönük, hedeften bağımsız ve kaygılı iken uyumlu mükemmeliyetçiler daha düzenli daha dürüst ve hedef yönelimlidirler (Ashby, Rice ve Martin, 2006).

Sosyal odaklı-kendine odaklı mükemmeliyetçilik: Bazı araştırmacılar mükemmeliyetçiliği, kendine yönelik ve sosyal odaklı mükemmeliyetçilik olarak iki boyutta incelemektedir. Kişi kendine odaklı mükemmeliyetçi ise, başkalarını ve onlarla ilişkilerini zihinsel olarak kaba ve cezalandırıcı olarak görmektedir bu nedenle genellikle kişilerarası ilişkilerinde zorluklar yaşamaktadır. (Shalar, Blatt ve Zuroff, 2007). Kendine odaklı mükemmeliyetçilikte kişisel standartlar için çabalama söz konusudur. Buna karşın sosyal odaklı mükemmeliyetçilikte, kişinin kendi dışındaki bireylerin yeterliklerine odaklanma gözlemlenmektedir (Şirin, 2011:19-23).

Pekiştirme kuramına göre olumlu mükemmeliyetçilik, olumlu pekiştirme ile ilişkilendirilir. Bu kurama göre, mükemmeliyetçilik hedeflere ulaşmayı ve istenmeyen sonuçlardan kaçınmayı içerir. Olumlu şeyler kazanmak olumlu pekiştirmede olduğu

gibi olumlu mükemmeliyetçinin güdüleyicisiyken, olumsuz sonuçlardan kaçmak da olumsuz mükemmeliyetçinin güdüleyicisi olmaktadır (Santanello ve Gardner, 2006).

1.2.3. Kapsamı

Mükemmeliyetçilik kavramı son zamanlarda birden fazla boyutta ele alınmaya başlamıştır. Mükemmeliyetçiliği normal ve nörotik olarak iki boyutta inceleyen ilk araştırmacılar Hollender (1965) ve Hamachek'tir (1978). Normal mükemmeliyetçiliği ulaşılabilir ve yüksek standartlar koyarak kendini zorlamayan ve gösterdiği performanstan doyum sağlayan bireyler olarak tanımlarken; nörotik mükemmeliyetçiliği ise zor ulaşılan, hayalî standartlara sahip ve performansından memnun olmayan, kendini eleştiren bireyler olarak tanımlamışlardır (Ashby, Rice ve Martin, 2006). Çok Boyutlu Yaklaşım göre Mükemmeliyetçilik yapısının;

- a) Kişilerarası ve kişi içi yönlerin her ikisini de kapsadığı;
- b) Olumlu ve olumsuz özelliklerin her ikisini de içerdiğini görüşü hâkimdir

Hewitt ve Flett'e (1991a) göre mükemmeliyetçilik insanî ilişkilere kaynak oluşturur ve onları kontrol eder. Bu bağlamda üç boyulu bir işlevi vardır. Bu işlevleri ölçmek için Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'ni (F-ÇBMÖ) geliştirmişlerdir (Frost vd, 1990; Hewitt ve Flett, 1991a; Slaney, Rice, Mobley, Trippi, ve Ashby, 2001).

Mükemmeliyetçiliğin üç boyutu şu şekildedir:

1) Kendine Yönelik: Kendine yönelik mükemmeliyetçilik karakteristik özelliği, kendi koyduğu standartları genelleştirme, hatalara odaklanma, koyduğu gerçekçi olmayan standartlar için çok çalışmak, mükemmel olmaya yönelik güçlü bir güdü gibi çeşitli özelliklere sahiptir.

2) Diğerlerine Yönelik: Diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik karakteristik özelliği ise, doğrudan diğerlerinin gözlemlenebilen davranışlarına yöneliktir. Onlar gerçekçi olmayan inançlara ve diğerlerinin yetenekleri hakkında yüksek derecede beklentilere sahiptir.

3) Sosyal Düzene Yönelik: Bu mükemmeliyetçi özelliğe sahip kişiler ise, başkalarının kendisi için gerçekçi olmayan standartlara sahip olduğuna ve mükemmel olmak için kendilerine baskı yapıldığına inanırlar (Hamarta, 2009).

Hewitt ve Flett (1991) araştırmalarının sonucunda tüm boyutların psikolojik sorunlarla ilişkili olduğunu saptarken; öte yandan “Başkalarına Yönelik Mükemmeliyetçilik”in, psikolojik belirtilerle en az ilişkili olan boyut olduğunu tespit etmişlerdir (Hewitt ve Flett, 1991: 466-467).

Frost ve arkadaşları (1990) ise mükemmeliyetçiliği altı boyutta incelemişlerdir:

1) Hatalara Karşı Aşırı İlgi:

- a. Hata yapmaktan kaçınma
- b. Hatalar karşısında olumsuz bir tepki sergileme eğilimi
- c. Hataları başarısızlıkla eşdeğer olarak görme şeklindeki yanlış yorumlama
- d. Başarısızlık sonrasında diğer insanların saygısını yitireceğine inanma

2) Yüksek Kişisel Standartlar: Bireyler kendileri için oldukça yüksek standartlar belirlerler ve kendilerini bu standartlara göre değerlendirirler.

3) Yüksek Ebeveynsel Beklenti: Kişide yüksek standartları ebeveynlerin belirlediği ve kişinin bu beklentileri karşılaması yönünde baskı oluşturduğu şeklinde içsel bir anlamın oluşmasıdır.

4) Aşırı Ebeveynsel Eleştiri: Bir önceki boyutla iç içedir. Ebeveynsel beklentilerin yanı sıra eleştirilerinin de değerlendirici tutum olarak algılanmasıdır.

5) Davranışlardan Şüphe Duyma: Bireyin performansının niteliğine karşı skeptik bir tavır sergilemesidir.

6) Düzen: Bireyin tertip ve düzene karşı ehemmiyet göstermesi ve davranışlarında da bunu ortaya koymasısıdır (Frost ve Marten, 1990).

Stöber (1998), Frost ve arkadaşlarının ortaya koyduğu altı boyutun mükemmeliyetçiliği çok özgülleştirdiğini söyleyerek, 243 katılımcıdan aldığı veriler sonucunda dört alt boyut ortaya koymuştur.

- Kişisel standartlar
- Düzen boyutları farklı boyutlar olarak ortaya çıkarken;
- Hatalara karşı aşırı ilgi- davranışlardan şüphe duyma bir alt boyut
- Yüksek ebeveynsel-beklenti aşırı ebeveynsel eleştiri boyutları da bir boyut olarak ortaya çıkmıştır (Stöber, 1998).

Bunlara ilaveten, Slaney ve Johnson (1992) mükemmeliyetçiliği olumlu ve olumsuz etkenlere sahip bir yapı olarak ele almışlar ve beraberinde bu iki boyutu ölçen çok boyutlu yeni bir mükemmeliyetçilik ölçeği geliştirmişlerdir. “*The Almost Perfect Scale*” (APS) adını verdikleri bu ölçek dört faktörden meydana gelmektedir: “*Standartlar ve Düzen*”, “*Anksiyete*”, “*Kişiler Arası İlişkiler ve Danışma İlişkileri*” ve “*Erteleme*”’dir (Slaney ve Johnson, 1992).

Slaney ve arkadaşları tarafından revize edilen bu ölçek mükemmeliyetçiliğin olumsuz boyutuna yeterince dikkat çekemediği gerekçesiyle daha yeterli bir tanıma gereksinim duyulmuştur. Bu ihtiyaç beraberinde APS’nin revize edilmesi gerekliliğini ortaya koymuştur Netice olarak; revize edilen ölçek üç alt boyuta ayrılmıştır:

1) Yüksek Standartlar: Kişinin kendisine çok yüksek düzeyde standartlar oluşturmasını ve bunlarla kendini ölçme ve değerlendirmeye tabi tutmasıdır.

2) Düzen: Düzen ve tertibe son derece önem göstermesidir.

3) Çelişki/Tutarsızlık: Bireyin kendisi için belirlediği yüksek standartlar ile bu standartları yakalamak için gösterdiği performansın uyuşmayacağı kaygısıyla davranışlarında gözlenen tutarsızlık durumudur (Slaney vd, 2001).

Diğer çalışmalardan farklı ve ilave olarak, Mobley ve arkadaşları mükemmeliyetçilik ölçeğinin (APS) 251 Afrika kökenli Amerikalı üniversite

öğrencisi üzerinde çok kültürlü yapısal geçerliliğini araştırmışlardır. Bu araştırmanın sonucunda mükemmeliyetçiliğin kültürler arasında faktörsel eşitliği sağladığı ortaya konulurken, olumlu mükemmeliyetçilik ile olumsuz mükemmeliyetçilik arasındaki ayrım ise bariz şekilde ortaya çıkarılmıştır (Mobley, Slaney ve Rice, 2005).

1.2.4. Mükemmeliyetçi Kişilik Özellikleri

Mükemmeliyetçi kişilik özellikleri kişiden kişiye farklılıklar göstermektedir, dolayısıyla bu da farklı görüşlerin ortaya atılmasına neden olmuştur.

Mükemmeliyetçi bireylerde bulunan ortak özellikleri Frost ve arkadaşları (1990), şöyle betimlemişlerdir: kişinin ebeveynlerinin beklenti ve değerlendirmelerine fazla önem vermesi, performans üzerindeki hata yapma kaygıları, olarak kişinin, netlik, düzen ve organizasyonda aşırı önem vermesi ve son kişinin performansının kalitesi hakkındaki şüpheleri. (Frost ve ark, 1990).

Callard-Szulgit (2012), mükemmeliyetçilerin yaygın özelliklerini şöyle sıralamıştır:

- Erteleme davranışı gösterirler.
- Ailesinden ve arkadaşlarından kendisini soyutlar çünkü hatalarının görülmesinden korkar.
- Başkaları komik olmadığını düşünür endişesiyle mizah yönünü saklar.
- Kendisini ve diğerlerini çok eleştirir.
- Aşırı kontrol etme davranışı gösterir.
- Kazanmak zorunda hissettiği için bir oyundan keyif alamaz.
- Aşırı hassastır.
- Bir işi ne zaman bitireceğini bilemez, çok düşünür.
- Zor bir takım oyuncusudur.
- Genel doğrular yerine küçük hatalara takılır kalır.
- 'Yeterli'yi yeterli bulmaz.

- Zaman yönetimi becerileri düşüktür.
- Hiçbir zaman iyi olmadığını düşüncesiyle öz saygısı düşüktür.
- Yargılayıcıdır, her zaman siyah veya beyazdır (Callard-Szulgit, 2012).

Flett ve Hewitt (2002) uyumlu mükemmeliyetçilik özellikleri ile vicdan sahibi olma arasında bir bağ olduğunu belirtmektedirler. Henüz bu konuyu ilgili bir çalışma yapılmamıştır. Araştırmacılar, bireylerin farklılık gösterdiği mükemmeliyetçiliğin türü değil derecesi olduğunu belirtmektedir ve mükemmeliyetçi davranışlarda sürekliliği de önemli bulmaktadırlar. Görünen fark odur ki mesele kategorik değil daha çok boyutsaldır.

Antony ve Swinson (2009) mükemmeliyetçi bireylerin özelliklerini şöyle sıralamaktadırlar. Bunlar;

1. Aşırı organize etme ve liste yapma: Mükemmeliyetçilerin davranışlarını ve performanslarını kontrol altına alma ihtiyacı sürekli organize etme ve liste yapma davranışlarına neden olur ve düzenli olma çabasıyla detaylara çok takılmaları sonucu ortaya çıkan durumdur.

2. Kaçınma: Zaman zaman kendilerine o kadar zor standartlar belirlerler ki çok zor geldiği anda hedeflerinden kaçınabilirler.

3. Biriktirme: Bazı mükemmeliyetçiler için sahip olduklarını elden çıkarmak çok zor olabilir. Bundan dolayı aşırı biriktirme davranışları gösterebilirler.

4. Yetki verememe: Mükemmeliyetçi kişiler, ekip çalışması gerektiren durumlardan çoğunlukla kaçınırlar. Bunun nedeni ise, ekipteki diğer üyelerin hata yapabilecekleri düşüncesine takılı kalmalarıdır. Bu yüzden yetki vermede hayli zorlanırlar.

5. Aşırı yavaşlık: Kusursuzu yakalamak için erteleme, sık sık tekrar etme, karar verememe gibi davranışlardan dolayı aşırı yavaş olmak mükemmeliyetçiliğin bir diğer özelliğidir.

6. Tekrar etme ve düzeltme: Düzeltme ve tekrar etme eylemleri bir davranışın, durumun mükemmel olmadığı duygusuna kapıldığında bunu tekrar ederek düzeltmeye çalışma sonucu ortaya çıkar.

7. Aşırı telafi: yaptığı işlerde hataya asla yer yoktur aksi takdirde mükemmeli yakalamamanın mümkün olamayacağı ve istenilen hedeflere ulaşamayacağı kaygısı, bireyin kendisini obsesif biçimde sürekli kontrol etmesine ve bununla birlikte kusursuz olana kadar davranışları tekrar tekrar yapmasına neden olur.

8. Erteleme: Erteleme davranışı, bireyin hata yapma endişesinin dolayı yapması gerekenleri ertelemeyi tercih etmesinden ortaya çıkar.

9. Diğerlerinin davranışını kontrol etme: Mükemmeliyetçiler işlerin kusursuz yapıldığını teyit etmek ve emin olmak için çevresindeki insanların davranışlarına müdahale eder.

10. Ne zaman bırakacağını bilememe: Mükemmeliyetçiler bir hedefe ulaşmak veya bir gayeyi gerçekleştirmek için bir iş için lüzumundan fazla zaman harcayabilirler.

11. Çabuk pes etme: Mükemmeliyetçi kişilerin kusursuz iş yapamama sahip oldukları başaramama, onların işe başlamama, beklenen performansı sergileyememe korkuları veya başladıkları işten kolay pes etmelerine neden olabilir.

12. Karar verme güçlüğü: Mükemmeliyetçiler aşırı temkinli davranarak geri dönülmesi mümkün olmayan bir hataya sebep olacak davranışlardan son derece kaçınırlar ve korktukları için karar vermede güçlük yaşarlar.

13. Aşırı kontrol etme ve teminat arayışı: Bireyin, her şeyi kusursuz bir biçimde yapmak istemesi, aşırı kontrol etme ihtiyacına neden olur. Mükemmellik teminatı aradığı için sık sık kontrol davranışları gösterir (Antony ve Swinson, 1998).

1.2.5. Mükemmeliyetçilik Ve Narsisizm

Narsistik güdülenmeye sahip kişilerin sergiledikleri savunmacı tutumlardan birisi de mükemmeliyetçiliktir. Bu kişiler kendilerini gerçek üstü ideallere göre değerlendirirler; bu değerlendirmeye bağlı olarak da, ya kendilerini bu ideallere ulaştıklarına ikna ederler (büyüklenmeci sonuç), ya da bu ideallere ulaşamadıklarında tepki olarak kusurlu olmayı normalize etmek yerine doğuştan gelen ve kalıcı olan bir kusura sahip olduklarını düşünürler (depresif sonuç) (McWilliams, 1994:212).

Teorik modeller, narsisistlerin büyüklüklerinin, ancak kırılgan benlik konseptinin, mükemmeliyetçi talepleri başkalarına dayatmalarına ve başkalarının hayranlıklarını gözeterek mükemmeliyet imajını teşvik etmelerine yol açtığını göstermektedir. Mükemmeliyetçilik boyutlarının narsisizm ile ne kadar ilişkili olduğu ve mükemmeliyetçilik ile narsisizm arasındaki ilişkinin erkek ve kadınlar arasında yaygınlaştığı kesin değildir (Sherry, Gralnick, Hewitt, Sherry & Flett, 2014:52-53).

Erkekler ve kadınlar arasındaki potansiyel farklılıklar da araştırıldığında 983 lisans öğrencisinden oluşan bir örnekten görülen odur ki, karakter mükemmeliyetçiliği, mükemmeliyetçi benlik sunumu, mükemmeliyetçilik ve narsisizm ölçümleri tamamlandı. Varsayımsal olarak, diğer-yönelimli, mükemmeliyet-yönelimli, kendi kendini geliştirmeye yönelik mükemmeliyetçilik, narsisizm ile tek tek ilişkilendirilmiştir. Mükemmeliyetçilik-narsisizm ilişkisi, erkek ve kadınlarda genelleştirilmiştir. Beklenmedik bir şekilde, kusurlu olmanın gösterimi olumsuz ve benzersiz bir şekilde narsisizm ile ilişkiliydi. Hazırlanan çalışma, bugüne kadar mükemmeliyetçilik-narsisizm bağlantısının söz konusu olduğunun anlaşılmasını sağladı. Sonuçlar, narsisist mükemmeliyetçilerin, mükemmelliklerini kendi kendilerine tanıtmakla meşgul ve başkalarına mükemmeliyetçilik gereksinimlerini empoze eden, onları zorlayan, eleştiren, hak sahibi ve görkemli bireyleri talep eden teorik modelleri desteklemektedir (Sherry ve ark, 2014:52-53).

Bilişsel kuramcılar, narsistik şemaların başkaları için haklı ve mükemmeliyetçi beklentileri ve başkalarının algıladıkları algılarıyla sürekli olarak tatminsizliği içerdiğini öne sürmektedir (Beck ve ark., 2004). Millon, Davis, Millon, Escovar ve Meagher (2000) ayrıca, narsistlerin algılanan üstünlüğünün onları başkalarından

mükemmeliyetçilik bekllemelerine yol açtığını fark ettiler. Diğerlerinden aşağı olma ya da sadece sıradan olma haklarından yoksundurlar. Narsistlerin görkemli öz-kavramının güçlü bir değersizlik duygusu üzerinde durduğu düşünülür (Sherry ve ark., 2014:52-53).

Özetle, mükemmeliyetçilik-narsisizm bağları hakkındaki teorik modeller ve klinik gözlemler, narsistlere, başkalarına mükemmeliyetçilik ihtiyacını dayatmalarını ve diğerlerine kendi sözde mükemmelliklerini kabul ettirmeye giriştiklerini göstermektedir (Sherry ve ark. 2014:52-53).

1.3. Yaşam Doyum Kavramı

Yaşam memnuniyeti, pozitif psikoloji literatüründe merkezi bir konumdur. (Korkmaz, Germir, Yücel ve Gürkan, 2015:79-81). Yaşam doyum alan yazında sıklıkla ele alınan bir kavramdır. Alan yazında, yaşam doyumunu tanımları ve yaşam doyumunu ile ilgili kuramsal açıklamalar yer almaktadır.

Neugarten (1961), yaşam doyumunu, kişinin yaşamında ne umduğu ile ne bulduğunun karşılaştırdıktan sonra elde ettiği sonuç olarak tanımlar (Onur, 1997 s.368). Pavot ve Diener ise yaşam doyumunu, bireyin kendi yaşamına biçtiği değer olarak açıklamışlardır (Pavot ve Diener, 2008). Yaşam doyumunu, öznel iyi oluşun bilişsel bir unsurudur. Ancak yaşam doyumunu ile ilgili farklı tanımlama ve açıklamalar da mevcuttur.

Bazı araştırmacılar, yaşam doyumunu iş yaşamı ve özel yaşam merkezinde tanımlamışlardır örneğin; Hong ve Giannakopoulos'a (1994) göre yaşam doyumunu, kişinin iş yaşamına ve özel yaşama karşı ortaya koyduğu duygusal tepkidir. Özdevecioğlu ve Aktaş'a (2007) göre yaşam doyumunu ise, bireyin özel yaşamına karşı genel değerlendirmeleridir (Topbaşoğlu, 2016:18-23).

Vara'ya (1999, s.23) göre ise yaşam doyumunu; mutluluk, moral gibi olumlu duyguların yoğun olması durumunu bildirir. Benzer bir şekilde Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985, s.71); yaşam doyumunu, bireyin kendi ortaya koyduğu kıstaslar çerçevesinde yaşamı genel olarak olumlu algılaması olarak tanımlamıştır (Topbaşoğlu, 2016).

Yukarıdaki yaşam doyumu tanımlarından da çıkarılacağı üzere yaşam doyumu yaşamın bütününe içine almakta ve kişinin içinde bulunduğu ruh sağlığını göstermektedir. Yaşamda karşılaşılan her türlü olumsuzluk (engellenme, zorluk ve olumsuz yaşantılar vb.) yaşam doyumunun düşmesine sebep olabilmektedir (Demirel ve Canat, 2004).

Diener (1984) yaşam doyumunu üç kategoride incelemiştir. Bu kategoriler:

1. Dışsal / Normatif Kriterler: Bireyin içinde bulunduğu çevresel ve sosyokültürel yapı, yaşam doyumu algısını etkilemektedir. Normatif tanımlar, istenen ideal duruma göre çerçevelendirilir. Fakat bu tanımlar pratikle çelişki arz edebilirler.

2. İçsel / Subjektif Kriterler: Bireyin belirlediği kıstaslara göre oluşan yaşam kalitesine ilişkin değerlendirmeler ve bu kıstaslara ulaşma düzeyi yaşam doyumunun belirleyici faktörlerindendir. Bireyin kendi yaşamında olmasını istediği kıstaslara ulaşması yaşam doyumu için olumlu bir etmendir.

3. İçsel / Duygu Durum: Bireyin yaşadığı bir âna dair ona mutluluk veren duygu deneyimi yaşam doyumunun göstergesi olabilir. O ânda, olay sırasında kişi kendini mutlu, eğlenmiş, yaratıcı, coşkulu ve ruhsal olarak motive olmuş hissedebilir. Bunlar yaşam doyumunu olumlu olarak etkileyen duygulardır (Diener, 1984).

Veenhoven'e göre, yaşam doyumu, bireysel işlevsellikle ilgili farklı yapılardan oluşmuştur. Duyuşsal deneyimler ve üst biliş, kolektif eylem ve bireysel davranış, süregelen özellikler ve çevre gibi etmenler yaşam doyumunun bileşenlerini oluştururlar (Veenhoven, 2012).

Yaşam doyumu ile birlikte ele alınan kavramlardan birisi **öznel iyi-oluş**tur. Öznel iyi oluş, yaşam kalitesinin önemli bir yansıtıcısıdır (Eid ve Diener, 2004).

Öznel iyi-oluş, birbiriyle ilişkili üç unsurdan meydana gelir: *Olumlu duygulanım*, *olumsuz duygulanım* ve *yaşam doyumunu*. Olumlu ve olumsuz duygulanım kişinin hoşuna giden veya gitmeyen hislerinden; yaşam doyumu ise yaşama dair bilişsel değerlendirmelerinden oluşmaktadır (Diener ve Suh, 1997).

Yaşam memnuniyeti, kişinin hayatının hem duygusal hem de bilişsel değerlendirmesini içeren bir kavramdır (Çapan, 2010:1667-1669). Olumlu ve olumsuz duyguların öznel iyi oluşun duygusal unsurları olarak genelde kısa bir zaman dilimini yansıtır. Yaşam doyumu ise bilişsel unsuru oluşturur ve duygu durumundan daha durağandır. Sonuç olarak kişinin yaşamdan aldığı doyumun sınırını belirli bir zaman dilimi ile belirlememenin mümkün olduğu söylenmektedir (Eid ve Diener, 2004).

Yaşam doyumu yerine sıklıkla kullanılan kavramlardan biri de **yaşam kalitesidir**. Yaşam memnuniyeti, kişinin hayatında bir bütün olarak ve/veya özel hayat alanlarının olduğu kognitif bir değerlendirme olarak tanımlanmaktadır. (Myers ve Diener, 1995; Huebner vd, 2005). İnsanların yaşama karşı olan ilgilerinin derecesi bu bilişsel değerlendirme üzerine kurulur (Paschali ve Tsitsas, 2010). Bireyin yaşam kalitesinin değerlendirilmesi öznel bir durumdur. Kişinin içinde bulunduğu hayat şartlarını kabullenmesi veya hayata dair ihtiyaçlarının bir bütün olarak karşılanması da bu anlama gelmektedir (Sousa ve Lyubomirsky, 2001).

Genellikle duygu ve durumlardaki kısa süreli dalgalanmalar, yaşam kalitesi çalışmalarının kapsamına girmemektedir (Eid ve Diener, 2004, s.246). Kişiler yaşam kalitelerini bilişsel olarak değerlendirirken, yaşamdaki hedeflerinin gerçekleşmesine dair genel fikirleri algılanan yaşam kalitesi olarak adlandırılmaktadır. Bu şekliyle yaşam doyumu ve algılanan yaşam kalitesi eşanlamlı kavramlar olarak ele alınmaktadır (Myers ve Diener, 1995)

Yaşam doyumu ile ilişkili kavramlardan birisi ise **mutluluktur**. Keser'e (2003) göre birey, hayattan doyum alması sonucunda mutluluğu tadabilmektedir. Karmaşık bir terim olan yaşam doyumu bazen mutluluk duygusuyla birbirinin yerine kullanılır, ama bunlar aslında iki ayrı kavramdır. Yaşam doyumu, kişinin yaşamı bir bütün olarak değerlendirmesi, o anda deneyimlenen duygu ve duygular olarak tanımlanır (Çapan, 2010:1667-1669). Mutluluğun yaşandığının hissedildiğini gösteren üç önemli nokta vardır: *Yaşamdan keyif almak, belirli bir amaca bağlı olmak ve yaşamı anlamlı bulmak*. Dikmen (1995) de mutluluk ile amaçların ilişkisine değinmiştir. Bireyler amaç veya hedefe ulaştıklarında mutlu olduklarını ifade etmişlerdir. Araştırmacılar çoğunlukla mutluluğu yaşamda bir amaca sahip olmakla ilişkilendirirler (Topbaşıoğlu, 2016:18-23). Mutluluk ve yaşam memnuniyeti/kalitesi sübjektif refah kavramını

şekillendiren unsurlar olarak, çok boyutlu ve karmaşık bir ilişkiler ağına sahiptir. Öncelikle yaşam memnuniyeti içinde bulunan çevre ile güçlü bir etkileşimi barındırır (Korkmaz ve ark., 2015).

1.3.1. Yaşam Doyumuyla İlgili Kuramlar

1925 yılında Fluegel tarafından yaşam memnuniyetine dair yapılan çalışmalar bu alandaki çalışmaların ilk örnekleridir. Flugel sübjektif refah düzeyinin ölçümüne dair modern çalışmaların öncüsü olarak kabul edilir. Çalışmalarında, kişilerin gündelik yaşamlarında deneyimledikleri olaylara karşı ortaya koydukları duygusal tepkileri toplayarak ruhsal yaşamlarına ilişkin değerlendirmelerde bulunmuştur. Bunlarla beraber II. Dünya Savaşı sonrasında yaşam memnuniyeti ile bireylerin mutluluğu arasındaki ilişkiler ağını araştırmıştır (Diener ve ark., 2008).

Yaşam doyumunun oluşumu salt olarak incelenebilecek kadar basit değildir. Zira bu konuda ortaya konulan kuramlar çerçevesinde ele alınması konuyu daha anlaşılır kılacaktır. Yaşam doyumuna ilişkin kuramlar şunlardır: Ereksel Kuramlar, etkinlik ve akış kuramı, aşağıdan yukarı ve yukarıdan aşağı kuramları, bağ kuramları, uyum kuramı ve yargı kuramları.

1.3.1.A. Ereksel (Telik) Kuramlar

Erek kuramı, kişilerin farklı mutluluk düzeyine sahip olmalarını; farklı istek, amaç ve beklentilere sahip olmalarıyla açıklar. Bunun sonucu olarak mutluluk kriteri kişiye göre değişir. Öte yandan ütöpik amaçlar peşinde koşmak, ya da hedeflenen amaçlara farklı sebeplerden dolayı ulaşamamak uzun vadede mutluluğu azaltıcı bir etkisi vardır (Diener, 1984)

1.3.1.B. Etkinlik ve Akış Kuramı

Etkinlik kuramı Aristo'ya dayanır. Aristoteles'e göre erdemli etkinlikler yapan kişi zaten mutlu olur. Birey için önemli etkinlikler ve amaçlar üzerine yoğunlaşmak; mutluluğu arzulamak, düşünmek yerine mutluluğu kendiliğinden getirecektir (Diener, 1984). Akış kuramının en önemli temsilcisi ise Csikszentmihalyi'dir. Csikszentmihalyi'e göre kişi kendisini etrafındaki olayların farkına varamayacak

kadar yaptığı etkinliğe kaptırdığı takdirde hayatından zevk alır ve mutluluğa ulaşır. O bu durumu optimum deneyim ile açıklar. Optimum deneyim yaşayan kişi zihnini ve dikkatini dağıtacak herhangi bir olumsuz düşünceye maruz kalamayacak kadar odaklanmış ve o işe kendini kaptırmıştır. Böyle bir kişi için artık ne endişe ne kaygı ne de üzüntü söz konusudur. Onun zihni yaptığı işle bütünleşmiştir (Csikszentmihalyi, 2005). Uğraşılan etkinlik ne çok zor, ne de kolay olmalıdır. Yetenek ve etkinlik orantılı olduğu zaman kişiye hoş duygular hissettirir. Bu hoş duygular yaşam doyumunu artırmaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997).

1.3.1.C. Aşağıdan Yukarıya (Bottom-Up) ve Yukarıdan Aşağıya (Top-Down) Kuramları

İnanç eğilimli ve kişilikteki bireysel farklılıkların yaşam doyumundaki önemini, aşağıdan yukarıya yaklaşımı öne çıkarmıştır. Bu kuram mutluluğu, yaşanan negatif ve pozitif olayların birikiminden çıkan sonuçlara dayandırmaktadır. Bu kuram insanların mutlu oldukları ânlarla duygu ve düşüncelerinde daha fazla yer vermeleri sonucu mutlu olduklarını söyler (Gülaçtı, 2009). Yukarıdan aşağıya yaklaşımı ise insanların mutlu olma nedenlerini kişilik özelliklerine dayandırmaktadır. Ayrıca kişilerin olaylara karşı olumlu veya olumsuz tepki verme eğilimlerinin mutluluk düzeylerini belirlediğini savunmaktadır (Deneve ve Cooper, 1998; Akt: Tel, 2011).

1.3.1.D. Yargı Kuramları

Yargı kuramları insanların mutluluk düzeylerini, o anki mevcut durumlarını iki kriterden birisi ile karşılaştırarak belirlediklerini ileri sürer. Bu kriterler sosyal karşılaştırma ve kişinin geçmişteki durumudur (Frish, 2006). Sosyal karşılaştırma kuramında kişinin belirleyici kriteri bir başka bireydir. Kişinin karşılaştırma kriteri olarak seçtiği bu birey kendisinden alt düzeyde ise yaşam doyum düzeyi artmakta, kendisinden üst düzeyde ise yaşam doyum düzeyi azalmaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997). Bununla birlikte Lyubomirsky ve Ross (1997) genelde mutlu bireylerin kendilerinden kötü durumdakilerle, mutsuz bireylerin hem kötü durumdakiler hem de iyi durumdakiler ile karşılaştırma yaptıklarını ifade etmektedirler. Kişinin geçmişteki durumu ile karşılaştırma kuramında ise birey şuan daha iyi bir durumda ise yaşam

doym düzeyi artmakta, daha kötü durumda ise yaşam doym düzeyi azalmaktadır (Diener, 1984).

Bu kuramdan hareketle bireysel ve sosyal karşılaştırmanın hangisinin insan için daha önemli ve öncelikli olduğu sorusu akla gelmektedir. Bu kişiye göre değişmekle birlikte genelde birey toplumsal olarak aşağılık/eziklik duymayacağı bir statüye sahipse bireysel karşılaştırma ön plana çıkar. Bir diğer bakışla da eğer kişi fikişsel anlamda belli bir olgunluğa erişip ve yaşam doymunun başkalarına göre bulunduğı yere değil de kendini ne derece gerçekleştirdiğine bağılı olduğunun farkına varırsa bireysel karşılaştırma öncelik kazanır (Frish, 2006).

1.3.1.E. Bağı Kuramları

Bağı kuramı kişinin yaşantısına göre zihnindeki bilişsel çağrışımların yaşam doym düzeyini etkilediğini ifade eder. Koşullanma, bilişsel yüklemelerde bulunma, bellek ve bilgi işleme süreçlerinin kişinin mutluluk ve yaşam doym düzeyini etkilemektedir. Buna göre olumlu bağlara ilişkin güçlü bir zihinsel ağı oluşturmuş ve alışkanlık gereğı olumlu biçimlerde tepkide bulunmayı öğrenmiş insanlar kendilerini mutlu hissederler ve yaşam doymu düzeyleri fazladır (Diener, 1984)

1.3.1.F. Uyum Kuramı

İnsanların başlarına gelen iyi ya da kötü durumlara belli bir süre sonra uyum sağladığını belirten uyum kuramına göre; insanlar ne acı veren/kötü olaylar karşısındaki mutsuzluklarını ne de iyi olaylar karşısındaki mutluluklarını uzun süre devam ettirebilmektedirler (Dost, 2007). Çünkü kişiler duygusal olarak yeni olaylara eskilerine nazaran daha güçlü tepkiler vermektedir. Kişilik iyi ve kötü olaylara belli bir süreden sonra vücudumuzun soğuşa, sıcaklığa ve basınca uyum sağlaması gibi uyum sağlamaktadır (Diener, Suh ve Oishi, 1997).

1.3.2. Yaşam Doymu Ve Hedonik Uyum

‘Yaşam’ içinde bulunduğın ortam ile devamlı uyum içinde olmayı gerektiren bir dizi değişimlerin yaşandığı ve her dönemde önceki uyum becerilerine yenilerinin eklenerek devam ettiği bir süreçtir. Bu süreç anne karnında başlar ve ölünceye dek

devam eder. Yaşam bu süreçte yaşanan olumlu ya da olumsuz tüm deneyimlerin biyolojik yapı ile bütünleşmesi ve anlamlı hale getirilmesidir. Uyum bu gelişim sürecinin önemli bir parçasıdır. İnsan uyumunu etkileyen çok sayıda faktör ile bu faktörlerin birbiriyle etkileşiminden söz edilmektedir. ‘Doyum’ ise, insanların istek ve arzularının karşılanmasıyla birlikte organizmanın açlık, susuzluk cinsellik vb. gibi temel biyolojik ihtiyaçlarının ve merak, sevgi, yakınlık, başarı vb. gibi ruhsal ihtiyaçların giderilmesi sonucu denge durumunun yeniden kurulması olarak ifade edilmektedir. Yaşam doyumu insanların kendi belirlediği değerlere uygun bir biçimde bireyin tüm yaşamını pozitif değerlendirmesi olarak literatüre giren bir kavramdır. Farklı bir ifadeye göre yaşam doyumu, insanların istek ve beklentileriyle gerçek durumlarını karşılaştırmasıyla ortaya çıkan bir durumu ifade eder. Yaşam doyumu, bireylerin belirli bir duruma, belirli bir sürece ilişkin doyumlarını değil, genel anlamda tüm yaşantılarının doyumu anlamına gelmektedir dolayısıyla yaşam doyumu kişilerin yaşamlarının her aşamasını içerir. Yaşam doyumu biyolojik etkenlerle; genetik özellikler, kişilik özellikleri, yaş, cinsiyet ve demografik etkenler; çalışma, iş koşulları, eğitim seviyesi, din, ırk gelir düzeyi, evlilik ve aile yaşamı, toplumsal yaşam ile ilişkilidir (http://www.aktuelpsikoloji.com/psikolojik-olarak-yasam-doyumunun-olculmesi-8312h.html).

Alan yazına göre, insanların çoğu için yaşamın temel amacı mutluluktur. Bilim insanları ve siyaset belirleyiciler bu yüzden geçen yirmi yılda mutluluk araştırmalarına oldukça ilgi göstermişlerdir (Rask, Astedt-Kurki ve Laippala, 2002). İyi oluş alanında birçok çalışma yapılmış ve bunlara yönelik çeşitli yaklaşımlar dolayı oldukça geniş ve belirsiz tanımlamalar ortaya konulmuştur. Araştırmacılar iyi oluş ile eş anlamlı “mutluluk”, “yaşam niteliği” ya da “yaşam doyumu” gibi aynı anlama gelen kavramlar kullanmışlardır. Alan yazında bazı araştırmacılar iyi oluşun çok yönlü yapısını görmezden gelmişler ve tek bir yapı (sık sık yaşam doyumu) ile eş tutmuşlar, iyi oluşun diğer önemli öğelerini ihmal etmişlerdir (Forgeard, Jayawickreme, Kern ve Seligman, 2011). Çok yönlü ve karmaşık bir kavram olan iyi oluşu araştırmaya başlamadan önce farklı yönleriyle bir bütün olarak anlamalıyız. (Bergman ve Scott, 2001). İyi oluş, ideal yaşantı ve bileşenleri ile ilgili karmaşık bir yapıdır ve yapılan araştırmalar iyi oluş üzerine iki genel bakış açısı ile ortaya konmuştur: Hedonik yaklaşım (öznel iyi oluş), ağrıdan kaçınma ve memnuniyet elde etme ile ilgili iyi oluş tanımlamalarına ve

mutluluk üzerine odaklanmıştır; eudaimonik yaklaşım (psikolojik iyi oluş) ise anlam ve kendini gerçekleştirme üzerine odaklanmış ve kişinin bütün olarak fonksiyonda bulunma ile ilgili iyi oluş tanımlamalarıdır. Öznel iyi oluş kişinin yaşam doyumu ile alakalı yargılarının bilişsel öğeleri ile birlikte, pozitif ve negatif duygular arasındaki dengenin duygusal öğelerini kapsamaktadır (Ryan ve Deci, 2001; Akt: Telef ve ark. 2013:1297).

Hazcılık (Hedonism): Kişisel doyum ya da memnuniyet (hayattan zevk alma) Schwartz'ın Modelindeki on değer ve tanımdan biridir. Hedonik Uyum (Adaptasyon):1970'lerde mutlulukla ilgili yapılan çalışmalara bir yenisi eklendi ve bu çalışma, mutluluk konusunda yapılan araştırmalara başka bir boyut kazandırdı. Brickman ve Campbell'in tanımına göre hedonik uyum, insanların iyi ve kötü olaylara uyum sağlama (adapte olma) eğilimini ve bu sayede bir süre sonra aynı mutluluk düzeyine geri dönmelerini ifade eden yeni bir kavramdır. Örneğin Brickman, yaptığı çalışmalarda piyango kazanan insanların diğerleri ile karşılaştırıldığında sadece bir miktar daha fazla mutlu olduklarını göstermiş, yaşamlarında onları mutlu edecek olaylar yaşayan kişilerin belli bir zaman sonra eski mutluluk seviyelerine geri döndüklerini belirtmiştir. Benzer şekilde kayıp, hastalık gibi olumsuz olaylar yaşayan kişilerin de bir süre sonra bu gibi durumlara adapte olduğunu ve mutluluk seviyelerinin ilginç bir biçimde bu olaylardan önceki durumuna geldiğini söylemiştir. Brickman, kişinin duygusal sisteminin mevcut yaşam koşullarına uyum sağladığı ve mutluluk ve mutsuzluğun insanların yaşamlarındaki değişikliklere verdiği kısa süreli tepkiler olduğunu savunmuştur. Bundan da önemlisi, insanların bir bakıma 'boşu boşuna' mutluluğu aramaya devam ettiğini ileri sürmüştür (Brickman, 1971). (<http://www.felsefe.net/serbest-kursu/75068-mutluluk-surdurulebilir-mutluluk-ve-hedonik-uyum.html>).

1980'lerde başlayan çalışmalar, dış koşulların ve olayların mutluluk seviyemizi çok az etkilediğini gösterdi. Örneğin gelir seviyesi, fiziksel güzellik, eğitim seviyesi, sağlık durumu gibi koşulların mutluluğa olan katkısının pek fazla olmadığı ortaya çıktı. Bazı çalışmalar evli insanları inceleyerek, çiftlerin ilk 1 senede hızla artan mutluluk seviyelerinin bir süre sonra azalmaya ve kişinin önceki mutluluk seviyesine

yaklaşmaya başladığını ortaya koydu (<http://www.felsefe.net/serbest-kursu/75068-mutluluk-surdurulebilir-mutluluk-ve-hedonik-uyum.html>).

1.3.3. Yaşam Doyumu Ve Kişilik

Yaşam memnuniyeti konusundaki araştırmalar genel olarak şu iki başlık altında değerlendirilebilir: Genetik ve doğuştan gelen özellikleri içeren kişilik faktörleri ile yaşam koşulları, yaşamda maruz kalınan olaylar şeklinde çevresel faktörler. Kişinin yaşam doyumu ile kişilik özellikleri arasında önemli bir ilişki olduğu ileri sürülmektedir. Psikolojik dayanıklılık, atılganlık, dışa dönüklük, içe dönüklük, kontrol, empati, ve açıklık gibi kişilik değişkenleri kişinin yaşam doyumu algısını etkilemektedir (Sousa ve Lyubomirsky, 2001).

Lykken ve Tellegen, öznel iyi olma durumunun, bireyin genetik eğilimlerine göre çeşitlilik gösterdiğini ve hayatında yaşadığı olaylar sonucunda ortalamanın üstüne çıkıp inmesi şeklinde dalgalı bir grafik şeklinde seyrettiğini öne sürmektedirler (Lykken ve Tellegen, 1996). Tellegen ve arkadaşlarının kalıtımın yaşam doyumu ve öznel iyi olma üzerine etkisini inceledikleri Minnesota ikiz çalışma grupları araştırması sonucunda; öznel iyi olmanın kavramsal olarak bireysel farklılıklar ile genetik açıdan ilişkili olduğuna ve öznel iyi olma düzeyinin de ağırlıklı olarak genetiğe dayandığına ulaşılmıştır (Tellegen vd, 1988; Akt: Güler ve Dönmez, 2011).

Costa ve McCrae (1980), öznel iyi olma konusunda kişilik kuramı ortaya koyan araştırmacılardandır. Onlar, bireylerin öznel iyi olma düzeyleri açısından gösterdiği farklılıkları bireylerin kişilik eğilimlerine bağlamıştır. Dışadönüklük (extraversion) kişilik eğilimine sahip bireylerin öznel iyi olma düzeyi, içedönüklük (intraversion) kişilik eğilimine sahip bireylerden daha yüksektir. Ayrıca dışadönük bireylerin duygu durum değişkenliği, nörotiklere (neurotizizm) kıyasla daha düşük seviyededir. Dışadönük kişiler, olumlu olayların etkisini daha açık ve büyük bir şekilde gösterirken diğerlerine göre daha yüksek düzeyde doyum yaşadıkları gözlemlenir (Lucas ve Baird, 2004). Benzer olarak, nörotikler de kötü olayların etkisini daha çok hissederek, olumsuz duyguyu daha derin ve etkin bir şekilde deneyimlerler (Larsen, 1992).

Her ne kadar dışadönük kişilerin içedönük kişilere nazaran daha yüksek yaşam doyumuna ve öznel iyi oluşa sahip oldukları gözlene de bu onların etki-tepki olarak daha teşhirci ve açık olmalarına bağlanabilir. Çünkü dışadönük bir insan en ufak bir şeye karşı mutluluğunu gösterebildiği gibi memnuniyetsizliğini de gösterebilmektedir. Oysa içedönük bireylerin iyi ve kötü olaylara karşı etki-tepkiyi daha çok içlerinde yaşamaları onların daha az yaşam doyumuna veya öznel iyi oluşa sahip olmalarını gerekli kılmaz. Ayrıca dışadönük bireyler karakter ve duygulanım olarak içedönük bireylere nazaran daha dinamik ve değişken olduklarından dolayı olumsuz olayların etkisinden çok çabuk kurtuldukları düşünülür. Fakat bu onların olumsuz olayların etkisini tamamen pasifize ettikleri anlamına gelmeyebilir. Bireylerin etkilenmeleri aynı olsa da tepkileri farklı olabilir.

Headey ve Wearing (1989) öznel iyi olma, kişilik ve yaşam olaylarının etkileşimlerini inceleyerek uyum kuramına ciddi bir açılım getirmişlerdir. Onlar yaşam olaylarının, öznel iyi olma farklılaşma meydana getirdiği ancak kişiliğin/yatkınlıkların, zamanla öznel iyi olmayı önceki ortalama düzeyine getirdiğini destekleyen veriler sunmuşlar, deneyime/denemeye açık kişilik eğilimi (openness to experience) olan bireyler üzerinde gözlemler yapmışlardır. Onlar, bireylerin kendi hayatları açısından normal ve öngörülebilir gördükleri yaşam olayları karşısında öznel iyi olma hallerinde ciddi bir değişim yaşamadıklarını ifade etmişlerdir (Headey ve Wearing, 1989). Bireyin öznel iyi olma halinin değişimi, yaşanan olayın bireye göre ne kadar sıra dışı ve anormal olduğu ile doğru orantılıdır. Onların araştırması bireylerin kişilik eğilimlerinin olaylardan nasıl etkilendiklerine dair de bilgi içermektedir (Güler ve Dönmez, 2011).

Siegel, kararlı ve düzenli olarak karşılaşılan durumların uyum üzerinde etkisini gösteren bir deneyde farelere, ölümcül doza kadar morfin enjekte etmişlerdir. Morfinin zararına direnç, sadece düzenli saat ve yerde enjekte edildiği zaman görülmüştür. Aynı dozda morfin, düzensiz, zamansız ve beklenmedik bir biçimde verildiğinde fareler ölmüştür. Bundan hareketle; farelerin morfinin düzenli uygulanmasına karşı morfine uyum düzeyi geliştirdikleri sonucuna varılmıştır. Ölen fareler morfine karşı habersiz ve savunmasız oldukları için bir uyum oluşturmamışlardır. Öznel iyi oluş da benzer

şekilde uyum sağlanabilecek bir olay karşısında ciddi bir değişime uğramamaktadır (Siegel, 1988; Akt: Güler ve Dönmez, 2011).

Bazı araştırmacılar, mutlu kişilerin olumlu uyarılara ve mutsuz kişilerin de olumsuz uyarılara karşı daha duyarlı olduklarını ve güçlü tepkide bulunduklarını öne sürmektedirler (Gable, Reis ve Eliot, 2000; Larsen ve Ketelaar, 1991). Elde edilen bilgilerin sonucunda, kısa veya uzun bir süre sonucunda kaçınılmaz bir şekilde uyum sağlanmakla birlikte bazı kişisel durumlarda insanların uyum süreci ortalamanın çok üzerine çıkabilmekte ve tam bir uyum gerçekleştirilememektedir. (Diener, Lucas ve Scollon, 2006).

1.3.4. Yaşam Doyum Ve Narsisizm

Yaşam doyumu ve narsisizm günümüze kadar Türkçe kaynaklarda nadir olarak ele alınmış olsa da yabancı literatürde konuyla ilgili araştırmaların çokluğu göze çarpmaktadır. Bu iki kavram arasındaki etkileşim konusunda ileri sürülen görüşlerden bazıları şöyledir:

Açık narsisizm ve mutluluk arasındaki paylaşılan varyansın neredeyse tamamı, benlik saygısı ile açıklanabilir. Benlik saygısı kontrol edildiğinde gizli narsisizm ve mutluluk arasındaki ilişkilerde de belirgin bir düşüş tespit edilir. Açık narsisistler daha fazla mutluluk ve daha yüksek benlik saygısına sahipken, gizli narsisistlerde mutluluğun ve benlik saygısının azaldığı gözlemlenmektedir. Eğer açık narsisizm mutluluğa pozitif bir şekilde bağlı ve gizli narsisizm de mutluluk ile negatif bir şekilde bağlı ise, açık ve gizli narsisizm arasında yatan narsistik özelliklerin mutluluğa bağlı olmaması gerekir. Bu verilere dayanarak açık narsisizmin, benlik saygısı ve mutluluğu ile pozitif ilişkili olduğu, gizli narsisizmin ise benlik saygısı ve mutluluğu ile olumsuz ilişkili olduğu söylenebilir. Her iki tür narsisizm için ortak olan özellikler, benlik saygısı ve mutluluğu ile ilgisizdir (Rose, 2002:383-388).

Bu sonuçlar, öz-saygının değil, benlik saygısının her iki narsisizm ve mutluluk arasındaki ilişkilere aracılık ettiği sonucunu kuvvetle desteklemektedir. Yani, yüksek benlik saygısına sahip insanların daha fazla mutluluk bildirmesinin bir nedeni, yüksek

benlik saygısı olan insanların daha yüksek düzeyde açık narsisizm veya daha düşük gizli narsisizm seviyeleri yaşama eğiliminde olmalarıdır (Rose, 2002:383-388).

Ayrıca narsisizm ve yaşam doyumu arasındaki ilişki yaşa bağlı olarak incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucunda ise daha genç bireylerde narsisizm ve yaşam doyumu arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Bunun yanında yaşlı bireylerde ise narsisizm ve yaşam doyumu arasında negatif bir ilişki gözlemlenmiştir. Mark Twain'in de dediği gibi "Ancak yaşlı bir iyimser kişi hariç, genç bir kötümser kişiden daha kötü bir manzara yoktur." (Hill ve Roberts, 2012:216-219)

1.3.5. Yaşam Doyumu Ve Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik ve yaşam doyumu arasındaki ilişki araştırıldığında, yüksek standartlara sahip olmanın her iki yapı tarafından paylaşılan bir özellik olduğu dikkate alındığında birbirleriyle ilişkili görünürler. Özellikle, mükemmeliyetçilik esas olarak yüksek kişisel standartlara sahip olarak tanımlandığı için, yaşam memnuniyeti, bireylerin kendi seçilmiş standartlarına dayanarak hayatlarının bilişsel değerlendirmesi olarak tanımlanır. Bu ortak özellik, yüksek kişisel standartları seçen bireylerin, aynı düzeyde standartları seçmeyen bireylerden daha yüksek düzeyde yaşam doyumu bildirebileceğini göstermektedir. Yakın tarihli bir çalışma, yüksek kişisel standartlar ve yaşam memnuniyeti arasındaki ilişkiyi doğrudan araştırmıştır. Chang, mükemmeliyetçiliğin, yaşam doyumuyla olumsuz ve zayıf ilişkili olduğunu bildirmiştir. Bununla birlikte, bu çalışmada mükemmeliyetçilik tek boyutlu bir faktör olarak incelenmiştir. Olumlu zihinsel sonuçların özellikle uyumlu mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğunu düşündüren önceki bulgulara dayanarak, mükemmeliyetçi alt tiplere göre yaşam memnuniyetinin nasıl farklılaşabileceğini belirlemek için ek araştırmalara ihtiyaç vardır(akt. Gilman ve Ashby, 2003:201).

Mükemmeliyetçilik ile ilgili bulgular, mükemmeliyetçi eğilimler gösteren birçok birey arasında negatif sonuçlara ışık tutsa da, mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişki, pozitif iyi oluşun temel bir bileşeni olarak nadiren anlaşılmaktadır (Diener, 2000). Bazı kişilik kuramcılarının (Adler, 1956; Maslow, 1970) yukarıda belirtilen inançları ve yüksek standartların ve pozitif zihinsel görünümün belirlenmesi arasındaki ilişkiyi gösteren ampirik kanıtlar göz önünde

bulundurulduğunda, mükemmeliyetçiliğin pozitif psikolojik sonuçlar üzerindeki etkisinin anlaşılması, amaçlara yönelik olumsuz sonuçların araştırılması kadar önemlidir. Yapıyı daha iyi anlamak için kuramsal bir anlayış geliştirmek gerekmektedir (Chang, 2000).

Mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasındaki sosyal ve kişisel boyutlar arasındaki ilişkiler incelendiğinde, sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasında negatif bir ilişki bulunurken, benlik odaklı mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasında bir ilişki bulunmamıştır. Benzer bir şekilde Ashby ve Rice, sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik ve yaşam doyumu arasında negatif bir korelasyon bulmuştur (Ashby ve Rice, 2002).

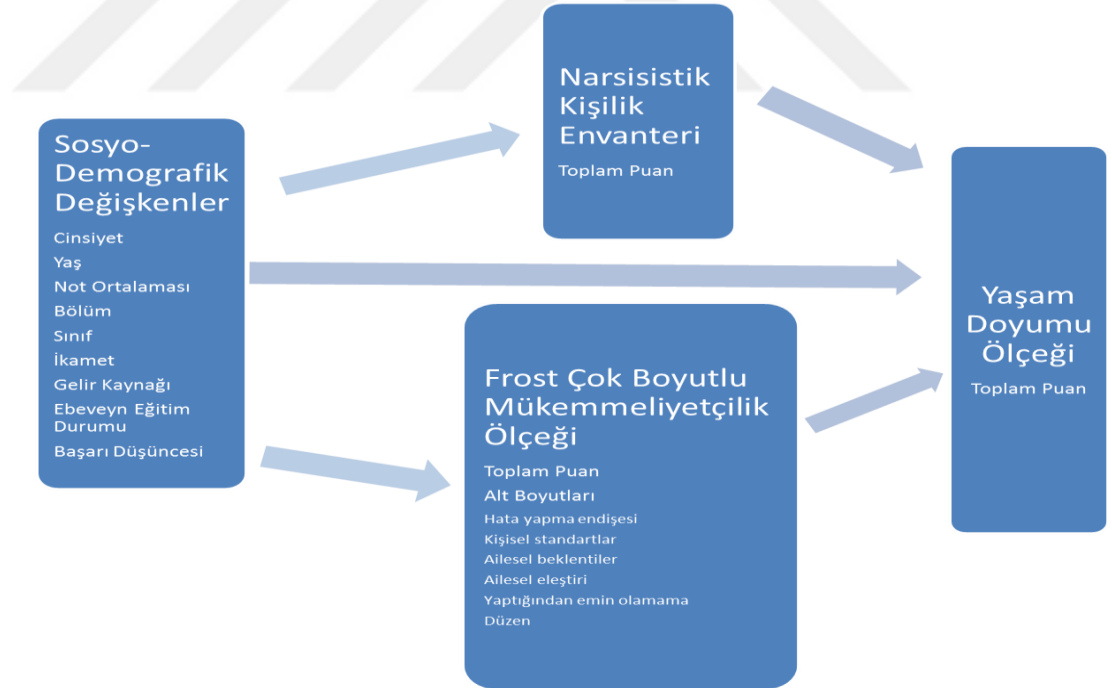
Literatür incelendiğinde, sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasında olumsuz bir ilişki olduğu ve sağduyulu mükemmeliyetçilik ile yaşam doyumu arasında hiçbir ilişki bulunmadığı anlaşılmaktadır (Stoeber ve Stoeber, 2009).

2. YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu tez çalışması, bireylerin yaşam doyumu, mükemmeliyetçilik ve narsistik kişilik özelliklerinin incelemek ve aralarındaki muhtemel ilişkileri belirlemek amacıyla oluşturulmuş ilişkisel tarama modeline dayalı betimsel bir araştırmadır.

Tarama modeli katılımcılara sosyo-demografik değişkenlerin olduğu kişisel bilgi formu, mükemmeliyetçilik düzeyleri ve alt boyutlarının belirlendiği Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, narsistik kişilik özelliklerinin belirlendiği Narsistik Kişilik Envanteri ve yaşam doyum düzeylerinin belirlendiği Yaşam Doyumu Ölçeği verilerek araştırılmıştır. Çalışmanın modeline araştırmanın amacı uygun ve ayrıntılı olarak Şekil 1’de yer verilmiştir.



Şekil 1: Araştırma Modeli

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik, narsistik kişilik özelliklerinin ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin yaşam doyumlarını yordayıp yordamadığını ortaya koymak amaçlanmaktadır.

2.2. Katılımcılar

Bu çalışma 18-55 yaş aralığında ($20,15 \pm 3,75$ yaş ortalaması) üniversite öğrencilerinden oluşan 310 sağlıklı gönüllünün katılımıyla gerçekleştirilmiştir (Tablo 1). 310 kişiden oluşan örneklemin %30,6'sı (95 kişi) erkeklerden, %69,4'ü (215 kişi) kadınlardan oluşmaktadır. Çalışmaya katılan kadın gönüllülerin $19,68 \pm 2,8$; erkek gönüllülerin $21,19 \pm 5,1$ yaş ortalaması bulunmaktadır (Tablo 2).



Tablo 1. Katılımcıların Sosyo-Demografik Özellikleri

		Ort.	SD
Yaş			
	Toplam	20,15	3,75
	Kız	19,68	2,857
	Erkek	21,19	5,108
Akademik Not Ortalaması*			
	Toplam	2,66	,474
	Kız	2,69	,422
	Erkek	2,60	,582
		N	Yüzde(%)
Cinsiyet			
	Kız	215	69,4
	Erkek	95	30,6
Bölüm			
	Hukuk	86	27,7
	Hemşirelik	75	24,2
	Sosyal Hizmetler	21	6,8
	Sağlık Yönetimi	38	12,3
	Tıp	90	29,0
Sınıf			
	Birinci	195	62,9
	İkinci	62	20,0
	Üçüncü	43	13,9
	Dördüncü	10	3,2
İkamet Yeri			
	Yurt	120	38,7
	Ailemle Evde	158	51,0
	Arkadaşımlla Evde	21	6,8
	Diğer	11	3,5

Gelir Kaynağı			
	Aile	249	80,3
	Burs	102	32,9
	Kredi	93	30,0
	Kendi (çalışıyor)	23	7,4
Anne Eğitim Düzeyi			
	Okuma yazma bilmiyor	24	7,7
	İlköğretim	106	34,2
	Ortaokul	49	15,8
	Lise	76	24,5
	Üniversite	44	14,2
	Yüksek Lisans ve üstü	11	3,5
Baba Eğitim Düzeyi			
	Okuma yazma bilmiyor	4	1,3
	İlköğretim	94	30,3
	Ortaokul	44	14,2
	Lise	75	24,2
	Üniversite	76	24,5
	Yüksek Lisans ve üstü	17	5,5
Başarı Düşüncesi			
	Zayıf	4	1,3
	Ortalamanın altı	30	9,7
	Orta düzey	169	54,5
	Ortalamanın üstü	79	25,5
	Mükemmel	28	9,0

Ort: Ortalama, SD: Standart Dağılım, N:katılımcı sayısı, *Tıp bölümü öğrencileri dâhil edilmemiştir.

Tablo 2. Katılımcıların Yaş Dağılımı

Toplam N=310				Kız N=215				Erkek N=95			
Min.	Mak.	Ort.	SD	Min.	Mak.	Ort.	SD	Min.	Mak.	Ort.	SD
18	55	20,15	3,751	18	54	19,68	2,86	18	55	21,19	5,11

Min:Minimum, Max: Maksimum, Ort: Ortalama, SD: Standart Dağılım, N:Katılımcı sayısı

Çalışmaya katılan üniversite öğrencilerinin 195'i (%62,9) yani yarısından fazlası birinci sınıfta olup 62'si (%20) ikinci, 43'ü (%13,9) üçüncü ve 10'u (%3,2) dördüncü sınıfta eğitimine devam etmektedir. Araştırmada grubundaki öğrencilerin %29'u tıp, %27,7'si hukuk, %24,2'si hemşirelik, %12,3'ü sağlık yönetimi ve %6,8'i sosyal hizmetler bölümünde eğitim almaktadır. Tıp bölümü okuyan öğrenciler haricinde diğer öğrencilerin akademik not ortalamalarının ortalamasının $2,66 \pm 0,47$ olduğu görülürken kız ($2,69 \pm 0,42$) ve erkek ($2,60 \pm 0,58$) öğrencilerin not ortalamalarının birbirine yakın olduğu gözlenmiştir. İkamet ettikleri yerlere bakıldığında; %51'i ailesinin yanında, %38,7'si yurttan, %6,8'i ise arkadaşlarıyla birlikte kalmaktadır. Katılımcıların %80'i ailelerinden gelir desteği alırken %7,4'ü ise bir işte çalışmaktadır. Ayrıca öğrencilerden %32,9'u burs ve %30'u ise kredi desteği almaktadır.

Örneklemdaki öğrencilere ebeveynlerinin eğitim durumları sorulmuş ve yapılan tanımlayıcı analizlere göre hem anne hem de babaların büyük bölümü (sırasıyla %34,2 ve %30,3) ilkokul mezunları oluşturmaktadır. Annelerin eğitim durumlarına tablodan bakıldığında; %24,5'i lise, %15,8'i ortaokul, %14,2'si üniversite, %3,5'i yüksek lisans ve üzerinde eğitimini tamamlarken okuma yazma bilmeyenler ise 7,7'sidir. Diğer taraftan babaların %24,5'si üniversite, %24,2'si lise, %14,2'si ortaokul, %5,5'i yüksek lisans ve üzerinde eğitim almışlardır. Babalardan sadece 4'ü okuma yazma bilmemektedir. Katılımcılara kendilerini diğer öğrencilerle kıyaslayarak okuldaki başarılarını puanlamaları istenmiş ve yarısından fazlasının (%54,5) ortalama başarı düzeyinde olduğu bulunmuştur. Ortalamanın üstünde başarı düzeyi olduğunu düşünen katılımcılar %25,5'i iken ortalamanın altında olduğunu düşünen %9,7'dir. Sadece 4 kişi zayıf başarı düzeyine sahip olduğunu iddia ederken mükemmel düzeyde başarılı olduğunu düşünen öğrenciler örneklemin %9'unu oluşturmaktadır (Tablo 1).

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın bağımsız değişkenlerine ilişkin veriler araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile elde edilmiştir. Kişisel Bilgi Formu ile cinsiyet, yaş, sınıf, ikamet, eğitim, ebeveyn eğitim durumu, gelir kaynağı, akademik başarı ve algılanan akademik başarı ile ilgili bilgiler saptanmıştır.

2.3.2. Narsistik Kişilik Envanteri

Narsistik Kişilik Envanteri (Narcissistic Personality Inventory), Raskin ve Hall tarafından 1979 yılında geliştirilmiştir. Bu ölçek narsisizm ile ilgili ampirik çalışmalarda en çok kullanılan ölçme aracıdır. Kavramları DSM III davranışsal ölçütler temelinde değerlendiren Raskin ve Hall narsisizmi yansıttığı kanısında oldukları 220 ifade ile bir madde havuzu ortaya koymuşlardır. Tercih edilen ifadelerin takip edilen araştırmalar kapsamında içsel tutarlılık analizleri yapılarak 54 maddelik bir ölçek geliştirmişlerdir. Bazı düzenlemeler neticesinde envanter 40 soruluk bir form halini almıştır. Ölçek; üstünlük, sömürücülük, otorite, kendine yeterlilik, kendini beğenme, hak iddia etme ve teşhircilik olmak üzere yedi boyuta ait ifadeleri içermektedir (Raskin ve Terry). Dr. Ames ve arkadaşları 2006 yılında yeni bir düzenleme ile ölçeği 16 soruya indirmişlerdir (Ames, 2006) (akt. Ekşi, 2012:1686-1687).

Ölçeğin Türkçe'ye adaptasyonu yapılmış ve ölçek iç güvenirliği ile yapısal geçerlilik işlemlerine tabi tutulmuştur. Ölçek güvenirliğini düşüren ifadeler tekrar düzenlenmiştir. Elde edilen sonuçlar NKE'nin güvenirlik ve geçerlilik açısından yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir (akt. Ekşi, 2012:1686-1687).

2.3.3. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Frost ve arkadaşları mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu incelenmesini ve değerlendirmesini ortaya koymak amacı ile 35 maddelik bir ölçek hazırlamışlardır. 6 boyuttan oluşan ölçek, 1-“kesinlikle katılmıyorum” ve 5-“tamamen katılıyorum” arasında Likert tipi ölçüme sahiptir (Kağan, 2011:194).

2.3.4. Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam Doyumu Ölçeği; Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe'ye Köker (1991) tarafından uyarlanan ölçek yaşam doyumu ile ilgili beş maddeden meydana gelmektedir. Her bir madde 7'li derecelendirilmiş cevaplama sistemine (1:hiç uygun değil – 7:çok uygun) göre yanıtlanmaktadır. Ölçek genel yaşam doyumu ölçümünü ergenlerden yetişkinlere kadar ölçmektedir. Köker Türkçe'ye uyarlamanın yanında ölçeğin güvenirlik ve geçerlilik yönünden de tespitini yapmıştır. Larsen ve arkadaşları (1983) ölçeğin tüm maddelerinin genel faktör üzerinde yüksek faktör yüklerine sahip olduğunu belirlemişlerdir (Dost, 2007:135-136).

2.4. Verilerin İstatistiksel Analizi

Veriler, SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 15 paket programı aracılığıyla analiz edilmiştir. Öncelikle tüm değişkenler için veriler gözden geçirilmiş ve gerekli düzenlemeler yapılmıştır. Kullanılan ölçeklerin toplam puanları ve varsa ölçek alt boyutları hesaplanarak oluşturulmuştur. Sosyo-demografik değişkenler başta olmak üzere tüm değişkenler için tanımlayıcı (frekans, yüzde, ortalama gibi) analizler yapılmıştır. Bu işlemin ardından kişisel bilgi formunda yer alan değişkenlerden (bölüm, ikamet gibi) bazılarına verilen sayısal değerler yeniden tanımlanmış ve veri dönüştürme işlemine tabi tutulmuştur.

Birbirinden bağımsız iki grubun karşılaştırıldığı analizlerde bağımsız örneklem t-test (independent samples t-test), ikiden fazla grubun karşılaştırıldığı durumlarda ise tek yönlü varyans analizi (one way ANOVA) kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi ile tespit edilen farkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ise Scheffe veya Games-Howell testi uygulanmıştır.

Çalışmada sürekli değişkenler arasındaki ilişkinin derecesi ve yönü Pearson korelasyon katsayılarından (Pearson Correlation Coefficients/r) yararlanılarak tespit edilmiştir. Daha sonrasında da ilişkili bulunan mükemmeliyetçilik alt boyutlarının yaşam doyumu üzerindeki etkilerini belirlemek hedefiyle Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon (stepwise multiple regression) analizi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumları, mükemmeliyetçilik düzeyleri ve narsistik kişilik özelliklilerini konu edinen bu araştırmada temel olarak bu üç değişken arasındaki ilişki ve etkileşimi incelenmektedir. Yaşam Doyumu Ölçeği, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) ve Narsistik Kişilik Ölçeği'nden elde edilen puanların iki grup karşılaştırmalarında Bağımsız Örneklem t testi, ikiden daha fazla grup karşılaştırmalarında ise tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Sürekli değişkenlere sahip olan bu ölçek puanlarının birbirleriyle olan ilişkisi için ise Pearson r korelasyon testi ile analiz edilmiştir. Demografik değişkenlerden bazıları, uygun frekans dağılımları sağlamadıklarından değişkenler tekrar gruplandırılarak düzenlenmiş ve analizlerle bu yeni değişkenler ile devam edilmiştir.

3.1. Değişkenlere İlişkin Tanımlayıcı Analiz Bulguları

3.1.1. Yaşam Doyumu

Yaşam Doyumu Ölçeği'nin kullanıldığı bu araştırmada yaşam doyumu beş farklı ifade ile ele alınmaktadır. Buna göre, katılımcıların aldıkları ortalamalar bakımından yaşamından memnun olanlar (Ort.=3,4) ilk sırada gelmektedir. Sonrada sırasıyla şimdiye kadar yaşamdan istediği önemli şeylere sahip olanlar (Ort. =3,24), yaşam koşullarım mükemmel olarak değerlendirenler (Ort. =3,05), ideallerine yakın bir yaşantısı var olanlar (Ort. =2,95) ve son olarak tekrar dünyaya gelseler hayatlarında hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmeyi istemeyenler (Ort. =2,65) yer almaktadır. Örneklem yaşam doyumu genel ortalaması 35 puan üzerinden 15,28 olarak hesaplanmıştır (Tablo 3).

Tablo 3. Çalışmada Kullanılan Ölçeklerin Ortalamaları, Standart Dağılımları, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Ölçekler	Ölçümler	Ort.	SD	Çarpıklık	Basıklık
Yaşam Doyum Ölçeği	Toplam Puan	15,28	4,1	-,218	-,166
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	Toplam Puan	97,20	20,71	,310	,232
	Olumsuz Toplam	75,43	18,82	,395	,110
	Hata Yapma Endişesi	21,93	7,44	,696	,059
	Kişisel Standartlar	21,20	5,39	,142	-,360
	Ailesel Beklentiler	13,77	4,68	,390	-,356
	Ailesel Eleştiri	8,16	3,54	,914	,459
	Yaptığından Emin Olamama	10,35	3,32	,040	-,484
	Düzen	21,74	5,81	-,474	-,402
	Sağlıklı Mükemmeliyetçilik	21,74	5,81	-,474	-,402
Narsistik Kişilik Envanteri	Toplam Puan	12,77	6,33	,594	,000

Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

3.1.2. Mükemmeliyetçilik

Çalışmada örneklemin mükemmeliyetçilik değişkenine dair niteliklerini ölçmek amacıyla 35 maddeden oluşan Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır. Bu ölçekten alınan genel ortalama 175 üzerinden 97,2 olurken ölçeğin puanlamasında mükemmeliyetçiliğin olumsuz boyutlarının (düzen alt boyutu hariç) toplamının ortalaması ise 75,43 olarak bulunmuştur. Tablo 3’te görüldüğü üzere mükemmeliyetçilik ölçeğinin altı alt boyutu bulunmakta olup sırasıyla ortalama puanları hata yapma endişesi 21,93; düzen 21,74; kişisel standartlar 21,2; ailesel beklentiler 13,77; yaptığından emin olmama 10,35 ve ailesel eleştiri 8,16’dır.

3.1.3. Narsistik Kişilik Özelliği

Narsistik Kişilik Envanteri ile örneklemin narsistik özelliklerine dair toplam puan elde edilmektedir. Yapılan tanımlayıcı istatistik analizine göre katılımcıların bu ölçekten almış aldığı ortalama puan 12,77’dir (Tablo3).

3.2. Ölçek Puanları Arasındaki Pearson r Korelasyon Analiz Bulguları

Araştırmada Yaşam Doyumu ve Narsistik Kişilik Ölçeği’nden alınan toplam puanlar, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puan ve alt boyutları arasındaki ilişki yapılan Pearson r korelasyon analizi aracılığıyla değerlendirilmiştir.

Özellikle yaşam doyumu değişkeni ile narsistik kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin ne yönde ve ne kadar anlamlı olduğu sorusuna cevap aranmıştır. Bu amaçla Tablo 4'te görüldüğü üzere *yaşam doyumu* ile *mükemmeliyetçilik* alt boyutlarından ***kişisel standartlar*** ($r=.137$, $p<.8$) ve ***düzen*** ($r=.291$, $p<.01$) ile pozitif anlamlı ilişki, ***ailesel eleştiri*** ($r=-.167$, $p<.2$) boyutu ile ise negatif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Diğer taraftan narsistik kişilik ölçek puanı ile ise istatistiksel anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir ($r=.072$, $p=.204$). *Narsistik* kişilik ölçeğinden alınan toplam puan ile diğer değişkenler arasındaki anlamlı ilişkilerin neler olduğuna bakıldığında *mükemmeliyetçilik* ölçeğinden alınan toplam ($r= .290$, $p<.01$) ve olumsuz toplam ($r=.293$, $p<.01$) puanlarının arasında orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. *Mükemmeliyetçilik* değişkenin alt boyutlarından ***hata yapma endişesi*** ($r=.181$, $p=.001$) ve ***ailesel eleştiri*** ($r=.241$, $p<.01$) ile *narsistik* kişilik eğilimleri arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki görülmekte olup, ***kişisel standartlar*** ile de aynı şekilde orta düzeyde pozitif yönde anlamlı ilişki ($r=.467$, $p<.01$) tespit edilmiştir. Korelasyon analiz bulgularına göre mükemmeliyetçilik ölçeğinden elde edilen toplam puanlar ile alt boyutlar arasındaki tüm ilişkiler pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlıdır (Tablo 4). Diğer taraftan ***düzen alt boyutu*** hariç mükemmeliyetçilik alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkileri anlamlı düzeyde pozitif ilişkili iken düzen alt boyutu ile ilişkinin hata yapma endişesi ($r=.111$, $p=.051$), ailesel beklenti ($r=.109$, $p=.056$) ve eleştiri ($r=-.038$, $p=.505$) alt boyutları arasında anlamlı olmadığı gözlenmiştir.

Tablo 4. Değişkenler Arasındaki Pearson Korelasyonları ve Tanımlayıcı İstatistikleri

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ort.	SD
1. YDÖ Toplam Puanı	1	- ,099	,137 * ,025	- ,167 **	- ,059	,291 **	,037	- ,049	,072	15,28	4,1	
2.Hata Yapma Endişesi	- ,099	1	,502 **	,506 **	,570 **	,610 **	,111	,832 **	,881 **	,181 **	21,93	7,4
3.Kişisel Standartlar	,137 * ,025	,502 **	1	,493 **	,313 **	,320 **	,316 **	,745 **	,724 **	,467 **	21,20	5,4
4.Ailevi Beklentiler	- ,025	,506 **	,493 **	1	,556 **	,343 **	,109	,717 **	,755 **	,241 **	13,77	4,68
5.Aileden Eleştirisi	- ,167 **	,570 **	,313 **	,556 **	1	,449 **	- ,038	,645 **	,722 **	,108	8,16	3,54
6.Yaptığından Emin Olamama	- ,059	,610 **	,320 **	,343 **	,449 **	1	,197 **	,676 **	,682 **	,047	10,35	3,32
7.Düzen	,291 **	,111	,316 **	,109	- ,038	,197 **	1	,451 **	,188 **	,091	21,74	5,81
8.FÇBM Ö Toplam Puanı	,037	,832 **	,745 **	,717 **	,645 **	,676 **	,451 **	1	,961 **	,290 **	97,20	20,71
9. FÇBMÖ Olumsuz	- ,049	,881 **	,724 **	,755 **	,722 **	,682 **	,188 **	,961 **	1	,293 **	75,43	18,82
10.NKE Toplam Puanı	,072	,181 **	,467 **	,241 **	,108	,047	,091	,290 **	,293 **	1	12,77	6,33

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

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

3.3. Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Çalışmada üniversite öğrencilerine uygulanan Yaşam Doyumu Ölçeği, Narsistik Kişilik Envanteri ve FÇBM Ölçeğinden elde edilen puanların katılımcıların cinsiyetine göre farklılık gösterip göstermediğini saptamak amacıyla Bağımsız Örneklem t testi uygulanmıştır (Tablo 5). Puanları karşılaştırılan örneklemin 215'i kız, 95'i ise erkek üniversite öğrencisidir. Analizler sonucunda elde edilen ortalamalara göre erkek öğrencilerin ölçeklerden aldığı tüm puanların kızlardan daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Bu farklılık yaşam doyumu toplam puanı ($t(308) = 161, p = .872$) ve FÇBMÖ alt ölçeği düzen ($t(308) = -1.334, p = .183$) puanı hariç tüm ölçek

puanlarında anlamlı düzeydedir. Buna göre; **erkeklerin** *Narsistik Kişilik Envanter puanı* (Ort.= 15.24), kızların (Ort.= 11.67) puanından yüksek düzeyde anlamlıdır ($t(155.347a) = -4.424, p < .01$).

Tablo 5. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Cinsiyet	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Kız	215	15,30	3,913	,161	308	,872
		Erkek	95	15,22	4,513			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	Kız	214	93,50	20,187	-	307	,000*
		Erkek	95	105,55	19,495			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Kız	214	72,01	18,374	-	307	,000*
		Erkek	95	83,15	17,565			
	Hata Yapma Endişesi	Kız	215	20,99	7,387	-	308	,001*
		Erkek	95	24,06	7,155			
	Kişisel Standartlar	Kız	215	20,28	5,250	-	308	,000*
		Erkek	95	23,27	5,146			
	Ailesel Beklentiler	Kız	214	13,14	4,565	-	307	,000*
		Erkek	95	15,19	4,639			
	Ailesel Eleştiri	Kız	215	7,57	3,324	-	308	,000*
		Erkek	95	9,49	3,678			
	Yaptığından Emin Olamama	Kız	215	10,01	3,399	-	308	,006*
		Erkek	95	11,13	3,015			
	Düzen	Kız	215	21,45	5,936	-	308	,183
		Erkek	95	22,40	5,490			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Kız	215	11,67	5,773	-	155,347	,000*
		Erkek	95	15,24	6,860			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$, ^a Varyanslar homojen değildir.

FÇBMÖ toplam ve olumsuz toplam puanı ve *mükemmeliyetçilik* alt boyutları (düzen alt boyutu hariç) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Analizlerin sonucuna göre, **erkeklerin** ölçekten almış olduğu toplam mükemmeliyetçilik puanı (Ort.= 105.55) ve olumsuz mükemmeliyetçilik puanı (Ort.= 83.15) kızların aldığı toplam mükemmeliyetçilik puanı (Ort.= 93.5) ve olumsuz

mükemmeliyetçilik puanından (Ort.= 72.01) anlamlı düzeyde daha yüksektir ($t(307) = -4.893$, $p < .01$). FÇBMÖ alt ölçeklerinden hata yapma endişesi ($t(308) = -3.408$, $p = .001$), kişisel standartlar ($t(308) = -4.658$, $p < .01$), ailesel beklentiler ($t(307) = -3.624$, $p < .01$), ailesel eleştiri ($t(308) = -4.542$, $p < .01$) ve yaptığından emin olmama ($t(308) = -2.759$, $p = .006$) boyutlarına ilişkin kız öğrencilerin puanları anlamlı düzeyde erkek öğrencilerinkinden düşüktür (Tablo 5).

3.4. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Bu çalışmada uygulanan ölçeklerden alınan puanların katılımcıların çalışma durumuna göre karşılaştırmak amacıyla Bağımsız Örneklem t testi yapılmıştır (Tablo 6). Analiz sonucunda sadece FÇBM ölçeği alt boyutu kişisel standartlar puanının anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlenmiştir ($t(308) = -3.118$, $p = .002$). **Bir işte çalışan** katılımcıların (Ort.= 24.52) *kişisel standartlar* puanının işte çalışmayanlara (Ort.= 20.93) göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilere uygulanan Yaşam Doyumu, FÇBM ve Narsistik Kişilik ölçeklerinden elde edilen toplam puanlar ile FÇBM ölçeğinin kişisel standartlar alt ölçeği hariç diğer alt ölçeklerinden elde edilen puanların katılımcıların çalışıp çalışmama durumuna göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır ($p > .05$).

Tablo 6. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Çalışma Durumu	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Çalışmayan	287	15,16	4,105	-	308	,085
		Çalışan	23	16,70	3,831	1,730		
	FÇBMÖ Toplam	Çalışmayan	286	96,79	20,502	-	307	,224
		Çalışan	23	102,26	23,008	1,219		
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Çalışmayan	286	75,01	18,485	-	307	,164
		Çalışan	23	80,70	22,362	1,396		
	Hata Yapma Endişesi	Çalışmayan	287	21,78	7,238	-,997 ^a	24,034	,329
		Çalışan	23	23,83	9,628			
	Kişisel Standartlar	Çalışmayan	287	20,93	5,287	-	308	,002*
		Çalışan	23	24,52	5,672	3,118		

	Ailesel Beklentiler	Çalışmayan	286	13,73	4,619	-,476	307	,634
		Çalışan	23	14,22	5,435			
	Ailesel Eleştiri	Çalışmayan	287	8,11	3,525	-,812	308	,417
		Çalışan	23	8,74	3,805			
	Yaptığından Emin Olamama	Çalışmayan	287	10,43	3,317	1,444	308	,150
		Çalışan	23	9,39	3,299			
	Düzen	Çalışmayan	287	21,75	5,791	,149	308	,882
		Çalışan	23	21,57	6,185			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Çalışmayan	287	12,57	6,139	-	24,039	,141
		Çalışan	23	15,22	8,157			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$, ^a Varyanslar homojen değildir.

3.5. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Aileden Gelir Desteği Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Katılımcıların ölçeklerden aldıkları tüm puanların aileden gelir desteği alma veya almama durumlarına göre karşılaştırmak için yapılan Bağımsız Örneklem t testi uygulanmıştır. T testi sonucunda aileden gelir desteği alan ve almayan öğrencilerin sadece Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanı ve FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanında anlamlı düzeyde birbirinden farklılık gösterdiği bulunmuştur (Tablo 7). **Ailelerinden gelir desteği alan** öğrencilerin (Ort.=15.59) almayanlardan (Ort.=14) anlamlı düzeyde daha yüksek *yaşam doyumu* olduğu gözlemlenirken ($t(308) = -2.744$, $p = .006$) *ailesel eleştirilere* ise daha çok ve anlamlı düzeyde aileden destek alanlara (Ort.= 7.95) kıyasla **almayan öğrencilerin** (Ort.= 9.02) muhatap olduğu saptanmıştır ($t(308) = 2.115$, $p = .035$). Diğer ölçek ve alt ölçek puanlarının örneklemin aileden gelir desteği alıp almama durumuna göre farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır ($p > .05$).

Tablo 7. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Aileden Gelir Desteği Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Aileden Gelir Desteği	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Almıyor	61	14,00	3,795	-	308	,006*
		Alıyor	249	15,59	4,117	2,744		
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	Almıyor	61	99,38	21,837	,916	307	,360
		Alıyor	248	96,67	20,431			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Almıyor	61	78,00	19,063	1,190	307	,235
		Alıyor	248	74,80	18,743			
	Hata Yapma Endişesi	Almıyor	61	22,64	7,389	,828	308	,409
		Alıyor	249	21,76	7,459			
	Kişisel Standartlar	Almıyor	61	21,51	5,449	,503	308	,615
		Alıyor	249	21,12	5,384			
	Ailesel Beklentiler	Almıyor	61	14,41	4,755	1,193	307	,234
		Alıyor	248	13,61	4,654			
	Ailesel Eleştiri	Almıyor	61	9,02	3,695	2,115	308	,035*
		Alıyor	249	7,95	3,481			
	Yaptığından Emin Olamama	Almıyor	61	10,43	3,095	,195	308	,845
		Alıyor	249	10,33	3,380			
	Düzen	Almıyor	61	21,38	6,064	-,542	308	,588
		Alıyor	249	21,83	5,756			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Almıyor	61	12,20	5,862	-,785	308	,433
		Alıyor	249	12,91	6,447			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

3.6. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Burs ve Kredi Alma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Çalışmada uygulanan tüm ölçeklerden alınan puanlar, katılımcıların burs ve kredi alıp almama durumuna göre Bağımsız Örneklem t testi ile analiz edilerek iki grup kıyaslamaları ayrı ayrı yapılmıştır. Analiz çıktıları burs ve kredi alan öğrencilerin almayanlarla benzer ölçek puanlarına sahip olduğu gözlenmiştir (Tablo 8 ve 9). Bu nedenle de tüm ölçeklerden alınan puanların katılımcıların ne burs ne de kredi alma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır ($p > .05$).

Tablo 8. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Burs Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Burs Durumu	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Almıyor	208	15,33	4,018	,303	308	,762
		Alıyor	102	15,18	4,278			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	Almıyor	208	97,17	20,805	-,034	307	,973
		Alıyor	101	97,26	20,611			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Almıyor	208	75,35	19,052	-,111	307	,912
		Alıyor	101	75,60	18,420			
	Hata Yapma Endişesi	Almıyor	208	21,94	7,434	,018	308	,986
		Alıyor	102	21,92	7,495			
	Kişisel Standartlar	Almıyor	208	21,21	5,440	,069	308	,945
		Alıyor	102	21,17	5,312			
	Ailesel Beklentiler	Almıyor	208	13,82	4,865	,279	307	,780
		Alıyor	101	13,66	4,286			
	Ailesel Eleştiri	Almıyor	208	8,04	3,595	-,837	308	,403
		Alıyor	102	8,40	3,442			
	Yaptığından Emin Olamama	Almıyor	208	10,34	3,341	-,114	308	,909
		Alıyor	102	10,38	3,297			
	Düzen	Almıyor	208	21,82	5,908	,360	308	,719
		Alıyor	102	21,57	5,633			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Almıyor	208	12,85	6,155	,311	308	,756
		Alıyor	102	12,61	6,709			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

Tablo 9. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Kredi Alma Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Kredi Durumu	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Almıyor	217	15,47	4,160	1,235	308	,218
		Alıyor	93	14,84	3,941			
	FÇBMÖ Toplam	Almıyor	217	98,56	19,988	1,775	307	,077
		Alıyor	92	94,00	22,099			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Almıyor	217	76,24	18,330	1,164	307	,246
		Alıyor	92	73,52	19,894			
	Hata Yapma Endişesi	Almıyor	217	22,28	7,531	1,245	308	,214
		Alıyor	93	21,13	7,204			
	Kişisel Standartlar	Almıyor	217	21,52	5,288	1,598	308	,111
		Alıyor	93	20,45	5,579			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	Ailesel Beklentiler	Almıyor	217	13,85	4,563	,448	307	,655
		Alıyor	92	13,59	4,955			
	Ailesel Eleştiri	Almıyor	217	8,16	3,519	-,035	308	,972
		Alıyor	93	8,17	3,619			
	Yaptığından Emin Olamama	Almıyor	217	10,45	3,312	,772	308	,441
		Alıyor	93	10,13	3,350			
	Düzen	Almıyor	217	22,31	5,747	,360	308	,719
		Alıyor	93	20,40	5,767			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Almıyor	217	12,67	6,367	-,422	308	,673
		Alıyor	93	13,00	6,281			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

3.7. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların İkamet Durumuna Göre Karşılaştırılması

Bu çalışmada katılımcılara verilen bilgi formunda nerede ikamet ettiklerini belirtmeleri istenmiştir ve katılımcıların kaldıkları yerlere göre farklı ölçek puanları olabileceği varsayılmıştır. Bu varsayımı sınamak amacıyla öncelikle ikamet değişkeni üzerinde tanımlayıcı istatistiksel analiz yapılmıştır. Analiz sonuçlarına göre öğrencilerin yarısından fazlası ailesiyle birlikte ikamet etmekte (%51) iken yurttaki ikamet eden öğrenciler örneklemin %38,7'sini, arkadaşlarıyla birlikte oturanlar ise

örneklemin %6,8'ini oluşturmaktadır (Tablo 1). İkamet değişkeni gruplar arası kıyaslama yapmak için uygun frekans dağılımına sahip olmadığından bu değişken aileyle(%51) ve aileden uzak (%49) olacak şekilde iki grup olarak tekrar gruplandırılmıştır. Sonrasında Bağımsız Örneklem t testi ile yapılarak ailesiyle birlikte kalan ve ailesinden uzak olan öğrencilerin ölçeklerden almış oldukları tüm puanlar karşılaştırılmıştır. T testi analizi sonuçlarına göre ailesiyle birlikte yaşayan ve yaşamayan öğrencilerin ölçek puanları kıyaslandığında sadece narsistik kişilik toplam puanı ve FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanında anlamlı düzeyde birbirinden farklılık gösterdiği bulunmuştur (Tablo 10). ***Aileden uzak ikamet edenlerin*** (Ort.= 13.58) *narsistik kişilik* puanlarının, ailesiyle birlikte ikame edenlerden (Ort.= 11.99) anlamlı düzeyde yüksek olduğu ($t(308)= 2.226, p=.027$) görülürken, aynı şekilde ailesiyle birlikte yaşamayanların (Ort.= 8.57) FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanı aileyle yaşayanlardan (Ort.=7.77) daha yüksektir ($t(308)= 2.013, p=.045$). Diğer taraftan bu iki ölçek puanı hariç diğer ölçek ve alt ölçek puanlarının örneklemin ikamet durumuna göre farklılık göstermediği ortaya çıkmıştır ($p>.05$).

Tablo 10. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların İkamet Durumuna Göre Bağımsız Örneklem t Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	İkamet Durumu	N	Ort.	SD	t	df	p
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	Aileden uzak	152	15,46	4,210	,771	308	,441
		Aileyle	158	15,10	3,996			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	Aileden uzak	151	98,78	20,209	1,313	307	,190
		Aileyle	158	95,69	21,127			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	Aileden uzak	151	77,05	18,185	1,482	307	,139
		Aileyle	158	73,89	19,335			
	Hata Yapma Endişesi	Aileden uzak	152	22,22	7,411	,660	308	,509
		Aileyle	158	21,66	7,484			
	Kişisel Standartlar	Aileden uzak	152	21,58	5,140	1,225	308	,221
		Aileyle	158	20,83	5,612			
	Ailesel Beklentiler	Aileden uzak	151	14,16	4,804	1,431	307	,154
		Aileyle	158	13,40	4,536			
	Ailesel Eleştiri	Aileden uzak	152	8,57	3,664	2,013	308	,045*
		Aileyle	158	7,77	3,388			
	Yaptığından Emin Olamama	Aileden uzak	152	10,47	3,222	,634	308	,526
		Aileyle	158	10,23	3,420			
	Düzen	Aileden uzak	152	21,67	5,448	-,201	308	,841
		Aileyle	158	21,80	6,157			
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	Aileden uzak	152	13,58	6,108	2,226	308	,027*
		Aileyle	158	11,99	6,466			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE:

Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

3.8. Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Bölümlerine Göre Karşılaştırılması

Çalışmada öğrencilere uygulanan Yaşam Doyumu Ölçeği, Narsistik Kişilik Envanteri ve FÇBM ölçeğinden elde edilen puanların katılımcıların bölümlerine göre farklılıklarını saptamak için tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır (Tablo 11). Üniversite öğrencilerinin bölümlerini karşılaştırabilmek için uygun frekans dağılımlarının sağlanması amacıyla hemşirelik (%24,2), sağlık yönetimi (%12,3) ve sosyal hizmetler (%6,8) bölümleri sağlık bilimleri (%43,2) adı altında toplanmış olup hukuk (%27,7) ve tıp (%29) olmak üzere üç gruba ayrılmıştır. Bu yeni oluşturulan üç bölüm ile yapılan tek yönlü ANOVA analizleri sonucunda uygulanan FÇBM ölçeğinin alt ölçeklerinden ailesel eleştiri ($F(2,307)= 2.500, p=.084$) ve yaptığından emin olmamadan ($F(2,307)= 2.107, p=.123$) elde edilen puanların, öğrencilerin bölümlerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>.05$).

Tablo 11. Katılımcıların Bölümlerine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Bölüm	N	Ort.	SD	F	p	Farklar
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	a.Hukuk	86	16,94	4,010	11,445	,000*	a-b, a-c
		b.Sağlık Bilimleri	134	14,34	3,701			
		c.Tıp	90	15,09	4,297			
		Toplam	310	15,28	4,099			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	a.Hukuk	86	104,55	16,911	10,787	,000*	a-b
		b.Sağlık Bilimleri	134	91,77	20,998			
		c.Tıp	89	98,28	21,434			
		Toplam	309	97,20	20,708			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	a.Hukuk	86	81,08	15,941	9,771	,000*	a-b, b-c
		b.Sağlık Bilimleri	134	70,40	18,961			
		c.Tıp	89	77,56	19,396			
		Toplam	309	75,43	18,818			
	Hata Yapma Endişesi	a.Hukuk	86	23,05	7,297	3,325	,037*	-
		b.Sağlık Bilimleri	134	20,70	7,562			
		c.Tıp	90	22,70	7,202			
		Toplam	310	21,93	7,442			
	Kişisel	a.Hukuk	86	23,44	4,771	18,451	,000*	a-b, b-

Standartlar	b.Sağlık Bilimleri	134	19,29	5,011	7,905	,000*	a-b, a-c
	c.Tıp	90	21,89	5,547			
	Toplam	310	21,20	5,390			
Ailesel Beklentiler	a.Hukuk	86	15,35	4,828	2,500	,084	
	b.Sağlık Bilimleri	134	12,84	4,307			
	c.Tıp	89	13,64	4,715			
	Toplam	309	13,77	4,677			
Ailesel Eleştiri	a.Hukuk	86	8,59	3,930	2,107	,123	
	b.Sağlık Bilimleri	134	7,65	3,184			
	c.Tıp	90	8,51	3,605			
	Toplam	310	8,16	3,544			
Yaptığından Emin Olamama	a.Hukuk	86	10,65	3,158	5,868	,003*	a-b, a-c
	b.Sağlık Bilimleri	134	9,91	3,362			
	c.Tıp	90	10,72	3,372			
	Toplam	310	10,35	3,321			
Düzen	a.Hukuk	86	23,47	5,570	9,812	,000*	a-b
	b.Sağlık Bilimleri	134	21,37	5,806			
	c.Tıp	90	20,63	5,737			
	Toplam	310	21,74	5,811			
Narsistik Kişilik	a.Hukuk	86	14,93	6,135			
	b.Sağlık Bilimleri	134	11,19	5,089			
	c.Tıp	90	13,06	7,499			
	Toplam	310	12,77	6,333			

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

Tek yönlü ANOVA analizler sonucunda elde edilen verilere göre örneklemden elde edilen Yaşam Doyumu ölçeği toplam puanı örneklemin bölümüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır ($F(2, 307) = 11.445$, $p < .01$). Bu anlamlı farklılaşmanın üç bölümden hangileri arasında olduğunu bulmak için Scheffe testi sonuçlarına bakılmıştır. Buna göre; ***hukuk bölümü*** (Ort.= 16.94) öğrencilerinin *yaşam doyumu* puanları hem tıp (Ort.= 15.09) hem de sağlık bilimleri (Ort.= 14.34) öğrencilerinininkinden anlamlı derecede yüksek farklılık gösterdiği bulunmuştur.

Öğrencilerin Narsistik Kişilik Envanteri'nden aldıkları toplam puan üzerinden yapılan tek yönlü ANOVA testi sonucuna göre bölümler arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık gözlemlenmiştir ($F(2, 307) = 9.812, p < .01$). Scheffe testi sonucuna göre ise bu farklılığın hukuk bölümü öğrencileri ile sağlık bilimleri öğrencileri arasındaki farktan kaynaklanmıştır. **Hukuk öğrencilerinin** (Ort.= 14.93) *narsistik* puanı sağlık bilimleri (Ort.= 11.19) öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

FÇBMÖ'den alınan toplam ve olumsuz mükemmeliyetçilik toplam puanı ile alt ölçeklerden hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklenti ve düzen puanları öğrencilerin okudukları bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Düzen hariç diğer alt mükemmeliyetçilik ölçekleri puanlarına bakıldığında anlamlı farklılığın en yüksek puanın hukuk öğrencilerine ait olduğu ve hukuk bölümünü tıp ve sonra da sağlık bilimleri öğrencilerinin takip ettiği görülmektedir (Tablo 11). FÇBMÖ alt ölçeklerinden Düzen puanına ait analiz sonucuna bakıldığında ise hukuk öğrencilerinin Düzen puanı (Ort.= 23.47), sağlık bilimleri öğrencilerinin Düzen (Ort.= 21.37) puanından ve tıp bölümü öğrencilerinin Düzen (Ort.= 20.63) puanından anlamlı derecede birbirlerinden farklıdır ($F(2, 307) = 5.868, p = .003$).

3.9. Katılımcıların Sınıflarına ve Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Çalışmada üniversite öğrencilere uygulanan tüm ölçeklerden elde edilen puanların eğitim gördükleri sınıfa göre farklılıklarını saptamak için tek yönlü ANOVA testi ile sonrasında Scheffe testi uygulanmıştır (Tablo 12). ANOVA sonucu öğrencilerin farklı sınıflarda olması sadece FÇBMÖ alt ölçeklerinden kişisel standartlar puanında anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlemlenmiştir ($F(3, 306) = 4.814, p = .003$). Buna ilişkin Scheffe testi sonucuna göre bu farklılığın üçüncü sınıf (Ort.= 23.53) ile birinci (Ort.= 20.82) ve ikinci sınıf (Ort.= 20.29) öğrencilerinin kişisel standartlar puanları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır. Kişisel standartlar puanlarının diğer sınıflar ile karşılaştırılmalarından elde edilen farklar ise istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bulunmamıştır ($p > .05$).

Tablo 12. Katılımcıların Sınıflarına Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Sınıf	N	Ort.	SD	F	p	Farklar
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	1	195	15,27	4,069	2,154	,094	
		2	62	14,58	3,890			
		3	43	15,72	4,399			
		4	10	17,90	3,900			
		Toplam	310	15,28	4,099			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	1	194	96,59	20,619	,919	,432	
		2	62	95,85	20,258			
		3	43	100,02	21,625			
		4	10	105,30	21,525			
		Toplam	309	97,20	20,708			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	1	194	74,90	18,803	,814	,487	
		2	62	74,16	18,112			
		3	43	78,30	19,611			
		4	10	81,40	20,565			
		Toplam	309	75,43	18,818			
	Hata Yapma Endişesi	1	195	21,73	7,715	,242	,867	
		2	62	21,94	6,419			
		3	43	22,79	7,504			
		4	10	22,20	8,470			
		Toplam	310	21,93	7,442			
	Kişisel Standartlar	1	195	20,82	5,171	4,814	,003*	1-3, 2-3
		2	62	20,29	5,049			
		3	43	23,53	6,292			
		4	10	24,20	4,315			
		Toplam	310	21,20	5,390			
	Ailesel Beklentiler	1	194	13,81	4,622	,058	,982	
		2	62	13,84	4,560			
		3	43	13,51	4,983			
		4	10	13,60	5,758			
		Toplam	309	13,77	4,677			
	Ailesel Eleştiri	1	195	8,15	3,576	1,381	,249	
		2	62	8,11	3,020			
		3	43	7,79	3,549			

		4	10	10,30	5,397		
		Toplam	310	8,16	3,544		
		1	195	10,36	3,387		
		2	62	9,98	3,144		
	Yaptığından Emin Olamama	3	43	10,67	3,557	,556	,645
		4	10	11,10	1,853		
		Toplam	310	10,35	3,321		
		1	195	21,65	5,902		
		2	62	21,69	5,488		
	Düzen	3	43	21,72	5,679	,477	,699
		4	10	23,90	6,951		
		Toplam	310	21,74	5,811		
		1	195	12,26	6,256		
		2	62	12,68	4,885		
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	3	43	14,40	7,697	2,377	,070
		4	10	16,20	7,983		
		Toplam	310	12,77	6,333		

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

ANOVA analizi ve Games-Howell testi ile örneklemin tüm ölçeklerden almış olduğu puanların anne eğitim durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. FÇBMÖ alt boyutu kişisel standartlar puanı hariç diğer tüm puanlarda anne eğitim düzeyinin puanlar arasında anlamlı düzeyde farklılık oluşturmadığı gözlenmiştir ($p > .05$). Elde edilen ANOVA verilerine göre FÇBMÖ alt ölçeklerinden kişisel standartlar puanı, öğrencilerin annelerinin eğitim seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır (Tablo 13). Games-Howell testine göre; annesi okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin kişisel standartlar puanı (Ort.= 18.83) ile annesi lise mezunu olanlar (Ort.= 22.14) ve annesi yüksek lisans eğitim düzeyine sahip (Ort.= 24.82) olan öğrencilerin kişisel standartlar puanı arasında anlamlı düzeydeki farklı olduğu tespit edilmiştir ($F(3, 306) = 2.609, p = .025$).

Tablo 13. Anne Eğitim Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Games-Howell) Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Anne Eğitim	N	Ort.	SD	F	p	Farklar
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	24	14,38	4,480	1,676	,140	
		b.İlköğretim	106	14,66	3,551			
		c.Ortaokul	49	15,90	4,048			
		d.Lise	76	15,43	3,813			
		e.Üniversite	44	15,77	5,148			
		f.Yüksek lisans ve üstü	11	17,36	5,005			
		Toplam	310	15,28	4,099			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	23	89,48	14,359	1,757	,122	
		b.İlköğretim	106	97,87	18,767			
		c.Ortaokul	49	96,69	24,486			
		d.Lise	76	98,21	21,710			
		e.Üniversite	44	95,07	18,920			
		f.Yüksek lisans ve üstü	11	110,73	27,052			
		Toplam	309	97,20	20,708			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	23	67,70	12,647	1,940	,088	
		b.İlköğretim	106	76,07	16,919			
		c.Ortaokul	49	73,55	22,065			
		d.Lise	76	76,55	19,868			
		e.Üniversite	44	75,02	17,625			
		f.Yüksek lisans ve üstü	11	87,82	24,041			
		Toplam	309	75,43	18,818			
	Hata Yapma Endişesi	a.Okuma yazma bilmiyor	24	18,88	6,635	1,565	,170	
		b.İlköğretim	106	22,51	6,577			
		c.Ortaokul	49	21,18	8,017			
		d.Lise	76	22,17	8,236			
		e.Üniversite	44	21,75	7,253			
		f.Yüksek lisans ve üstü	11	25,45	8,323			
		Toplam	310	21,93	7,442			
	Kişisel Standartlar	a.Okuma yazma bilmiyor	24	18,83	4,114	2,609	,025*	a-d, a-f
		b.İlköğretim	106	21,09	5,135			

	c.Ortaokul	49	20,80	6,367		
	d.Lise	76	22,14	5,371		
	e.Üniversite	44	20,64	5,049		
	f.Yüksek lisans ve üstü	11	24,82	4,936		
	Toplam	310	21,20	5,390		
Ailesel Beklentiler	a.Okuma yazma bilmiyor	23	12,70	3,878		
	b.İlköğretim	106	13,59	4,138		
	c.Ortaokul	49	14,08	4,834		
	d.Lise	76	13,62	5,156	1,080	,372
	e.Üniversite	44	14,00	4,620		
	f.Yüksek lisans ve üstü	11	16,45	6,758		
	Toplam	309	13,77	4,677		
Ailesel Eleştiri	a.Okuma yazma bilmiyor	24	7,75	2,454		
	b.İlköğretim	106	8,22	2,908		
	c.Ortaokul	49	7,96	3,646		
	d.Lise	76	8,13	4,171	,176	,972
	e.Üniversite	44	8,45	3,932		
	f.Yüksek lisans ve üstü	11	8,45	4,845		
	Toplam	310	8,16	3,544		
Yaptığından Emin Olamama	a.Okuma yazma bilmiyor	24	9,54	2,782		
	b.İlköğretim	106	10,65	3,027		
	c.Ortaokul	49	9,53	3,652		
	d.Lise	76	10,49	3,668	2,187	,056
	e.Üniversite	44	10,18	3,105		
	f.Yüksek lisans ve üstü	11	12,64	2,942		
	Toplam	310	10,35	3,321		
Düzen	a.Okuma yazma bilmiyor	24	21,42	5,548		
	b.İlköğretim	106	21,80	5,488		
	c.Ortaokul	49	23,14	6,191		
	d.Lise	76	21,66	5,823		
	e.Üniversite	44	20,05	6,213	1,439	,210
	f.Yüksek lisans ve üstü	11	22,91	5,281		
	Toplam	310	21,74	5,811		

Narsistik Kişilik	NKE Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	24	11,50	6,607	1,682	,139
		b.İlköğretim	106	11,74	5,721		
		c.Ortaokul	49	12,55	5,458		
		d.Lise	76	14,09	7,169		
		e.Üniversite	44	13,59	5,907		
		f.Yüksek lisans ve üstü	11	14,00	9,132		
		Toplam	310	12,77	6,333		

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

Diğer taraftan örneklemin ölçeklerden aldığı puanlarını öğrencilerin babalarının eğitim düzeyine göre karşılaştırmak amacıyla tek yönlü ANOVA ve Games-Howell testi kullanılmıştır (Tablo 14). Yapılan analizler sonucunda örneklemin Narsistik Kişilik Envanteri'nden almış oldukları puanların babalarının eğitim düzeylerine ilişkin anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($F(3, 306) = 4.260$, $p = .001$). Bu anlamlılık düzeyinin babası ilkököl mezunu olanlar (Ort. = 11.19) ile lise mezunu (Ort. = 14.17) ve üniversite mezunu (Ort. = 14.13) olan gruplar arasında anlamlı düzeyde düşük narsistik kişilik puanı olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir. Ayrıca bu farklılığa babası ortaokul mezunu olanlar (Ort. = 10.73) ile yine lise mezunu ve üniversite mezunu olan öğrencilerin narsistik kişilik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmiştir. FÇBMÖ alt ölçeklerinden ise anlamlı düzeyde farklılık ailesel beklenti ve yaptığından emin olmama alt boyutlarında görülmektedir. Yapılan analiz sonuçları babaların eğitim düzeylerine göre öğrencilerin almış olduğu ailesel beklenti puanı ($F(3, 306) = 2.629$, $p = .024$) ve yaptığından emin olmama puanı ($F(3, 306) = 2.72$, $p = .020$) anlamlı farklılık göstermektedir (Tablo 14).

Tablo 14. Baba Eğitim Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Games-Howell) Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Baba Eğitim	N	Ort.	SD	F	p	Farklar
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	4	14,75	5,188	1,668	,142	
		b.İlköğretim	94	14,59	3,512			
		c.Ortaokul	44	14,86	4,240			
		d.Lise	75	15,87	3,905			
		e.Üniversite	76	15,41	4,464			
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	17,12	5,183			
		Toplam	310	15,28	4,099			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	4	75,75	11,587	1,657	,145	
		b.İlköğretim	93	95,97	18,860			
		c.Ortaokul	44	99,75	23,660			
		d.Lise	75	95,33	20,787			
		e.Üniversite	76	98,64	20,282			
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	104,18	23,101			
		Toplam	309	97,20	20,708			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	4	57,25	6,898	1,826	,108	
		b.İlköğretim	93	73,28	17,321			
		c.Ortaokul	44	78,05	21,284			
		d.Lise	75	73,87	18,345			
		e.Üniversite	76	77,83	18,914			
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	80,94	20,804			
		Toplam	309	75,43	18,818			
	Hata Yapma Endişesi	a.Okuma yazma bilmiyor	4	17,00	2,944	,710	,617	
		b.İlköğretim	94	21,83	7,166			
		c.Ortaokul	44	22,86	8,301			
		d.Lise	75	21,20	6,639			
		e.Üniversite	76	22,43	7,992			
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	22,24	8,280			

	Toplam	310	21,93	7,442			
Kişisel Standartlar	a.Okuma yazma bilmiyor	4	17,50	3,697			
	b.İlköğretim	94	20,26	5,037			
	c.Ortaokul	44	21,59	5,642			
	d.Lise	75	21,57	5,912	1,921	,091	
	e.Üniversite	76	21,37	4,996			
	f.Yüksek lisans ve üstü	17	23,82	5,446			
	Toplam	310	21,20	5,390			
Ailesel Beklentiler	a.Okuma yazma bilmiyor	4	9,50	1,915			
	b.İlköğretim	93	12,74	3,903			
	c.Ortaokul	44	14,68	4,860			
	d.Lise	75	13,68	4,808	2,629	,024*	a-c, a-e
	e.Üniversite	76	14,53	4,807			
	f.Yüksek lisans ve üstü	17	15,06	6,046			
	Toplam	309	13,77	4,677			
Ailesel Eleştiri	a.Okuma yazma bilmiyor	4	7,25	1,893			
	b.İlköğretim	94	8,04	2,933			
	c.Ortaokul	44	8,14	3,645			
	d.Lise	75	7,75	3,898	,680	,639	
	e.Üniversite	76	8,61	3,742			
	f.Yüksek lisans ve üstü	17	8,94	4,190			
	Toplam	310	8,16	3,544			
Yaptığından Emin Olamama	a.Okuma yazma bilmiyor	4	6,00	1,826			
	b.İlköğretim	94	10,35	3,029			
	c.Ortaokul	44	10,77	3,248			
	d.Lise	75	9,67	3,493	2,720	,020*	a-c, a-e, a-f
	e.Üniversite	76	10,89	3,404			
	f.Yüksek lisans ve üstü	17	10,88	3,295			
	Toplam	310	10,35	3,321			
Düzen	a.Okuma yazma bilmiyor	4	18,50	8,888	1,296	,266	
	b.İlköğretim	94	22,59	5,198			

		c.Ortaokul	44	21,70	5,597		
		d.Lise	75	21,47	6,187		
		e.Üniversite	76	20,82	5,950		
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	23,24	6,280		
		Toplam	310	21,74	5,811		
Narsistik Kişilik	NKE Toplam	a.Okuma yazma bilmiyor	4	10,50	4,796		
		b.İlköğretim	94	11,19	5,525		
		c.Ortaokul	44	10,73	4,277		
		d.Lise	75	14,17	6,431	4,260	,001*
		e.Üniversite	76	14,13	7,011		
		f.Yüksek lisans ve üstü	17	15,00	8,441		
		Toplam	310	12,77	6,333		

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım * $p < .05$

3.10. Başarı Düşüncesi Düzeyine Göre Ölçeklerden Alınan Puanların Karşılaştırılması

Araştırmada üniversite öğrencilerine uygulanan tüm ölçeklerden elde edilen puanların öğrencilerin başarı düşünce seviyesine göre farklılıklarını saptamak için tek yönlü ANOVA testi uygulanmıştır (Tablo 15). Başarı düşünce seviyelerinin karşılaştırmalarına ilişkin uygun frekans dağılımları sağlanmak amacıyla öncelikle başarı düşünce düzeyleri zayıf (%11), orta (%34.5) ve yüksek (%54.5) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Sonrasında bu üç grup kıyaslamasını için yapılan analiz sonuçlarına göre anlamlı farklılıklar Yaşam Doyumu Ölçeği ve Narsistik Kişilik Envanteri ile FÇBMÖ kişisel standartlar alt ölçeğine ilişkin toplam puanlarda tespit edilmiştir. Başarı düşünce düzeylerine göre yaşam doyum puanı kıyaslandığında anlamlı farklılık zayıf (Ort.= 12.56) ile orta (Ort.= 15.40) düzey başarılı olduğunu düşünen ve zayıf ile yüksek (Ort.= 15,94) düzeyde kendini başarılı gören öğrenci grupları arasındadır ($F(2,307)= 9.462, p<.01$). FÇBMÖ'nin alt ölçeklerinden sadece kişisel standartlar alt ölçeğinden alınan puanların öğrencilerin başarı düşüncesi düzeylerine göre anlamlı derecede farklılaştığı bulunmuştur ($F(2,307)= 6.230, p=.002$). En düşük kişisel standartlara orta düzeyde başarı düşüncesi olan öğrencilerin (Ort.= 20.30) sahip

olduğu en yüksek ise yüksek düzeyde başarı düşüncesi olan öğrencilerin (Ort.=22.61) sahip olduğu gözlenmiş ve aralarındaki farklılık anlamlı düzeyde saptanmıştır. Örneklemenin başarı düşünce düzeyine göre Narsistik Kişilik Envanteri'nden alınan toplam puanların tek yönlü ANOVA testi ile karşılaştırılması sonucunda anlamlı düzeyde farklı oldukları bulunmuştur ($F(2,307)= 6.249, p=.002$). Başarı düşünce seviyesiyle doğru orantılı şekilde ölçekten alınan puanlar artmıştır. Zayıf başarı düşüncesi (Ort.= 10.68) olan öğrencilerin ile yüksek başarı düşüncesi (Ort.= 14.37) olanların narsistik kişilik puanları arasındaki fark, anlamlı düzeydedir. Ayrıca kendisini orta düzeyde başarılı gören (Ort.= 12.17) ile yüksek düzeyde kendini başarılı düşünen katılımcıların aldığı narsistik kişilik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür (Tablo 15).

Tablo 15. Başarı Düşüncesi Düzeyine Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların ANOVA (Scheffe) Testi ile Karşılaştırılması

Ölçekler	Puanlar	Başarı Düşüncesi	N	Ort.	SD	F	p	Farklar
Yaşam Doyumu	YDÖ Toplam	a.Zayıf	34	12,56	4,084	9,462	,000*	a-b, a-c,
		b.Orta	169	15,40	3,947			
		c.Yüksek	107	15,94	4,032			
		Toplam	310	15,28	4,099			
Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik	FÇBMÖ Toplam	a.Zayıf	33	97,82	19,124	1,225	,295	
		b.Orta	169	95,59	20,612			
		c.Yüksek	107	99,56	21,269			
		Toplam	309	97,20	20,708			
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	a.Zayıf	33	77,33	18,753	1,595	,205	
		b.Orta	169	73,70	18,670			
		c.Yüksek	107	77,59	18,968			
		Toplam	309	75,43	18,818			
	Hata Yapma Endişesi	a.Zayıf	34	22,59	7,174	,355	,701	
		b.Orta	169	21,62	7,417			
		c.Yüksek	107	22,21	7,606			
		Toplam	310	21,93	7,442			
Kişisel Standartlar	a.Zayıf	34	21,24	5,483	6,230	,002*	b-c	
	b.Orta	169	20,30	5,353				
	c.Yüksek	107	22,61	5,159				
	Toplam	310	21,20	5,390				

Narsistik Kişilik	Ailesel Beklentiler	a.Zayıf	33	13,91	4,544	1,248	,289
		b.Orta	169	13,40	4,463		
		c.Yüksek	107	14,31	5,023		
		Toplam	309	13,77	4,677		
	Ailesel Eleştiri	a.Zayıf	34	8,71	3,060	,667	,514
		b.Orta	169	7,98	3,479		
		c.Yüksek	107	8,27	3,788		
		Toplam	310	8,16	3,544		
	Yaptığından Emin Olamama	a.Zayıf	34	10,65	3,265	,280	,756
		b.Orta	169	10,40	3,270		
		c.Yüksek	107	10,19	3,440		
		Toplam	310	10,35	3,321		
	Düzen	a.Zayıf	34	20,26	5,583	1,237	,292
		b.Orta	169	21,89	5,350		
		c.Yüksek	107	21,97	6,525		
		Toplam	310	21,74	5,811		
	NKE Toplam	a.Zayıf	34	10,68	5,881	6,249	,002* a-c, b-c
		b.Orta	169	12,17	6,083		
		c.Yüksek	107	14,37	6,552		
		Toplam	310	12,77	6,333		

YDÖ: Yaşam Doyum Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, NKE: Narsistik Kişilik Envanteri, Ort.: Ortalama, SD: Standart Dağılım

* $p < .05$

3.11. Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Bulgular

Bu araştırmada katılımcıların narsistik kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçilik boyutlarının yaşamdan doyum düzeyi üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi hedeflenmiştir. Yordayıcı etkinin sınanması amacı ile öncelikle söz konusu değişkenler arasındaki ilişkilerin anlamlı olup olmadığının tespiti için Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları hesaplanmıştır (Tablo 16). Analiz sonucunda, yaşam doyumu ile narsistiklik arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır ($r=.072$, $p=.204$). Yaşam doyumu ile örneklemin mükemmeliyetçilik ölçeğinden almış olduğu toplam puanı arasındaki ilişkinin ($r=.037$, $p=.521$) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı dikkati çekmektedir. Diğer

tarafından mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından “kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen” ile yaşam doyumu anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Kişisel standartlar ($r=.137$, $p=.008$) boyutu ile düşük düzeyde pozitif, ailede eleştiri ($r=-.167$, $p=.002$) boyutu ile düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki görülürken, düzen ($r=.291$, $p<.01$) alt boyutu ile ise orta düzeyde anlamlı pozitif ilişkinin olduğu gözlenmektedir. Ayrıca narsistik kişilik özellikleri ile mükemmeliyetçilik toplam puanları ve boyutları arasındaki ilişkilerde Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ile incelenmiştir. Katılımcıların narsistik kişilik özellikleri ile mükemmeliyetçilik ölçeğinden almış olduğu toplam puanı ($r=.290$, $p<.01$), olumsuz mükemmeliyetçilik puanı ($r=.293$, $p<.01$), hata yapma endişesi ($r=.181$, $p=.001$) ve kişisel standartlar ($r=.467$, $p<.01$) alt boyutları ile orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki gözlenirken, ailesel beklentiler ile olan ilişkinin ise düşük düzeyde negatif anlamlı olduğu görülmüştür ($r=-.241$, $p<.01$). Tüm değişkenlerden aralarındaki ilişkinin anlamlı olduğu mükemmeliyetçilik alt boyutları ile yaşam doyumu değişkeni için ilgili regresyon analizlerinin uygulanmasına geçilmiştir.

Tablo 16. FÇBMÖ’nin Kişisel Standartlar, Ailede Eleştiri ve Düzen Alt Boyutları ile Yaşam Doyumu Düzeyine Ait Korelasyon Değerleri ve Yordayıcıya Ait Tolerans ve VIF Değerleri

	Kişisel Standartlar	Ailede Eleştiri	Düzen	Yaşam Doyumu
Kişisel Standartlar	1	,313**	,316**	,137*
Ailede Eleştiri		1	-,038	-,167**
Düzen			1	,291**
Yaşam Doyumu				1
Ort.	21,20	8,16	21,74	15,28
SD	5,4	3,54	5,81	4,1
Tolerans	.879	.881	.794	
VIF	1.137	1.135	1.259	

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

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği’nin kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen alt boyutlarının yaşam doyumu düzeyini ne düzeyde açıkladığını ve yüzde kaçını yordadığını yani bu üç değişkenin her biri eklendiğinde yaşam doyum düzeyini tahmin etmede ne kadar katkısı olduğu Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon

yapılarak analiz edilmiştir. Diğer bir deyişle, Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen değişkenlerinin bir arada yaşama doyumu düzeyindeki değişimi üzerinde yordayıcı etkisinin olup olmadığının anlaşılması için Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi yapılmıştır. Önerilen model ise şöyledir;

Model:

$$YYaşamDoyumu = C + AKişiselStandartlarXKİşiselStandartlar + BAİleleEleştiriXAİleleEleştiri + CDüzenXDüzen$$

Yapılan analiz sonucuna göre modeldeki değişkenlerin bir aradayken yaşam doyumu düzeyini anlamlı biçimde tahmin ettikleri bulunmuştur ($F(3,306) = 13.966$, $p < .01$; $B = 11.418$, $t = 10.23$, $p < .01$). Düzen değişkeninin, bu modelde tek başına varyansa %8,5'lik bir katkı sağladığı görülmüştür ($F(1,308) = 28.513$, $p < .01$; $B = .173$, $\beta = .246$, $t = 4.299$, $p < .01$). Modele ailele eleştiri değişkeni eklendiğinde açıklanan toplam varyans %2,4 artmış ($F(1,307) = 8.374$, $p = .004$; $B = -.226$, $\beta = -.195$, $t = -3.414$, $p = .001$) olup modele eklenen kişisel standartlar değişkenin yaşam doyumunu tahmin etmedeki katkısının %1,1 ($F(1,306) = 3.967$, $p = .047$; $B = .091$, $\beta = .120$, $t = 1.992$, $p = .047$) olduğu bulunmuştur. Bu model ile katılımcının yaşam doyumu ölçeğinden alacağı puanın % 12'si açıklanabilmektedir (Tablo 17). Mükemmeliyetçiliğin bu üç alt boyutunun, yaşam doyumunu açıklama gücü çok yüksek değildir ($B = 11.418$, $t = 10.23$, $p < .01$). Öte yandan Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizinde yordayıcılar arasında mükemmel doğrusal bir ilişki olup olmadığını test edebilmek için de çoklu doğrusal ilişki istatistikleri (collinearity statistics) incelenmiş olup tolerans ve varyans enflasyon faktörlerine ait değerler söz konusu bir doğrusallığın olmadığını göstermiştir (Tolerance $> .02$ ve VIF < 10).

Tablo 17. FÇBMÖ'nin Kişisel Standartlar, Ailede Eleştiri ve Düzen Alt Boyutlarının Yaşam Doyumu Düzeyi Üzerinde Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizi Bulguları

		ΔR^2	B	Std. Hata	Bet a	t
Düzen		.08	.17	.04	.246	4.299**
	5	3	0		*	
Ailede Eleştiri		.10	-	.06	-	-3.414**
	3	.226	6	.195		
Kişise l Standartlar		.11	.09	.04	.120	1.992*
	2	1	6			

* $p < .05$, ** $p = .001$, *** $p < .001$

3.12. Ölçeklerden Alınan Puanlar Üzerinde Cinsiyet ve Başarı Düşünce Düzeylerinin Birlikte Etkisi

Bu tez çalışmasında daha önceden yapılan analizler ile katılımcıların tüm ölçeklerden elde ettikleri puanların örneklemin cinsiyetine ve başarı düşünce düzeylerine göre farklılık gösterip göstermedi ayrı ayrı incelenmiştir (Tablo 5 ve 15). Diğer taraftan bu iki bağımsız değişkenin yani cinsiyet ve başarı düşünce düzeyinin birlikte tüm puanlar üzerindeki etkisini araştırmak amacıyla iki yönlü ANOVA analizi yapılmıştır. Analiz sonuçlarından elde edilen verilere göre cinsiyet ve başarı düşünce düzeyinin birlikte anlamlı düzeyde herhangi bir etkisi puanlar üzerinde görülmemektedir (Tablo 18). Cinsiyet ve başarı düzeyleri tek başlarına bazı ölçek puanlarında anlamlı etki gösterirken bir arada olduklarında ise bu iki değişkenin etkileşiminin ölçek puanlamaları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etki oluşturamamıştır ($p > .05$).

Tablo 18. Uygulanan Ölçeklerden Alınan Puanlara Ait Cinsiyet ve Başarı Düşünce Düzeylerine İlişkin İki Yönlü ANOVA Bulguları

Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişkenler	df	Ortalama ²	F	p
Cinsiyet	Yasam Doyum Düzeyi	1	,205	,013	,910
	FÇBMO Toplam Puan	1	4517,585	11,324	,001*
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	1	3460,617	10,538	,001*
	Hata Yapma Endişesi	1	184,636	3,433	,065
	Kişisel Standartlar	1	282,840	10,810	,001*
	Ailesel Beklentiler	1	182,433	8,629	,004*
	Ailesel Eleştiri	1	112,412	9,492	,002*
	Yaptığından Emin Olamama	1	18,592	1,726	,190
	Düzen	1	70,325	2,089	,149
	NKE Toplam Puan	1	605,185	16,799	,000*
Başarı Düzeyi	Yasam Doyum Düzeyi	2	137,034	8,549	,000*
	FÇBMO Toplam Puan	2	221,325	,555	,575
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	2	133,515	,407	,666
	Hata Yapma Endişesi	2	,338	,006	,994
	Kişisel Standartlar	2	57,835	2,210	,111
	Ailesel Beklentiler	2	25,327	1,198	,303
	Ailesel Eleştiri	2	3,416	,288	,750
	Yaptığından Emin Olamama	2	4,316	,401	,670
	Düzen	2	49,073	1,458	,234
	NKE Toplam Puan	2	231,334	6,421	,002*
Cinsiyet * Başarı Düzeyi	Yasam Doyum Düzeyi	2	13,454	,839	,433
	FÇBMO Toplam Puan	2	413,933	1,038	,356
	FÇBMÖ Olumsuz Toplam	2	422,835	1,288	,277
	Hata Yapma Endişesi	2	94,212	1,752	,175
	Kişisel Standartlar	2	64,032	2,447	,088
	Ailesel Beklentiler	2	7,486	,354	,702
	Ailesel Eleştiri	2	23,614	1,994	,138
	Yaptığından Emin Olamama	2	23,363	2,169	,116
	Düzen	2	3,144	,093	,911
	NKE Toplam Puan	2	13,832	,384	,682

*p<.05

Anlamli ilişki ifade eden bulgular maddeler halinde şu şekilde ifade edilebilir:

- ✓ Yaşam doyumunu ile mükemmeliyetçilik alt boyutlarından kişisel standartlar ve düzen ile pozitif anlamli ilişki, ailesel eleştiri boyutu ile ise negatif anlamli ilişki tespit edilmiştir.
- ✓ Narsistik kişilik ölçeğinden alınan toplam puan ile diğeri değışkenler arasındaki anlamli ilişkilerin neler olduğuna bakıldığında mükemmeliyetçilik ölçeğinden alınan toplam ve olumsuz toplam puanlarının arasında orta düzeyde pozitif anlamli ilişki bulunmuştur.
- ✓ Mükemmeliyetçilik değışkeninin alt boyutlarından hata yapma endişesi ve ailesel eleştiri ile narsistik kişilik eğilimleri arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamli ilişki görölmekte olup, kişisel standartlar ile de aynı şekilde orta düzeyde pozitif yönde anlamli ilişki tespit edilmiştir.
- ✓ Korelasyon analiz bulgularına göre mükemmeliyetçilik ölçeğinden elde edilen toplam puanlar ile alt boyutlar arasındaki tüm ilişkiler pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlidir.
- ✓ Diğeri taraftan düzen alt boyutu hariç mükemmeliyetçilik alt boyutlarının birbirleriyle olan ilişkileri anlamli düzeyde pozitif ilişkilidir.
- ✓ Analizler sonucunda elde edilen ortalamalara göre erkek öğrencilerin ölçeklerden aldığı tüm puanların kıızlardan daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Bu farklılık yaşam doyumunu toplam puanı ve FÇBMÖ alt ölçeği düzen puanı hariç tüm ölçek puanlarında anlamli düzeydedir.
- ✓ Buna göre; erkeklerin Narsistik Kişilik Envanter puanı, kıızların puanından yüksek düzeyde anlamlidir.
- ✓ FÇBMÖ toplam ve olumsuz toplam puanı ve mükemmeliyetçilik alt boyutları (düzen alt boyutu hariç) cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmaktadır. Analizlerin sonucuna göre, erkeklerin ölçekten almış olduğu toplam mükemmeliyetçilik puanı ve olumsuz mükemmeliyetçilik puanı kıızların aldığı toplam

mükemmeliyetçilik puanı ve olumsuz mükemmeliyetçilik puanından anlamlı düzeyde daha yüksektir.

- ✓ FÇBMÖ alt ölçeklerinden hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklentiler, ailesel eleştiri ve yaptığından emin olmama boyutlarına ilişkin kız öğrencilerin puanları anlamlı düzeyde erkek öğrencilerinkinden düşüktür.
- ✓ Analiz sonucunda sadece FÇBM ölçeği alt boyutu kişisel standartlar puanının anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlenmiştir.
- ✓ Bir işte çalışan katılımcıların kişisel standartlar puanının işte çalışmayanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.
- ✓ T testi sonucunda aileden gelir desteği alan ve almayan öğrencilerin sadece Yaşam Doyumu Ölçeği toplam puanı ve FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanında anlamlı düzeyde birbirinden farklılık gösterdiği bulunmuştur.
- ✓ Ailelerinden gelir desteği alan öğrencilerin almayanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek yaşam doyumu olduğu gözlemlenirken ailesel eleştirilere ise daha çok ve anlamlı düzeyde aileden destek alanlara kıyasla almayan öğrencilerin muhatap olduğu.
- ✓ T testi analizi sonuçlarına göre ailesiyle birlikte yaşayan ve yaşamayan öğrencilerin ölçek puanları kıyaslandığında sadece narsistik kişilik toplam puanı ve FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanında anlamlı düzeyde birbirinden farklılık gösterdiği bulunmuştur.
- ✓ Aileden uzak ikamet edenlerin narsistik kişilik puanlarının, ailesiyle birlikte ikame edenlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülürken, aynı şekilde ailesiyle birlikte yaşamayanların FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanı aileyle yaşayanlardan daha yüksektir.
- ✓ Tek yönlü ANOVA analizler sonucunda elde edilen verilere göre örneklemde elde edilen Yaşam Doyumu ölçeği toplam puanı örneklem bölümlüne göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.
- ✓ Bu anlamlı farklılaşmanın üç bölümden hangileri arasında olduğunu bulmak için Scheffe testi sonuçlarına bakılmıştır. Buna göre; hukuk bölümü öğrencilerinin yaşam doyumu puanları hem tıp hem de sağlık

bilimleri öğrencilerinininkinden anlamlı derecede yüksek farklılık gösterdiği bulunmuştur.

- ✓ Scheffe testi sonucuna göre ise bu farklılığın hukuk bölümü öğrencileri ile sağlık bilimleri öğrencileri arasındaki farktan kaynaklanmıştır. Hukuk öğrencilerinin narsistik puanı sağlık bilimleri öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.
- ✓ FÇBMÖ'den alınan toplam ve olumsuz mükemmeliyetçilik toplam puanı ile alt ölçeklerden hata yapma endişesi, kişisel standartlar, ailesel beklenti ve düzen puanları öğrencilerin okudukları bölüme göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.
- ✓ Düzen hariç diğer alt mükemmeliyetçilik ölçekleri puanlarına bakıldığında anlamlı farklılığın en yüksek puanın hukuk öğrencilerine ait olduğu ve hukuk bölümünü tıp ve sonra da sağlık bilimleri öğrencilerinin takip ettiği görülmektedir.
- ✓ FÇBMÖ alt ölçeklerinden düzen puanına ait analiz sonucuna bakıldığında ise hukuk öğrencilerinin düzen puanı, sağlık bilimleri öğrencilerinin düzen puanından ve tıp bölümü öğrencilerinin düzen puanından anlamlı derecede birbirlerinden farklıdır.
- ✓ ANOVA sonucu öğrencilerin farklı sınıflarda olması sadece FÇBMÖ alt ölçeklerinden kişisel standartlar puanında anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlemlenmiştir.
- ✓ Buna ilişkin Scheffe testi sonucuna göre bu farklılığın üçüncü sınıf ile birinci ve ikinci sınıf öğrencilerinin kişisel standartlar puanları arasındaki farklılıktan kaynaklandığı saptanmıştır.
- ✓ Elde edilen ANOVA verilerine göre FÇBMÖ alt ölçeklerinden kişisel standartlar puanı, öğrencilerin annelerinin eğitim seviyelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.
- ✓ Games-Howell testine göre; annesi okuma-yazma bilmeyen öğrencilerin kişisel standartlar puanı ile annesi lise mezunu olanlar ve annesi yüksek lisans eğitim düzeyine sahip olan öğrencilerin kişisel standartlar puanı arasında anlamlı düzeydeki farklı olduğu tespit edilmiştir.

- ✓ Yapılan analizler sonucunda örneklemin Narsistik Kişilik Envanteri'nden almış oldukları puanların babalarının eğitim düzeylerine ilişkin anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur.
- ✓ Bu anlamlılık düzeyinin babası ilkokul mezunu olanlar ile lise mezunu ve üniversite mezunu olan gruplar arasında anlamlı düzeyde düşük narsistik kişilik puanı olmasından kaynaklandığı tespit edilmiştir.
- ✓ Ayrıca bu farklılığa babası ortaokul mezunu olanlar ile yine lise mezunu ve üniversite mezunu olan öğrencilerin narsistik kişilik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmiştir.
- ✓ FÇBMÖ alt ölçeklerinden ise anlamlı düzeyde farklılık ailesel beklenti ve yaptığından emin olmama alt boyutlarında görülmektedir.
- ✓ Yapılan analiz sonuçları babaların eğitim düzeylerine göre öğrencilerin almış olduğu ailesel beklenti puanı ve yaptığından emin olmama puanı anlamlı farklılık göstermektedir.
- ✓ Başarı düşünce seviyelerinin karşılaştırmalarına ilişkin uygun frekans dağılımları sağlanmak amacıyla öncelikle başarı düşünce düzeyleri zayıf, orta ve yüksek olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Sonrasında bu üç grup kıyaslamasını için yapılan analiz sonuçlarına göre anlamlı farklılıklar Yaşam Doyumu Ölçeği ve Narsistik Kişilik Envanteri ile FÇBMÖ kişisel standartlar alt ölçeğine ilişkin toplam puanlarda tespit edilmiştir.
- ✓ Başarı düşünce düzeylerine göre yaşam doyum puanı kıyaslandığında anlamlı farklılık zayıf ile orta düzey başarılı olduğunu düşünen ve zayıf ile yüksek düzeyde kendini başarılı gören öğrenci grupları arasındadır.
- ✓ FÇBMÖ'nin alt ölçeklerinden sadece kişisel standartlar alt ölçeğinden alınan puanların öğrencilerin başarı düşüncesi düzeylerine göre anlamlı derecede farklılaştığı bulunmuştur. En düşük kişisel standartlara orta düzeyde başarı düşüncesi olan öğrencilerin sahip olduğu en yüksek ise yüksek düzeyde başarı düşüncesi olan öğrencilerin sahip olduğu gözlenmiş ve aralarındaki farklılık anlamlı düzeyde saptanmıştır.
- ✓ Örneklemin başarı düşünce düzeyine göre Narsistik Kişilik Envanteri'nden alınan toplam puanların tek yönlü ANOVA testi ile

karşılaştırılması sonucunda anlamlı düzeyde farklı oldukları bulunmuştur.

- ✓ Başarı düşünce seviyesiyle doğru orantılı şekilde ölçekten alınan puanlar artmıştır. Zayıf başarı düşüncesi olan öğrencilerin ile yüksek başarı düşüncesi olanların narsistik kişilik puanları arasındaki fark, anlamlı düzeydedir.
- ✓ Ayrıca kendisini orta düzeyde başarılı gören ile yüksek düzeyde kendini başarılı düşünen katılımcıların aldığı narsistik kişilik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür.
- ✓ Mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından “kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen” ile yaşam doyumu anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir.
- ✓ Kişisel standartlar boyutu ile düşük düzeyde pozitif, ailede eleştiri boyutu ile düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki görülürken, düzen alt boyutu ile ise orta düzeyde anlamlı pozitif ilişkinin olduğu gözlenmektedir.
- ✓ Katılımcıların narsistik kişilik özellikleri ile mükemmeliyetçilik ölçeğinden almış olduğu toplam puanı, olumsuz mükemmeliyetçilik puanı, hata yapma endişesi ve kişisel standartlar alt boyutları ile orta düzeyde pozitif anlamlı ilişki gözlenirken, ailesel beklentiler ile olan ilişkinin ise düşük düzeyde negatif anlamlı olduğu görülmüştür.
- ✓ Yapılan analiz sonucuna göre modeldeki değişkenlerin bir aradayken yaşam doyumu düzeyini anlamlı biçimde tahmin ettikleri bulunmuştur.
- ✓ Düzen değişkeninin, bu modelde tek başına varyansa %8,5’lik bir katkı sağladığı görülmüştür.
- ✓ Modele ailesel eleştiri değişkeni eklendiğinde açıklanan toplam varyans %2,4 artmış olup modele eklenen kişisel standartlar değişkenin yaşam doyumunu tahmin etmedeki katkısının %1,1 olduğu bulunmuştur.
- ✓ Bu model ile katılımcının yaşam doyumu ölçeğinden alacağı puanın %12’si açıklanabilmektedir.

- ✓ Mükemmeliyetçiliğin bu üç alt boyutunun, yaşam doyumunu açıklama gücü çok yüksek değildir.
- ✓ Cinsiyet ve başarı düzeyleri tek başlarına bazı ölçek puanlarında anlamlı etki gösterirken bir arada olduklarında ise bu iki değişkenin etkileşiminin ölçek puanlamaları üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etki oluşturmamıştır.



4. TARTIŞMA

Bu araştırmada, katılımcıların narsistik kişilik özellikleri ve mükemmeliyetçilik boyutlarının yaşamdan doyum düzeyi üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesi hedeflenmiştir. Yordayıcı etkisi Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları ile hesaplanmıştır. Analiz sonucunda, *yaşam doyumunu ile narsisizim* arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır. Fakat *narsistik kişilik özellikleri* ve *mükemmeliyetçiliğin* bir arada bulunduğu bireylerde yapılan analiz sonuçlarına göre *yaşam doyumunun*, anlamlı ve yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. *Yaşam doyumunu* ile örneklemin mükemmeliyetçilik ölçeğinden almış olduğu toplam puanı arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı dikkati çekmektedir. Diğer taraftan mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından “*kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen*” ile yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Kişisel standartlar boyutu ile düşük düzeyde pozitif, *ailede eleştiri boyutu* ile düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki görülürken *ailesel beklentiler* ile olan ilişkisinin de düşük düzeyde negatif anlamlı olduğu görülmüştür.

Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon yapılarak; *mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen değişkenlerinin bir arada yaşam doyumunu düzeyindeki değişimi üzerinde yordayıcı etkisinin olup olmadığının* anlaşılması için analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucuna göre modeldeki değişkenlerin bir aradayken *yaşam doyumunu düzeyini* anlamlı biçimde tahmin ettikleri bulunmuştur. *Düzen* değişkeninin, bu modelde tek başına varyansa %8,5’lik bir katkı sağladığı görülmüştür. Modele *ailesel eleştiri* değişkeni eklendiğinde açıklanan toplam varyans %2,4 artmış olup modele eklenen *kişisel standartlar* değişkeninin yaşam doyumunu tahmin etmedeki katkısının %1,1 olduğu bulunmuştur. Bu model ile katılımcının yaşam doyumunu ölçeğinden alacağı puanın % 12’si açıklanabilmektedir. Mükemmeliyetçiliğin bu üç alt boyutunun, yaşam doyumunu açıklama gücü çok yüksek değildir. Öte yandan Çoklu Doğrusal Adımsal Regresyon Analizinde yordayıcılar arasında mükemmel doğrusal bir ilişki olup olmadığını test edebilmek için de çoklu doğrusal ilişki istatistikleri incelenmiş olup, tolerans ve varyans enflasyon faktörlerine ait değerlerde söz konusu bir doğrusallığın olmadığını

göstermektedir. Aşağıda ki bölümde, bulgulardan elde edilen analizlerin ayrıntılı olarak tartışmasına yer verilmiştir.

Ölçek Puanları Arasındaki Pearson r Korelasyon Analiz Bulguların Tartışması

Araştırmada *yaşam doyumu* ile *mükemmeliyetçiliğin* alt boyutlarından ***kişisel standartlar*** ve ***düzen*** ile arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Düzen belirleyici ve başarıyı getiren önemli bir yaşam tarzıdır. Bu araştırmada seçilen örneklem; özellikle tıp, hukuk ve sağlık bilimleri gibi düzenli ve sistematik çalışmayı gerektiren bölümlerden oluşmaktadır. Dolayısıyla öğrencilerin yaşam stilinde *düzen* önemlidir ve araştırmada da diğerlerinden daha yüksek seviyede yaşam doyumunu etkileyen bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır.

Bireyin kişisel standartlarının yüksek olması, ulaşmak istediği hedeflerinin de yüksek olduğu anlamına gelir. Bu anlamda bu araştırmanın bulgularını göz önüne alarak diyebiliriz ki; elde edeceği başarının da yüksek olacağı düşüncesi kişinin motivasyonunu arttırıp, yaşam doyumunu yükseltmesine az da olsa bir katkı sağlar.

Bu bulgulara benzer olarak yüksek kişisel standartları seçen bireylerin, aynı düzeyde standartları seçmeyen bireylerden daha yüksek düzeyde yaşam doyumu bildirebileceklerini gösteren bir çalışmaya rastlanmaktadır (Gilman & Ashby, 2003:201).

Araştırmada *yaşam doyumu* ile *mükemmeliyetçiliğin* alt boyutlarından ***ailesel eleştiri*** boyutu ile negatif anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Mükemmeliyetçi özelliklere sahip ebeveynler maalesef ki bu karakter özelliğinin etkisinde kalarak çocuklarına karşı aşırı derecede talepkar davranırlar. Bu taleplerin çoğunu karşılayamayan çocukların ailesel eleştiriye maruz kalmaları sonucunda yaşam doyumlarında düşüş olduğu bulgularla da ortaya konmuştur.

Alan yazında yapılmış benzer bir çalışmada da bu bulgular ile benzer bir şekilde; *mükemmeliyetçilik* ile *yaşam doyumu* arasındaki ***sosyal*** ve ***kişisel boyutlar*** arasındaki ilişkiler incelendiğinde, ***sosyal olarak öngörülen mükemmeliyetçilik*** ile *yaşam doyumu* arasında negatif bir ilişkinin bulunduğu tespit edilmiştir (Ashby ve

Rice, akt. Çapan, 2010:1667). Sonuç olarak ailenin en temel sosyal ortam olduğunu düşünürsek bu bulgular ailesel eleştirinin olumsuz etkilerini gösterir.

Mükemmeliyetçilik değişkenin alt boyutlarından ***hata yapma endişesi, ailesel eleştiri*** ve ***kişisel standartlar*** ile *narsistik* kişilik eğilimleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. *Narsistik* kişilik özelliklerine sahip kişilerin temel prensibi kusursuz olmaktır. Bu bağlamda hata yapmaktan aşırı derecede çekinirler. Bu durum aynı zamanda onların kişisel standartlarını yükseltir. Mükemmeliyetçilik ise narsisizmle yakından ilişkili bir kavramdır. Ailesel eleştiri de ebeveynlerin hem mükemmeliyetçi özelliklerinin hem de narsisist özelliklerinin bir uzantısı olarak ortaya çıkmaktadır.

Ülkemizde tıp, hukuk ve sağlık bilimleri gibi fakültelerden mezun olanların sosyoekonomik statüleri diğerlerinden daha yüksektir. Bu bağlamda öğrencilerin bu fakülteleri kazanma ve bu mesleklere sahip olma konusunda ciddi anlamda ***ailesel eleştiri*** tarafından güdüledikleri ve ***kişisel standartlara*** sahip oldukları düşünülmektedir.

Ölçeklerden Alınan Puanların Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

Analizler sonuçlarına göre cinsiyetler arasındaki farka bakıldığında; ***erkek öğrenciler, kız öğrencilerden*** daha yüksek *yaşam doyumu, narsistik kişilik özellikleri* ve *mükemmeliyetçi kişilik örgütlenmesine (düzen hariç)* sahiptir. Bu durum toplumda ki sosyokültürel yaşam biçimine bağlanabilir. Şöyle ki, ülkemizde erkeklerin yaşam alanı sosyal aktiviteler bakımından daha geniştir. Bu anlamda erkeklerin yaşam doyum seviyeleri birçok yönden kısıtlanan kızlara rağmen yüksek çıkması öngörülebilir bir durumdur.

Narsistik kişilik özellikleri 'nin erkeklerde yüksek çıkmasının nedenlerinden bir diğeri ise ülkemizde doğumdan itibaren erkek çocuklara, kızlara nazaran daha yüksek değer verilmektedir. Bu durum ise ataeril aile yapısına sahip bir toplum oluşumuza bağlanabilir.

Haaken, 1983 Ampirik bir çalışmada *narsistik kişilik bozukluğu* ve *cinsiyet* arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada erkeklerin narsisizme daha yatkın oldukları sonucuna ulaşılmıştır (akt. Çoban & İrmiş, 2018:126).

Narsistik kişilik özellikleri ve *cinsiyet* ile ilgili olarak yapılan başka bir çalışmada *kız öğrencilerin narsisizm düzeyi erkek öğrencilerden* daha yüksek olduğu görülmüştür. Bunun temel sebebinin eğitimin etkisi olması mümkündür (İmamoğlu, 2008) (Özel, 2014:320). Her iki çalışmanın örneklemini kıyaslandığı zaman görülen odur ki; bu çalışmada tıp fakültesi, hukuk fakültesi ve sağlık bilimleri fakültesi öğrencilerinde narsisizm oranı erkek öğrencilerde daha fazlayken diğer çalışmada ilahiyat fakültesi öğrencilerinde narsisizm oranı kız öğrencilerde daha fazladır. Bu durumda her iki araştırmada da kız öğrencilerin sayısı fazla olmasına rağmen sonuçların farklı çıkması fakültelerin ve bilim dallarının farklılığına bağlanabilir.

Bu bulgularla uyumlu olarak, Erbaş'ın (2012) çalışmasında *erkek öğretmen adaylarının* daha *mükemmeliyetçi* oldukları; Tuncer ve Voltan Acar'ın (2006) çalışmasında *erkeklerin sosyal olarak dayatılan mükemmeliyetçilik* puanlarının daha yüksek olduğu; Benk'in (2006) çalışmasında *erkek üniversite öğrencilerinin sosyal olarak dayatılan mükemmeliyetçilik ve genel mükemmeliyetçilik* puanlarının daha yüksek olduğu; Mısırlı-Taşdemir'in (2004) çalışmasında ise *erkek öğrencilerin* daha *mükemmeliyetçi* eğilimler gösterdikleri ve ulaşılması daha zor *kişisel standartlar* belirledikleri tespit edilmiştir (akt. Demirci, Çepikkurt, Kale ve Güler, 2018:12). *Mükemmeliyetçilik* ve *cinsiyet* ile ilgili yapılan bir başka çalışmada ise üstteki bulgulara zıt olarak *mükemmeliyetçiliğin cinsiyete* göre farklılaşmadığı ortaya çıkmıştır (Demirci, Çepikkurt, Kale ve Güler, 2018:12).

Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

Analizler sonucunda *bir işte çalışan* katılımcıların mükemmeliyetçi alt boyutlarından *kişisel standartlar* puanının *işte çalışmayanlara* göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çalışan insanlar iş yaşamında sürekli olarak kendilerine bir takım hedefler koyarlar. Bunu yaparken aynı zamanda bir takım standartlar belirler ve bu çerçevede hedeflerine giden yoldaki stratejilerini belirlerler. Dolayısıyla bu durum

kişilerin mükemmeliyetçi yönünü kişisel standart boyutunda sürekli olarak besler. Herhangi bir işte çalışmayanlar işine yönelik bir hedefi olmadığı için standart oluşturma konusunda gayret göstermezler.

Csikszentmihalyi'nin akış kuramında ifade ettiği gibi insanlar başka hiçbir olumsuz düşüncenin zihinlerini meşgul edemediği optimum deneyim zamanlarında büyük bir haz elde ederler. Bu şekilde onlar o süre içinde mutluluğu deneyimlerler. Bunun yanında Csikszentmihalyi insanların hayatlarını incelediğimizde her ne kadar onlar iş zamanlarının yoğunluğu ve yorgunluğundan şikayetçi olup tatil günlerini sabırsızlıkla bekleseler de en çok mutluluk ve hazzı yani optimum deneyime iş vakitlerinde ulaştıklarını ifade eder. Elde edilen bulgular da bununla örtüşmektedir (Csikszentmihalyi, 2017:228-234).

Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Aileden Gelir Desteği Alma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

Analizlerde *ailelerinden gelir desteği alan* öğrencilerin *ailelerinden gelir desteği almayanlardan* anlamlı düzeyde daha yüksek *yaşam doyumu* olduğu bulunmuştur. Ailelerinden gelir desteği alan öğrenciler öncelikle maddi kaygıdan uzak olmaktadır. Lisans ve ön lisans düzeyinde öğrenim gören öğrenciler şayet ailelerinin bulunduğu şehirde değilse eğitim öğretim masrafları ortalama olarak ikiye katlanmakta ve bu süreçte ekonomik olarak ailenin desteği öğrenciyi hayli rahatlatması sebebiyle yaşam doyumunu da arttırmaktadır.

Bu bulgularla benzer olarak Dost'un üniversite öğrencileri üzerine yaptığı bir çalışmada elde edilen veriler yaşam doyumunun algılanan ekonomik durum ile ilişkili olduğunu saptamıştır. Bu bulgular Chow (2005), Moller (1996), Paolini, Yanez ve Kelly (2006) ve Tuzgöl Dost'un (2006) araştırma sonuçlarını da desteklemektedir (Dost, 2007:139-140).

Ailelerinden gelir desteği almayan öğrencilerin, aileden destek alanlara kıyasla *ailesel eleştirilere* daha çok muhatap olduğu saptanmıştır. Çünkü bir taraftan günlük hayatta asgari düzeyde yaşamını idame ettirme çabası öte yandan akademik

eğitime devam etme mecburiyeti gençleri hayli zorlamakta ve yaşam doyumunu azaltmaktadır.

Uygulanan leklerden Alınan Puanların Katılımcıların İkamet Durumuna Göre Bağımsız rneklemeler t Testi ile Karşılaştırılması

Aileden uzak ikamet edenlerin, narsistik kişilik puanlarının, ailesiyle birlikte ikame edenlerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür.

Üniversite yaşamına uyum, kişisel, akademik ve sosyal uyum sağlanmasını içeren çok boyutlu bir olgu olarak ve akademik, psikososyal uyum ile kuramsal bağlılığı içeren çok yönlü bir olgu olarak da düşünülmektedir. Yurt içi ve yurt dışında yapılan çalışmalar, niversite ğrencilerinin problemleri olduğunu göstermektedir. Üniversite yaşantısı ile birlikte sorumluluklarının arttığı, büyük çoğunluğunun kendilerini yalnız hissettikleri, bulundukları grup içinde uyuşmazlıklar yaşadıkları belirtilmektedir (ÇAKAR, 2017:9). Bu durum narsisizmi tetiklemiş olabilir. Çünkü kişi kendisiyle ilgili kararları kendi almaya başlar ve hayatının kontrolünü eline almıştır. Bunun sonucunda sorumluluk duygusu artar ve hem ailesine hem de içinde bulunduğu ortama kendisini ispatlamak ve kendi kendine yeterli olabileceğini göstermek adına narsistik bir davranış rneği sergileyebilir. Aynı şekilde ailesiyle birlikte yaşamayanların FÇBMÖ alt boyutu ailesel eleştiri puanı aileyle yaşayanlardan daha yüksektir.

Farklı bir çalışmada, *ailesel eleştiri* alt boyutunda ise anlamlı düzeyde farklılaşma saptanmıştır. (SATILMIş, 2010:47). Bunun nedeni ise ebeveynsel beklentilerin yanı sıra eleştirilerinin de değerlendirici tutum olarak algılanmasıdır. (Frost ve ark. 1990).

Ölçeklerden Alınan Puanların Katılımcıların Bölümlerine Göre Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

Analiz sonuçlarında *hukuk bölümü* ğrencilerinin *yaşam doyum*u puanlarının hem *tp* hem de *sağlık bilimleri* ğrencilerinininkinden anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla ilişkili olarak ayrıca *hukuk* ğrencilerinin *narsistik* puanı *sağlık bilimleri* ğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu

durum hukukçuların mesleki anlamda kariyerlerine çok yönlü olarak devam edebileceklerini biliyor olmalarına bağlanabilir şöyle ki; yasama, yürütme ve yargı alanında hukukçular son derece etkin olarak görev almaktadır ve ülke yönetiminde diğer mesleklere nazaran daha çok söz sahibidirler.

Düzen hariç diğer alt *mükemmeliyetçilik* ölçekleri puanlarına bakıldığında en yüksek puan *hukuk* öğrencilerinde görülmekteyken bunu sırasıyla *tıp* ve *sağlık bilimleri* öğrencileri takip etmektedir. FÇBMÖ alt ölçeklerinden *düzen* puanında ise bu sıralamada *tıp* ve *sağlık bilimleri* öğrencileri yer değiştirmektedir.

“Hastaya verilen tedavi düzenli olarak uygulanırsa iyileşme görülür” şeklinde bir ibare vardır. Yani sağlıkta temel esaslardan en önemlisi düzendir. Bu nedenle mesleki jargonda bile kendine yukardaki cümleyle yer bulmuştur. Dolayısıyla sağlık çalışanları daha öğrencilik döneminden itibaren ‘düzeni’ prensip haline getirmek zorundadırlar.

Katılımcıların Sınıflarına ve Ebeveynlerin Eğitim Durumlarına Göre Ölçeklerden Aldıkları Puanların Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

ANOVA sonucu öğrencilerin *farklı sınıflarda olması* sadece FÇBMÖ alt ölçeklerinden *kişisel standartlar* puanında anlamlı düzeyde farklılaştığı gözlemlenmiştir. Buna ilişkin Scheffe testi sonucuna göre *kişisel standartlar* puanları küçükten büyüğe doğru sırayla; *ikinci sınıf, birinci sınıf ve üçüncü sınıf* öğrencileri şeklindedir.

Bu farklılığın kaynağı; *üçüncü sınıf* öğrencilerinin mezuniyete yakın olmaları nedeniyle iş ve gelecek kaygılarının artmasından dolayısıyla mükemmeliyetçi bir tavırla hayatlarında başarılı olma çabalarıyla kendilerine yüksek *kişisel standartlar* belirlemeleri olabilir. *Birinci sınıf* öğrencileri ise geldikleri bu yeni ortama uyum sağlama gayesiyle *kişisel standartlar* geliştirebilirler. Fakat *ikinci sınıf* öğrencileri bu iki sınıf arasında ara bir dönem olduğu için daha serbest bir tutum takınmış olabilirler.

Games-Howell testinin sonucuna göre öğrencilerin *kişisel standartlar* puanı, küçükten büyüğe sırayla; *annesi okuma-yazma bilmeyen* öğrenciler, *annesi lise*

mezunu olan öğrenciler ve *annesi yüksek lisans eğitim düzeyine sahip* olan öğrenciler şeklindedir.

Kişinin eğitim seviyesinin artması yaşam düzeyinin de artmasıyla doğru orantılıdır. Çünkü bireyin hayata bakış açısı, yaşam doyumu ve hayattan maddi-manevi beklentileri eğitim ve öğreniminin artmasıyla artacaktır. Dolayısıyla bu hedeflerine ulaşmak için daha yüksek standartlar belirleyecekler ve bunu da çocuklarına yansıtacaklardır. İlkokul mezunu birisi ile üniversite mezunu birisinin hayattan beklentileri, hedefleri birbirinden oldukça farklıdır. Buna karşın başka bir çalışmada *annenin eğitim düzeyi* ile *kişisel standartlar* alt ölçeği arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Satılmış, 2010:49). Araştırmada ebeveynlerin (baba) *narsistik kişilik* özellikleri *eğitim-öğretim düzeyi* ile doğru orantılı olarak artış gösterdiği bulunmuştur. Bu durum literatür kısmında geniş olarak yer verdiğimiz patolojik olmayan narsisizm ile açıklanabilir.

3) Ayrıca bu farklılığa babası ortaokul mezunu olanlar (Ort.= 10.73) ile yine lise mezunu ve üniversite mezunu olan öğrencilerin narsistik kişilik puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık gözlemlenmiştir.

4) FÇBMÖ alt ölçeklerinden ise anlamlı düzeyde farklılık ailesel beklenti ve yaptığından emin olmama alt boyutlarında görülmektedir.

5) Yapılan analiz sonuçları babaların eğitim düzeylerine göre öğrencilerin almış olduğu ailesel beklenti puanı ve yaptığından emin olmama puanı anlamlı farklılık göstermektedir.

Benzer bir çalışmada da ailesel eleştiri alt boyutunda ise anlamlı düzeyde farklılaşma saptanmıştır. Babaları üniversite mezunu olan öğrencilerin ailesel eleştiri puan ortalamaları, babaları ortaokul ve lise mezunu olan öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur (Satılmış, 2010:47).

Başarı Düşüncesi Düzeyine Göre Ölçeklerden Alınan Puanların Karşılaştırılmasına Dair Bulguların Tartışması

FÇBMÖ'nin alt ölçeklerinden sadece *kişisel standartlar* alt ölçeğinden alınan puanların *öğrencilerin başarı düşüncesi* düzeylerine göre anlamlı derecede farklılaştığı bulunmuştur. En düşük *kişisel standartlara orta düzeyde başarı düşüncesi olan* öğrenciler sahipken; en yüksek *kişisel standartlara yüksek düzeyde başarı düşüncesi olan* öğrencilerin sahip olduğu gözlenmiş ve aralarındaki farklılık anlamlı düzeyde saptanmıştır.

Farklı bir ayrıma göre hayatta kendilerine belirli sınırlar çizmiş ve ortalama bir değerler sistemi olup onun dışına çıkamayan sabit bir çizgide yaşayan insanlar olduğu gibi bir de risk alıp uçlarda gezebilen ve dalgalı bir grafiğe sahip insanlar vardır. İlk grup *orta düzeyde başarı düşüncesine* sahiptir ve bunlar *kişisel standartlarda* diğer iki uçta gezen insanlara nazaran daha düşük bir seviyeye sahiptir. Diğer grupta da *yüksek düzeyde başarı düşüncesi* ve *düşük düzeyde başarı düşüncesi* mevcuttur. Çünkü bunlar ya ortalamanın üstüne çıkmışlardır ya da ortalamanın altında kalmışlardır. *Yüksek düzeyde başarı düşüncesi* olanlar kendilerine daha yüksek *kişisel standartlar* belirlerken *düşük düzeyde başarı düşüncesi olanlar* onlara kıyasla daha düşük *kişisel standartlara* sahiptir. Bu durumda ihtimal ki; *düşük düzeyde başarı düşüncesi olanlar* biraz daha düşük *kişisel standartlara* sahip olmalarından dolayı o eşiği aşamayıp kendilerini düşük seviyede görmektedirler, bu da onların *orta düzeyde başarı düşüncesine* sahip olanlardan daha yüksek mükemmeliyetçi seviyesine sahip olduklarını göstermektedir.

Başarı düşünce seviyesiyle doğru orantılı olarak *narsistik kişilik* puanları artmıştır. *Zayıf başarı düşüncesi* olan öğrenciler düşük *narsistik kişilik* puanlarına sahipken *yüksek başarı düşüncesi* olan öğrenciler yüksek *narsistik kişilik* puanlarına sahiptir. *Orta başarı düşüncesi* olan öğrenciler ise bu ikisi arasında bir *narsistik kişilik* puanına sahip.

Başarı insandaki özgüveni arttırdığı için narsisizmi de tetikleyebilir. Bu çalışmada narsisizmin mükemmeliyetçilik ile ilişkisi olduğu görülmüştür. Mükemmeliyetçiliğin gerekçelerinden biri de başarı elde etme tutkusu olduğu için narsisizm ile başarı kavramı birbiriyle ilişkili unsurlardır.

Başka bir çalışmada narsistik tutum sergileyen kişilerin başarılı oldukları gibi bir algı olmasına rağmen, aslında durumun genelde tam tersi olduğu bildirilmiştir (Twenge and Cambell, 2015). İnsanların narsistik kişilerin çok yetenekli ve başarılı olduğunu düşünmelerinin temel sebebi ise bu kişilerin dikkat çekme konusunda çok başarılı olmalarıdır (Yaşar ve Sunay, 2017:1741).

Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Bulguların Tartışması

Mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından “**kişisel standartlar, ailesel eleştiri** ve **düzen**” ile *yaşam doyumu* arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. **Kişisel standartlar** ve **düzen** alt boyutundaki artış ile *yaşam doyumunda* da artış olurken **ailede eleştiri** boyutundaki artış *yaşam doyumunda* azalmaya neden olmaktadır.

Bu bulgu araştırmanın ilk hipotezinin “b” bendini *mükemmeliyetçilik* (bazı alt boyutları: **kişisel standartlar, ailesel eleştiri** ve **düzen**) ve *yaşam doyumu* açısından doğrulamaktadır.

Ayrıca narsistik kişilik özellikleri ile mükemmeliyetçilik toplam puanları ve boyutları arasındaki ilişkilerde Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi ile incelenmiştir. Katılımcıların *narsistik kişilik özellikleri* ile **mükemmeliyetçilik** tavırları arasında pozitif anlamlı bir ilişki vardır.

Kuramsal Açıklamalar kısmında da ifade edildiği gibi *narsistik kişilik özelliği* ile **mükemmeliyetçilik** birbirleri ile etkileşim halinde olan kişilik özellikleridir.

Aynı zamanda *narsistik kişilik özellikleri* arttıkça **olumsuz mükemmeliyetçilik** yönelimleri de artmıştır. *Narsistik kişilik özelliklerindeki* artış ile FÇBMÖ’nin **hata**

yapma endişesi ve *kişisel standartlar* alt boyutları da artış gösterirken, *ailesel beklentiler* alt boyutu azalma göstermiştir.

Besser & Zeigler-Hill (2011), *mükemmeliyetçilik* yönüyle *patolojik narsisizmin*, kendini geliştirme sürecindeki çeşitli uyumsuzluklarla ifade edildiğini bildirirken, Kernberg (1975) de patolojik narsisistlerin mükemmeliyetçi olduğunu belirtmiştir (akt. Çoban & İrmiş, 2018:128).

Yapılan analiz sonucuna göre *narsistik kişilik özellikleri* ve *mükemmeliyetçiliğin* bir arada bulunduğu bireylerin yaşam doyumunun, anlamlı ve yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu bulgu da araştırmanın ilk hipotezini doğrulamaktadır.

Mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarından bazılarıyla *yaşam doyumu* arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Bunların pozitif yönlü olanları kişinin yaşam doyumuna katkı sağlarken negatif yönlü olanları *yaşam doyum* seviyesinde bariz bir azalmaya neden olmamıştır. Burada ise öğrencilerin iyi ve kötü olaylara uyum sağlama(adapte olma) eğilimi ve bu sayede bir süre sonra aynı mutluluk düzeyine geri dönmelerini ifade eden hedonik uyuma bağlı olarak böyle bir sonucun ortaya çıktığı düşünülmektedir.

Son olarak tüm değişkenlerin (NKE, mükemmeliyetçilik, yaşam doyumu) puanları demografik bilgilere göre farklılaştığı bulunmuştur. Bu da ikinci hipotezi doğrulamaktadır ve tartışmanın ilgili bölümlerinde ayrıntılı olarak bunlara değinilmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada temel olarak incelenmek istenen konu çağımızın en popüler sorunlarından birisi olan *mükemmeliyetçilik* ve *narsistik* özellikleri bir arada taşıyan bireylerin yaşam doyum düzeylerinin ne seviyede olduğunu saptamaktır. Bu sonuca ulaşmak için gerek birlikte gerek ayrı ayrı bütün değişkenler ölçümlere tabi tutulmuştur. *Narsisizm* ve *mükemmeliyetçilik* insanı zorlayıcı kişilik özellikleri oldukları için yaşam doyumuna ulaşmada kendilerini ne denli zorladıklarını veya hedeflerine ulaştıklarında diğer insanlara göre ne denli mutlu olup mutlu olup olmadıklarını göstermek amacı güdülmüştür. Analiz sonucunda, *narsistik kişilik özellikleri* ve *mükemmeliyetçiliğin* bir arada bulunduğu bireylerde yaşam *doyumunun*, anlamlı ve yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. *Yaşam doyumunu* ile örneklem mükemmeliyetçilik ölçeğinden almış olduğu toplam puanı arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığı dikkati çekmektedir. Diğer taraftan mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutlarından “*kişisel standartlar, ailede eleştiri ve düzen*” ile yaşam doyumunu anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Kişisel standartlar boyutu ile düşük düzeyde pozitif, *ailede eleştiri boyutu* ile düşük düzeyde negatif anlamlı ilişki görülürken *ailesel beklentiler* ile olan ilişkisinin de düşük düzeyde negatif anlamlı olduğu görülmüştür. *Yaşam doyumunu* ile *narsisizm* arasında anlamlı düzeyde ilişki bulunmamaktadır.

Sağlık hizmetlerinin ve hukuksal hizmetlerin verildiği kurumlarda çalışacak olan kişilerin olumlu mükemmeliyetçilikleri, ilerde verecek oldukları hizmetin kalitesi ile yakından ilişkilidir. Hata kabul etmeyen sektörler olan sağlık ve adalet hizmetinin sunucularının da hata payı sıfır olacak şekilde yetiştirilmeleri önem arz etmektedir. Bu durum peşi sıra mükemmeliyetçiliği getirebilir. Bu bağlamda detaylı öğrenmenin gerekli olduğu bu bilim dallarında, olumsuz mükemmeliyetçilik düşüncesi ve davranışları içerisine girmemek için yüksek kişisel standartlar, hata yapma endişesi, ailesel eleştiri boyutunda yaşam doyumunu ve başarıyı arttırmak için öğrenim sürecinden itibaren danışmanlık verilebilir.

Bireylerin kendini değerlendirme kriteri olarak, sadece üretkenlik ve akademik başarıyı görmemelidir. Eğitim öğretim sürecinde, öğretmen ve ailelere, çocuk ana sınıfına başladığından itibaren, mükemmel ve en iyi olmak yerine, hayatta nasıl mutlu

olunması gerektiğini ve yaşam doyumunun sadece akademik başarıyla ilişkilendirilmemesi gerektiğini de öğretmelidirler.

Yaşam doyumunun incelenme kapsamı; mutluluk, yaşam kalitesi, psikolojik iyi oluş, öznel iyi oluş olarak çeşitlenmektedir. Mükemmeliyetçilikte olduğu gibi bunlar da alt boyut olarak düşünülerek yaşam doyumu ile ilgili daha kapsamlı yeni bir ölçek geliştirilebilir.



KAYNAKÇA

- Ashby, J. S., Rice, K. G. Ve Martin, J. L. (2006). Perfectionism, Shame, And Depressive Symptoms. *Journal Of Counseling*
- Aslan, S. (2008). Kişilik, Huy ve Psikopatoloji. *Rewiews, Cases and Hypotheses in Psychiatry RCHP*, 2(1-2), 7-18.
- Anlı, İ., & Bahadır, G. (2007). Kendilik Psikolojisine Göre Narsistik Ve Sınır Kişilik Bozukluğu. *Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 27, 1-12.
- Antony, M., & Swinson, R. P. (1998), Mükemmeliyetçilik Dost Sandığınız Düşman, Çev., Açıkgoz, A., Kuraldışı Yayınları, İstanbul.
- Bayram, S. B. (2016). *Ergenlerin Mükemmeliyetçilik Özellikleri Ve Akademik Alanda Arzuların Ertelenmesi İle Akademik Stres Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bencik, S., & Metin, N. (2006). Mükemmeliyetçilik Ve Üstün Yetenekliler. *Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi Dergisi*, 1(2), 92-105.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L. And Antony, M. M. (2004). Is Perfectionism Good, Bad Or Both? Examining Models Of The Perfectionism *Construct. Personality And Individual Differences*, 36 (6), 1373-1385.
- Bolat, Y., Ülker, M., & Demir, C. G. (2016). Kavramsal Açıdan Narsisizm Ve Eğitimde Narsistik Kişilik. *Journal Of International Social Research*, 9(46).
- Burns, D. D. (1980). The Perfectionist's Script For Self-Defeat. *Psychology Today*, 14(6), 34-52.
- Büyükbayraktar, Ç. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik Ve Öfke İlişkisi (Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
- Büyükdüvenci, S. (1993). Aristoteles'te Mutluluk Kavramı.

- Callard-Szulgit, R. S. (2012). *Perfectionism And Gifted Children*. R&L Education.
- Chan, D. W. (2009). Productive and oppressive perfectionism perfectionism and goal orientations among chinese gifted students in Hong Kong. *Roeper Review*, 31, 9-17.
- Çırcır, B. (2006). *Öğretmen Adaylarının Denetim Odakları Ve Mükemmeliyetçilik Tutumlarının Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi* (Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Csikszentmihalyi, M. (2017). Akış, Çev. Dr. Esra Eret Orhan, Buzdağı Yayınevi, Ankara.
- Çakar, F. S. (2017). Yaşlılık Dönemi Ve Uyum Problemleri. *Pegem Atıf İndeksi*, 438-475.
- Çapan, B. E. (2010). Relationship Among Perfectionism, Academic Procrastination And Life Satisfaction Of University Students. *Procedia-Social And Behavioral Sciences*, 5, 1665-1671.
- Çoban, H. & İrmış, A. (2018). Yöneticilerde Narsisizm Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Yönetim İktisat Ve İşletme Dergisi*, 14(1), 123-146.
- Demirci, E., Çepikkurt, F., Kale, E. K., & Güler, E. Öğretmen Adaylarının Mükemmeliyetçilik Ve Öfke Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 106-121.
- Demirel, S., & Canat, S. (2004). Ankara'daki Beş Eğitim Kurumunda Kendini Yaralama Davranışı Üzerine Bir Çalışma. *Kriz Dergisi*, 12(3), 1-9.
- Diener, E. (1984). Subjective Well-Being, *Psychological Bulletin*, 95, 542-575
- Diener, E., Kesebir, P. & Lucas, R. (2008). Benefits Of Accounts Of Well- Being For Societies And For Psychological Science. *Applied Psychology*, 57 (1), 37-53.

- Diener, E., Lucas, R. E. Ve Scollon, C. N. (2006). Beyond The Hedonic Treadmill: Revisions To The Adaptation Theory Of Well-Being. *American Psychologist*, 61, 305-314.
- Diener, E. & Suh, E. (1997). Measuring Quality Of Life: Economic, Social, And Subjective Indicators. *Social Indicators Research*, 40(1-2), 189-216.
- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (1997). Recent Findings On Subjective Well-Being. *Indian Journal Of Clinical Psychology*, 24, 25-41.
- Dost, M. T. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumunun Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(22), 132-143.
- Ekşi, F. (2012). Narsistik kişilik özelliklerinin internet bağımlılığı ve siber zorbalığı yordama düzeyinin yol analizi ile incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3), 1683-1706.
- Eid, M. & Diener, E. (2004). Global Judgments Of Subjective Well-Being: Situational Variability And Long-Term Stability. *Social Indicators Research*, 65(3), 245-277.
- Enns, M. W., Cox, B. J. And Clara, I. (2002). Adaptive And Maladaptive Perfectionism: Developmental Origins And Association With Depression Proneness. *Personality And Individual Differences*, 33, 921-935.
- Flett, G. And Hewitt P. L. (2002). Perfectionism And Maladjustment: An Overview Of Theoretical, Definitional And Treatment Issues, Perfectionism: Theory, Research, And Treatment, In G. Flett And P. L. Hewitt (Eds.). *Washington DC: American Psychological Association*.
- Franco- Paredes, K., Mancilla- Díaz, J. M., Vázquez- Arévalo, R., López- Aguilar, X., & Álvarez- Rayón, G. (2005). Perfectionism And Eating Disorders: A Review Of The Literature. *European Eating Disorders Review*, 13(1), 61-70.

- Freud, S. (1914). Narsisizm Üzerine Ve Scherber Vakası. (M. Atakay, Çev.). (1.Baskı). Metis Yayınları, İstanbul, 2006.
- Freud, S. (1961). Libidinal Types Standard Edition 21 215-220 London.
- Frish, M. B. (2006). Quality of life therapy: Applying a life satisfaction approach to positive psychology and cognitive therapy. New Jersey: John Wiley & Sons.
- Fromm, E., (1999). Özgürlükten Kaçış. (Çev. S. Budak,) Ankara: Öteki Yayınları.
- Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C. Ve Rosenblate, R. (1990). The Dimensions Of Perfectionism. *Cognitive Therapy And Research*, 14, 449-468.
- Gilman, R., & Ashby, J. S. (2003). A First Study Of Perfectionism And Multidimensional Life Satisfaction Among Adolescents. *The Journal Of Early Adolescence*, 23(2), 218-235.
- Gıven-Wilson, Z., McIlwain, D., & Warburton, W. (2011). Meta-Cognitive And Interpersonal Difficulties İn Overt And Covert Narcissism. *Personality And Individual Differences*, 50(7), 1000-1005.
- Güleç, C. :(2006), Psikiyatrinin A – B – C’si Ruhsal Bozukluklar, Tanısı Ve Tedavisi, Say Yayınları, İstanbul.
- Güler, M., & Dönmez, A. İyi Olma Hali Bağlamında Uyum Düzeyi Kuramı Ve Hedonik Döngü. *Ankara Üniversitesi Türk Psikoloji Yazıları*, 14(27), 38-45.
- Hamarta, E. (2009). A Prediction Of Self-Esteem And Life Satisfaction By Social Problem Solving. *Social Behavior And Personality: An İnternational Journal*, 37(1), 73-82.
- Hewitt, P. L. Ve Flett, G. L. (1991). Perfectionism İn The Self And Social Contexts: Conceptualization, Assessment, And Association With Psychopathology. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 60, 465-470.

- Hill, P. L., & Roberts, B. W. (2012). Narcissism, Well-Being, And Observer-Rated Personality Across The Lifespan. *Social Psychological And Personality Science*, 3(2), 216-223.
- Jung, C. G. (2006). *Analitik Psikoloji*. Çeviren: Ender Gürol, Payel Yayınevi, İstanbul.
- Imbesi, L. (1999). The making of a narcissist. *Clinical Social Work Journal*, 27(1), 55–67.
- İnanç, B. Y., Yerlikaya, E. E. (2015), *Kişilik Kuramları*, Pegem Akademi Yayınları, Ankara.
- Kağan, M. (2011). Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12(3), 192-197.
- Kahraman, S. (2013). *Üstün Yetenekli 6, 7 Ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanlarına Göre Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kararımak, Ö., & Siviş, R. (2008). Modernizmden postmodernizme geçiş ve pozitif psikoloji. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 102-115.
- Karataş, S., & Taş, A. (2016). *İlk Ve Ortaokullardaki Öğretmenlerin Narsistik Kişilik Eğilimleri İle Örgütsel Özdeşleşme Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*.
- Kardaş, F., & Yalçın, İ. (2018). Şükran: Ruh Sağlığı Alanında Güncel Bir Kavram. *Current Approaches İn Psychiatry/Psikiyatride Guncel Yaklasimler*, 10(1).
- Karina Franco-Parades, Manuel Mancilla-Diaz Rosalina Vazquez-Arevalo, Xochitl Lopez- Aguilar and Georgina Alvarez- Rayon. "Perfectionism and Eating Disorders: A Review of the Literature", 2005.

- Kartopu, S. (2013). Narsisizmin Dindarlık Eğilimleriyle İlişkisi: Gümüşhane Üniversitesi Örneği. *International Journal Of Social Science*, 6 (6), 625, 645.
- Kernberg, O. F. (2012). The İnseparable Nature Of Love And Aggression: Clinical And Theoretical Perspectives. American Psychiatric Pub.
- Kernberg, O. F., & Atakay, M. (2012). Sınır Durumlar Ve Patolojik Narsisizm. Metis.
- Kohut, H. (2015). Kendiliğin Çözümlemesi. (Çev. Cem Atbaşoğlu, Banu Büyükkal, Cüneyt İşcan). İstanbul: Metis Yayınları
- Kohut H (1993) The Restoration Of The Self. 9th Edition. International Universities Press Inc., Connecticut.
- Korkmaz, M., Germir, H., Yücel, A., & Gürkan, A. (2015). Yaşam Memnuniyeti Üzerinde Etkili Olan Sosyodemografik Bileşenler Üzerine Bir Analiz.
- Lasch, C. (1991). The Culture Of Narcissism: American Life İn An Age Of Diminishing Expectations. WW Norton & Company.
- Larsen, R. J. (1992). Neuroticism And Selective Encoding And Recall Of Symptoms: Evidence From A Combined Concurrent-Retrospective Study. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 62, 489-98.
- Masterson, James, F. (2006). Narsistik Ve Borderline Kişilik Bozuklukları (Çev. B. Açıl). İstanbul: Litera Yayıncılık
- McWilliams, N. (1994). *Psikanalitik Tanı Klinik Süreç İçinde Kişilik Yapısını Anlamak*, (Çeviren: Erkan Kalem), Bilgi Yayınları, İstanbul.
- McWilliams, N., Si Lependorf, S. (1990). Narcissistic Pathology Of Everyday Life: The Denial Of Remorse And Gratitude. *Journal Of Contemporary Psychoanalysis*, 26, 430-451.
- Mobley, M., Slaney, R. B. Ve Rice, K. G. (2005). Cultural Validity Of The Almost Perfect Scale-Revised For African American College Students. *Journal Of Counseling Psychology*, 4(52), 629–639.

- Myers, D.G., Diener, E., (1995). Who Is Happy? *Psychological Science*, 6: 10-19
- Ozan, E., Kırkpınar, İ., Aydın, N., Fidan, T. ve Oral, M. (2008). Narsistik Kişilik Bozukluğu Gelişim Süreçleri ve Yaşamı. *RCHP* 2:1-2.
- Özçetin, A., Maraş, A., Ataoğlu, A., & İçmeli, C. (2008). Deprem sonucu gelişen travma sonrası stres bozukluğu ile kişilik bozuklukları arasında ilişki. *Düzce Tıp Fakültesi Dergisi*, 2, 8-18.
- Özel, İ. (2014). Dindarlarda Narsizm: Yüksek Din Eğitimi Alan Öğrenciler Üzerine Bir Araştırma. *Journal Of International Social Research*, 7(32).
- Özmen, E. (2006). Kendini Tanıma Rehberi. İstanbul: Sistem Yayıncılık, Kıssadan Hisseler Dizisi.
- Parker, W. D. (2000). Healthy perfectionism in the gifted. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11,173–183.
- Pavot, W. & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale And The Emerging Construct Of Life Satisfaction. *The Journal Of Positive Psychology*, 3(2), 137-152.
- Raskin, R., Novacek, J. & Hogan, R. (1991). Narcissism, self-esteem, and defensive selfenhancement. *Journal of Personality*, 59(1), 19-38.
- Rice, K. G. And Pressuer, K. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement And Evaluation İn Counseling And Development*, 34 (4), 210-222.
- Rose, P. (2002). The Happy And Unhappy Faces Of Narcissism. *Personality And Individual Differences*, 33(3), 379-391.
- Rozenblatt, S. (2002). In Defence Of Self: The Relationship Of Self-Esteem And Narcissim To Aggressive Behavior Long Island University. Psychology, (Unpublished Doctoral Dissertation), USA.

- Sandler, J., & Rosenblatt, B. (1962). The Concept Of The Representational World. *The Psychoanalytic Study Of The Child*, 17(1), 128-145.
- Santanello, A. W. And Gardner, F. L. (2006). The Role Of Experiential Avoidance İn The Relationship Between Maladaptive Perfectionism And Worry. *Cognitive Therapy And Research*, 30 (3), 319-332.
- Sapmaz, F. (2006). *Üniversite Öğrencilerinin Uyumlu Ve Uyumsuz Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Psikolojik Belirti Düzeyleri Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Satılmış, M. (2010). *Öğrencilerin Mükemmeliyetçilik Tutumları İle Anne Baba Tutumlarının Karşılaştırmalı İncelenmesi* (Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü).
- Shalar, G., Blatt, S. J. and Zuroff, D. C. (2007). Satisfaction with Social Relations Buffers The Adverse Effect of (Mid-Level). *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26 (5), 540-555.
- Shcherbakova, J. (2001), Moderating Effects Of Self-Efficacy On The Relationship Between Perfectionism And Depression Among College Student, Unpublished Doctorate Thesis, Mississippi State University, Mississippi State, Mississippi.
- Sherry, S. B., Gralnick, T. M., Hewitt, P. L., Sherry, D. L., & Flett, G. L. (2014). Perfectionism And Narcissism: Testing Unique Relationships And Gender Differences. *Personality And Individual Differences*, 61, 52-56.
- Slaney, R. B., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (2002). A Programmatic Approach To Measuring Perfectionism: The Almost Perfect Scales.
- Slaney, R. B., Rice, G. K., Mobley, M., Trippi, J. Ve Ashby, J. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement And Evaluation İn Counseling And Development*, 34, 130-144

- Sousa, L., Lyubomirsky, S., (2001). Life Satisfaction, In J. Worell (Ed.), Encyclopedia Of Women And Gender: Sex Similarities And Differences And The Impact Of Society On Gender, San Diego: CA Academic Press, 2: 667-676, From (Retrieved April 4, 2015)
- Stoeber, J. & Stoeber, F.S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences*, 46 (2009) 530–535.
- Şirin, A. B. (2011). *Mükemmeliyetçilikle İlgili Psikoeğitim Programının İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Ve Akademik Başarılarına Etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). Ankara Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tel, F. D. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Yaşam Doyumu Ve Öz Duyarlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.
- Terbaş, Ö. (2016), *Rüyalardan Gerçekliğe Psikanaliz Ve Sanat*, İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi
- Timuroğlu, K., & İşcan, Ö. F. (2008). İşyerinde Narsisizm Ve İş Tatmini İlişkisi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Dergisi*, 22(2).
- Tolpin, M., & Kohut, H. (1980). The disorders of the self: The psychopathology of the first years of life. *The course of life: Psychoanalytic contributions toward understanding personality development*, 1, 425-442.
- Topal, N. (2015), *Akademisyenlerde Erteleme İle Kişilik Özellikleri Ve Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkiler*. (Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi/Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
- Topbaşoğlu, T. (2016). *Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Öfke Ve Affetme: Affetmenin Düzenleyici Rolü* (Master's Thesis, Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü).

Tuncer, B., & Voltan-Acar, Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 1-15. 2006

Üzümcü, E. (2016). Büyüklenmeci Ve Kırılgan Narsistik Kişilik Özellikleri İle İlişkili Faktörlerin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi (Master's Thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).

Vara, Ş. (1999). Yoğun Bakım Hemşirelerinde İş Doyumu Ve Genel Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.

Veenhoven, R. (1996). Developments In Satisfaction-Research. *Social Indicators Research*, 37(1), 1-46.

Yaşar, O. M., & Sunay, H. (2017). Narcissism In Sport Organizations Spor Örgütlerinde Narsisizm. *Journal Of Human Sciences*, 14(2), 1736-1744.

İNTERNET

<https://www.etymonline.com/word/narcissism> (23.04.2018)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2860525/> (23.04.2018)

<http://npatraits.homestead.com/nptype.html> (23.04.2018)

<http://www.aktuelpsikoloji.com/psikolojik-olarak-yasam-doyumunun-olculmesi-8312h.html> (23.04.2018)

([Psychiatry Edgmont 2007 Oct; 4\(10\): 40–47. Published online 2007 Oct.](#))

EKLER

Ek-1: Kişisel Bilgi Formu

Değerli katılımcı:

Anketteki bilgiler sadece araştırma için kullanılacaktır. Araştırmacıdan başka kimseyle paylaşılmayacaktır. Anket toplam 4 sayfadır, eksiksiz, içtenlikle puanlamanızı rica ediyorum. Katkılarınız için teşekkür ederim!

BEYKENT ÜNİVERSİTESİ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI/KLİNİK

PSİKOLOJİ

1-Bölümünüz: _____

2-Yaşınız: _____

3-Geçen yıllardaki akademik not ortalamanız: _____

4- Cinsiyetiniz: Kız ☐ Erkek ☐

5- Sınıfınız: Hazırlık ☐ 1 ☐ 2 ☐ 3 ☐ 4 ☐

6- İkamet ettiğiniz yer: Yurtta ☐ Evde ailemle ☐ Evde arkadaşlarımla ☐ Diğer _____

7-Gelir kaynağınız: Ailem ☐ Burs ☐ Kredi ☐
Kendi gelirim(çalışıyorum) ☐

8-Annenizin eğitimi : Okuma yazma bilmiyor ☐ ilköğretim ☐ Ortaokul ☐
Lise ☐ Üniversite ☐ Yüksek lisans ve üstü ☐

9-Babanızın eğitimi : Okuma yazma bilmiyor ☐ ilköğretim ☐ Ortaokul ☐
Lise ☐ Üniversite ☐ Yüksek lisans ve üstü ☐

10- Kendinizi sizin döneminizdeki diğer öğrencilerle karşılaştırdığınızda okulda ne derece başarılı olduğunuzu düşünüyorsunuz?

- | | |
|---|---|
| ☐ Mükemmel, en iyilerden biriyim | ☐ Ortalamanın üstündeyim |
| ☐ Orta düzeydeyim | ☐ Ortalamanın altındayım |
| ☐ Zayıf, en kötülerden biriyim | |

Ek-2: Narsistik Kişilik Envanteri

Cinsiyetiniz: _____ Yaşınız: _____

Yönerge: Aşağıdaki her bir tutum çifti içinden, size **en uygun** olanını seçiniz. Yanıtınızı her bir maddenin yanındaki boş bırakılmış yere, **A ya da B** yazarak işaretleyiniz. Her bir tutum çifti için yalnızca **bir vanıtı** işaretleyiniz ve lütfen hiçbir maddeyi atlamayınız.

1	A B	İnsanları etkileme konusunda doğal bir yeteneğe sahibim. İnsanları kolay etkileyemem.
2	A B	Alçakgönüllülük bana yakışmaz. Temelde alçakgönüllü bir insanım.
3	A B	Cesaretimi kanıtlamak uğruna hemen her şeyi yapabilirim. Oldukça temkinli bir insanım.
4	A B	İnsanlar bana iltifat ettiklerinde bazen utanırım. İyi biri olduğumu biliyorum, çünkü herkes böyle söylüyor.
5	A B	Dünyayı yönetme düşüncesi ödümü koparır. Ben yönetseydim dünya daha iyi bir yer olurdu.
6	A B	Genellikle konuşarak her beladan kurtulabilirim. Davranışlarımın sonuçlarını kabul etmeye çalışırım.
7	A B	Kalabalık içinde herhangi biri olmayı tercih ederim. İlgi merkezi olmayı severim.
8	A B	Çok başarılı olacağım. Başarı benim için en önde gelen şey değildir.
9	A B	Pek çok insandan ne daha iyi ne de daha kötüyüm. Özel biri olduğumu düşünüyorum.
10	A B	İyi bir lider olabileceğimden emin değilim. İyi bir lider olduğumu düşünüyorum.
11	A B	Düşünce ve isteklerimi kolaylıkla ifade edebilirim. Keşke düşünce ve isteklerimi daha kolay ifade edebilseydim.
12	A B	Vücudumla hava atmak çok hoşlandığım bir şey değildir. Vücudumla hava atmaktan hoşlanırım.

13	A B	İnsanların içini bir kitap gibi okurum. Bazen insanları anlamak güçtür.
14	A B	Sıradan bir mutluluk bana yeter. Başkalarının gözünde önemli bir yerim olsun isterim.
15	A B	Vücudum öyle ahım şahım değildir. Vücuduma bakmaktan hoşlanırım.
16	A B	Gösteriş yapmaktan kaçınırım. Genellikle fırsat bulduğumda gösteriş yaparım.
17	A B	Her zaman ne yaptığımın bilincindeyimdir. Bazen ne yaptığımdan emin olamıyorum.
18	A B	İşlerin yapılmasında bazen başkalarına ihtiyaç duyarım. İşlerin yapılmasında başkalarına nadiren ihtiyaç duyarım.
19	A B	Bazen anlattıklarım ilgi çeker. Herkes benim anlattıklarımı dinlemekten hoşlanır.
20	A B	İnsanlardan çok şey beklerim. Başkaları için bir şeyler yapmaktan hoşlanırım.
21	A B	Hak ettiğim her şeyi elde edene kadar tatmin olmam. Hayatın sunduğu tatminler bana yeter.
22	A B	İltifatlar beni utandırır. Bana iltifat edilmesinden hoşlanırım.
23	A B	Güç sahibi olmak benim için çok önemlidir. Güç sahibi olmak, kendi başına bir amaç olarak, beni o kadar çok ilgilendirmez.
24	A B	Aynada kendimi seyretmekten hoşlanırım. Aynada kendimi seyretmek, özellikle ilgimi çeken bir şey değildir.
25	A B	İlgi merkezi olmak çok hoşuma gider. İlgi merkezi olmak beni rahatsız eder.
26	A B	Hayatımı istediğim biçimde yaşayabilirim. İnsanlar hayatlarını her zaman istedikleri doğrultuda yaşayamazlar.
27	A B	Otorite olmak benim için pek anlam taşımaz. Öyle görünüyor ki insanlar her zaman benim otoritemi kabul ederler.
28	A B	Lider olmayı tercih ederdim. Lider olup olmamak arasında benim açımdan pek bir fark yoktur.
29	A B	Büyük bir insan olacağım Başarılı olacağımı umut ediyorum.
30	A B	Ben doğuştan liderim. Liderlik geliştirilmesi uzun zaman alan bir niteliktir.

31	A B	Günün birinde birinin hayat öykümü yazmasını dilerdim. İnsanların hangi sebeple olursa olsun hayatıma burunlarını sokmalarından hoşlanmam.
32	A B	İnsanların arasına girdiğim zaman beni fark etmediklerinde bozulurum. İnsanların arasına girdiğimde kalabalık içinde herhangi biri olmak beni rahatsız etmez.
33	A B	Diğer insanlardan daha becerikliyim. Diğer insanlardan öğrenebileceğim çok şey var.
34	A B	Herkes gibi biriyim. Olağanüstü biriyim.



Ek-3: Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

1. Anne-babam benim için çok yüksek ölçütler belirler.	(1) (2) (3) (4) (5)
2. Düzen benim için çok önemlidir.	(1) (2) (3) (4) (5)
3. Çocukken mükemmel yapmadığım şeyler için cezalandırılmışımdır.	(1) (2) (3) (4) (5)
4. Kendim için en yüksek ölçütleri belirlemezsem ikinci sınıf bir insan haline gelebilirim.	(1) (2) (3) (4) (5)
5. Anne-babam benim hatalarımı hiçbir zaman anlamaya çalışmamıştır.	(1) (2) (3) (4) (5)
6. Yapığım her şeyde tam anlamıyla yeterli olmak benim için önemlidir.	(1) (2) (3) (4) (5)
7. Ben tertipli bir insanım.	(1) (2) (3) (4) (5)
8. Düzenli bir insan olmaya çalışırım.	(1) (2) (3) (4) (5)
9. Okulda/işte başarısız olmam halinde insan olarak tümüyle başarısızımdır.	(1) (2) (3) (4) (5)
10. Bir hata yaptığımda hayal kırıklığına uğrarım.	(1) (2) (3) (4) (5)
11. Anne-babam benden her şeyin en iyisini yapmamı ister.	(1) (2) (3) (4) (5)
12. Pek çok insandan daha yüksek hedefler belirlerim.	(1) (2) (3) (4) (5)
13. İşte/okulda birileri bir işi benden daha iyi yapacak olursa o zaman kendimi bütün işte başarısız olmuş gibi hissederim.	(1) (2) (3) (4) (5)
14. Kısmen başarısız olursam, bu durum tümüyle başarısız olmak kadar kötüdür.	(1) (2) (3) (4) (5)
15. Ailemde yalnızca olağanüstü performans yeterince iyi olarak kabul görür.	(1) (2) (3) (4) (5)
16. Çabalarımı bir hedefe ulaşmak için yoğunlaştırmakta çok iyiyimdir.	(1) (2) (3) (4) (5)
17. Bir şeyleri çok dikkatli yaptığım zamanlarda bile çoğu kez tam olarak doğru olmamış gibi hissederim.	(1) (2) (3) (4) (5)
18. Bir şeylerde en iyi olamamaktan nefret ederim.	(1) (2) (3) (4) (5)
19. Aşırı derecede yüksek hedeflerim vardır.	(1) (2) (3) (4) (5)
20. Anne-babam benden mükemmeli beklerler.	(1) (2) (3) (4) (5)
21. Eğer bir hata yapacak olursam insanlar muhtemelen benim hakkımda daha olumsuz düşünürler.	(1) (2) (3) (4) (5)
22. Anne-babamın beklentilerini hiçbir zaman karşılayabilmişim gibi hissetmem.	(1) (2) (3) (4) (5)

23. Bir şeyleri diğer insanlar kadar iyi yapamazsam bu benim daha değersiz bir insan olduğum anlamına gelir.	(1) (2) (3) (4) (5)
24. Diğer insanlar kendileri için bana göre çok daha düşük standartlar belirliyormuş gibi gelir.	(1) (2) (3) (4) (5)
25. Ben her zaman en iyisini yapmazsam insanlar bana saygı duymaz.	(1) (2) (3) (4) (5)
26. Anne-babamın benim geleceğime ilişkin beklentileri her zaman için benimkilerden çok daha yüksek olmuştur.	(1) (2) (3) (4) (5)
27. Düzenli (tertipli) bir insan olmaya çalışırım.	(1) (2) (3) (4) (5)
28. Yaptığım basit günlük şeyler için genellikle şüphelerim vardır.	(1) (2) (3) (4) (5)
29. Tertipli olmak benim için çok önemlidir.	(1) (2) (3) (4) (5)
30. Günlük işlerimde pek çok insana göre çok daha yüksek performans beklerim.	(1) (2) (3) (4) (5)
31. Düzenli bir insanım.	(1) (2) (3) (4) (5)
32. Bir şeyleri tekrar tekrar yaptığım için işlerimde geri kalmaya eğilimliyim.	(1) (2) (3) (4) (5)
33. Bir şeyleri ‘doğru’ yapmak benim için uzun zaman alır.	(1) (2) (3) (4) (5)
34. Ne kadar az hata yaparsam insanlar beni o kadar fazla sever.	(1) (2) (3) (4) (5)
35. Ailemin ölçütlerini hiçbir zaman karşılayabilecekmişim gibi hissetmem.	(1) (2) (3) (4) (5)

Ek-4: Yaşam Doyumu Ölçeği

	Maddeler	Hiç katılmıyorum (1)	Çok az katılıyorum (2)	Orta düzeyde katılıyorum (3)	Büyük oranda katılıyorum (4)	Tamamen katılıyorum (5)
1	İdeallerime yakın bir yaşantım vardır.					
2	Yaşam koşullarım mükemmeldir.					
3	Yaşamımdan memnunum.					
4	Şimdiye kadar yaşamdan istediğim önemli şeylere sahip oldum.					
5	Tekrar dünyaya gelsem hayatımdaki hemen hemen hiçbir şeyi değiştirmezdim					

Ek-5: Etik Kurul İzni



BEYKENT ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ

01.12.2017

Enstitümüz Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji (tezli) programı öğrencisi **Selda KIRATLI**'nın "**Narsistik Kişilik Özellikleri ve Mükemmeliyetçiliğin Yaşam Doyumunu ile İlişkisinin İncelenmesi**" konulu tezine anket çalışması yapması Etik Kurulumuzca uygun görülmüştür.

ETİK KURUL ÜYELERİ

Prof. Dr. Ebru URAL
BAŞKAN

Prof. Dr. Akile Reşide GÜRSOY
ÜYE

Prof. Dr. Selahattin SARI
ÜYE

Prof. Dr. Turgut ÖZKAN
ÜYE

Prof. Dr. Erçan AKYİĞİT
ÜYE

Prof. Dr. Ali Vahit TURHAN
ÜYE

Prof. Dr. Levent ÜRER
ÜYE

Prof. Dr. Nihan RUÇÜKSAVAŞ
ÜYE

Prof. Dr. Erdoğan TAŞKIN
ÜYE

Beykent Üniversitesi İletişim Hattı: 444 1997 - 0850 340 34 34 - www.beykent.edu.tr

Ayazağa-Maslak Yerleşkesi: Ayazağa Mahallesi Hadım Kuru Yolu Cad. No: 19, Sarıyer 34396 İstanbul / Faks: (0212) 289 64 90

Beylikdüzü Yerleşkesi: Cumhuriyet Mah. Gülpınar Yolu Cad. No: 3/A, Beykent Siteleri, Büyükdere 34500 İstanbul / Faks: (0212) 867 55 68

Taksim Yerleşkesi: Siraselviler Cad. No: 65, Taksim, Beyoğlu 34437 İstanbul / Faks: (0212) 243 02 78 - info@beykent.edu.tr

ÖZGEÇMİŞ

02/04/1979 KAYSERİ/İncesu ilçesinde doğdum ilk ve orta öğrenimimi burada tamamladıktan sonra kurumlar sınavı ile Kayseri Atatürk Sağlık Meslek Lisesini yatılı olarak kazandım.1998 yılında Sağlık Bakanlığı Taşra Teşkilatı Atama Sınavı (KPSS) sınavında il birincisi oldum ve Kayseri'ye atandım.3 yıl görev yaptıktan sonra Sağlık Bakanlığına bağlı Kırıkkale Sağlık Eğitim Enstitüsünü kazandım ve burada 3 yıl öğrenim gördükten sonra okul 2.si olarak 2005 yılında Tıbbi Teknolog ünvanı ile mezun oldum. Aynı yıl öğretmen olarak Samsun Atatürk Sağlık Meslek Lisesine atandım.2008 yılında Anadolu Üniversitesi işletme Fakültesinden Lisans diploması aldım. Ardından 2010 yılında İnönü üniversitesi Malatya sağlık yüksek okulunda 1yıllık Sağlık Eğitimi Lisans tamamlama yaptım.2009/ 2014 Yılları arasında Hatay Kırıkhan ilçesi Anadolu Sağlık Meslek Lisesinde görev yaparken aynı zamanda Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek okulunda İlk ve Acil yardım programında öğretim elemanı olarak Acil Sağlık Hizmetleri 1 Ve Acil Sağlık Hizmetleri 2 derslerini verdim.Yine bu süreç içerisinde MKÜ' de Çoklu Uygulamalarda Ağrısız Enjeksiyon Projesinde yürütücü olarak görev aldım ve Ege Üniversitesi ARGEFAR'da 2016 yılında projemi sonuçlandırdım.2016 yılında Arel Üniversitesi, Psikoloji Yüksek Lisans Programını kazandım ve orada bilimsel hazırlık okuduktan sonra 2018 yılında Beykent Üniversitesi Klinik Psikoloji'de Yüksek Lisansımı bitirdim.2017 Yılında model ve teknikler ve Borderline ve Narsistik Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi eğitimi aldım.

ESERLER:

ACİL HASTALIKLARIN TANI VE TEDAVİSİ Kasım 20017

İlgi alanlarım:

Mevlana hakkında serbest ve araştırma ve Tasavvuf eserleri okuma,
Davranışçı Psikoterapi, Şema Terapi, Hümanisttik Psikoterapi