



T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM YÖNETİMİ

OKUL YÖNETİCİLERİNİN ÖRGÜTSEL AFFEDİCİLİK
ALGILARININ AÇIKLANMASINDA ÇOK BOYUTLU
MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN ROLÜ

(Yüksek Lisans Tezi)

Meryem DEMİR

Danışman
Doç. Dr. Serkan Volkan SARI

RİZE
2025

KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalında, Doç. Dr. Serkan Volkan SARI danışmanlığında, Meryem Demir tarafından hazırlanan *Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Açıklanmasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Rolü* adlı bu tez çalışması, 02/01/2025 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

Ünvanı, Adı SOYADI

İmza

Başkan

:

Doç. Dr. Gökhan KAHVECI

Üye

:

Doç. Dr. Serkan Volkan SARI

Üye

:

Doç. Dr. Fatih CAMADAN

ETİK BEYAN

Eğitim Yönetimi Tezli Yüksek Lisans Programından mezun olmak üzere teslim ettiğim “Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Açıklanmasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Rolü” konulu tezimi, bilim ve araştırma etiği prensiplerine riayet edilerek tarafımdan yazılmıştır.

Tez çalışmamda, başka kaynaklardan aktarılan bütün bilgi ve alıntılar, Enstitünüz Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak açıkça gösterilmiştir. Kaynağı gösterilenler dışında kalan bütün bilgiler uygun araştırma yöntemi kullanılarak tarafımdan edinilmiş ve esere bu şekilde yansıtılmıştır. Şahsıma ait olmayan hiçbir bilgi, kasıt veya kusurlar, şahsıma aitmiş gibi gösterilmemiştir. İnternet kaynakları dâhil, sahibine/kaynağına atıf yapılmaksızın hiçbir bilgi kullanılmamıştır. Aksinin ortaya çıkması halinde doğacak bütün hukuki, idari, akademik ve etik sorumluluk tarafıma ait olacaktır. Eserin tesliminden sonra herhangi bir zamanda, bilim etiğine aykırılık tespit edilmesi ve / veya eserimle ilgili intihal veya intihal şeklinde anlaşılabilecek bir durumun ortaya çıkması halinde; Üniversiteniz ve eğitim kadronuzun hiçbir şekilde sorumlu tutulmayacağını hür irademle kabul, beyan ve taahhüt ederim.

02/01/2025

Meryem DEMİR

ÖN SÖZ

Bu araştırma, Rize ve Trabzon ilinde görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algılarının açıklanmasında çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin rolünü incelemek amacıyla yürütülmüştür.

Araştırmaya, bilgisiyle ve tecrübesiyle büyük katkıda bulunan, verdiği fikirlerle yol gösteren, değerli hocam Sayın Doç. Dr. Serkan Volkan SARI' ya, tez savunmama katılarak çalışmanın olgunlaşmasına katkıda bulunan Sayın Doç. Dr. Gökhan KAHVECİ' ye ve Sayın Doç. Dr. Fatih CAMADAN' a teşekkürü bir borç bilirim.

Yüksek lisans tez çalışmalarım süresinde ihtiyaç duyduğum anlarda yardımı esirgemeyen değerli eşim Hakan DEMİR' e sevgi, saygı ve şükranlarımı sunarım.

Son olarak desteğini her zaman yanımda hissettiğim aileme ve arkadaşlarıma sevgi, saygı ve şükranlarımı sunarım.

Meryem DEMİR

RİZE / 2025

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	I
ETİK BEYAN.....	II
ÖN SÖZ	III
İÇİNDEKİLER	IV
ÖZET	VI
ABSTRACT.....	VII
KISALTMALAR	VIII
TABLolar LİSTESİ.....	IX
GİRİŞ	1
1. KURAMSAL ÇERÇEVE	7
1.1. Affedicilik.....	7
1.1.1. Tanımı	7
1.1.2. Affediciliğe Etki Eden Faktörler.....	21
1.1.3. Affediciliğin Sonuçları.....	29
1.1.4. Affedicilik İle İlgili Çalışmalar	31
1.2. Örgütsel Affedicilik.....	40
1.3. Mükemmeliyetçilik.....	46
1.3.1. Mükemmeliyetçiliğin Tanımı ve Doğası.....	46
1.3.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları	49
1.3.3. Mükemmeliyetçiliğin Sonuçları	56
1.3.4. Mükemmeliyetçi Kişilerin Özellikleri.....	66
1.3.5. Mükemmeliyetçiliğin Kuramsal Temelleri	67
1.3.5.1. Psikanalitik Kuram	67
1.3.5.2. Bütüncül (Holistik) Yaklaşım.....	68
1.3.5.3. Bireysel Psikolojik Yaklaşım	68
1.3.5.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım.....	69
1.4. Mükemmeliyetçilik İle İlgili Çalışmalar.....	70
2. YÖNTEM.....	80
2.1. Araştırma Modeli.....	80
2.2. Evren ve Örneklem.....	80
2.3. Veri Toplama Araçları.....	80
2.3.1. Demografik Bilgi Formu	81

2.3.2. Örgütsel Affedicilik Ölçeği	81
2.3.3. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği	81
2.4. Veri Analizi	82
3. BULGULAR	84
3.1. Katılımcılara İlişkin Demografik Veriler	84
3.2. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	85
3.3. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Tarafından Açıklanması.....	86
3.4. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişki	87
3.5. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Yaş Değişkeni Arasındaki İlişki	88
3.6. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Medeni Durum Değişkeni Arasındaki İlişki.....	89
3.7. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Okul Türü Değişkeni Arasındaki İlişki.....	90
3.8. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Mesleki Kıdemleri Arasındaki İlişki	91
4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	93
4.1. Tartışma ve Sonuç	93
4.2. Öneriler.....	100
KAYNAKÇA.....	101
EKLER.....	132
ETİK KURUL KARARI	138

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Anabilim Dalı : Eğitim Bilimleri

Tez Türü : Yüksek Lisans Tezi

Danışman : Doç. Dr. Serkan Volkan SARI

Hazırlayan : Meryem Demir

Yıl : 2025

Sayfa Sayısı : 138

ÖZET

OKUL YÖNETİCİLERİNİN ÖRGÜTSEL AFFEDİCİLİK ALGILARININ AÇIKLANMASINDA ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİĞİN ROLÜ

Bu araştırmanın amacı, okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algılarının açıklanmasında çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin rolünün belirlenmesidir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubu, 2022-2023 Eğitim- Öğretim yılı içerisinde Rize ve Trabzon ili ve ilçelerinde görev yapan devlete bağlı resmi anaokulu, ilkokul, ortaokul ve lise okul yöneticilerinden oluşmuştur. Bu araştırmada okul müdürlerine Demografik Bilgi Formu, Örgütsel Affedicilik Ölçeği ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde ortalama, standart sapma, frekans, korelasyon, çoklu regresyon, t testi ve tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeylerinin yaş, cinsiyet, medeni durum, mesleki kıdem ve okul türü değişkenlerine göre istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir. Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında olumsuz yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Yapılan analiz sonuçlarına göre çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin örgütsel affedicilik algısını anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Affedicilik, Örgütsel Affedicilik, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik

Recep Tayyip Erdogan University Institute of Graduate

Studies Department : Educational Sciences

Thesis Type : Master's Thesis

Supervisor : Assoc. Doc. Dr. Serkan Volkan SARI

Author : Meryem Demir

Year :2025

Pages :138

ABSTRACT

THE ROLE OF MULTIDIMENSIONAL PERFECTIONISM IN EXPLAINING SCHOOL ADMINISTRATORS' PERCEPTIONS OF ORGANIZATIONAL FORGIVENESS

The purpose of this research is to determine the role of multidimensional perfectionism in explaining school administrators' perceptions of organizational forgiveness. The relational screening model, one of the quantitative research methods, was used in the research. The research group consisted of public kindergarten, primary school, secondary school and high school school administrators working in Rize and Trabzon provinces and districts during the 2022-2023 academic year. In this research, Demographic Information Form, Organizational Forgiveness Scale and Multidimensional Perfectionism Scale were applied to school principals. Mean, standard deviation, frequency, correlation, simple regression, t test and one-way analysis of variance were used to analyze the data. It was determined that the organizational forgiveness levels of school administrators showed statistically significant differences according to age, gender, marital status, professional seniority and school type variables. It was found that there was a significant negative relationship between school administrators' perceptions of organizational forgiveness and their perfectionism levels. According to the analysis, a point has been reached where multidimensional perfectionism significantly predicts the perception of donation.

Key Words: Forgiveness, Organizational Forgiveness, Multidimensional Perfectionism

KISALTMALAR

%	: Yüzde
ANOVA	: Varyans analizi
diğ.	: Diğerleri
F	: Frekans
N	: Evren sayısı
P	: Anlamlılık düzeyi
R	: Korelasyon
SS	: Standart sapma
T	: t Testi
vb.	: Ve benzeri
vd.	: Ve diğerleri
X	: Aritmetik Ortalama
B	: Regresyon katsayısı (standardize beta)

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Çarpıklık ve basıklık değerleri	83
Tablo 2. Katılımcılara ilişkin demografik değişkenler	84
Tablo 3. Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişkiye yönelik korelasyon analizi sonuçları	86
Tablo 4. Okul yöneticilerinin affedicilik algılarının açıklanmasına yönelik basit regresyon analizi sonuçları	87
Tablo 5. Örgütsel affedicilik ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik t testi sonuçları	88
Tablo 6. Örgütsel affedicilik ve yaş değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik tek yönlü ANOVA testi sonuçları	89
Tablo 7. Örgütsel affedicilik ve medeni hal değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik t testi sonuçları	90
Tablo 8. Örgütsel affedicilik ve okul türü değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik tek yönlü ANOVA testi sonuçları	91
Tablo 9. Örgütsel affedicilik ve Mesleki Kıdem değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik tek yönlü ANOVA testi sonuçları	92

GİRİŞ

İnsan, günlük hayatında sürekli olarak diğer kişilerle iletişim halindedir. Dünyada tek başına yaşamak yerine başkalarıyla beraber yaşamayı istemektedir (Öğülmüş, 2006). Aile bireyleri, arkadaşları ve toplumdaki diğer insanlarla etkileşimde kalmak, kişinin hayatını olumlu yönde etkilemektedir. Bu etkileşim sayesinde sevmek, sevilme, saygı görme ve gruba ait olma gibi insani ihtiyaçlarını giderebilmektedir. Buna karşın, toplumun diğer bireyleriyle iletişim her zaman olumlu sonuçlar vermemektedir (Önal, 2014). Yaşam boyunca kişisel ve ilişkisel sıkıntılara maruz kalan bireyler, olumsuz durumlarla baş edebilmek için çeşitli stratejiler geliştirmektedir. Çatışmak, ilişkiyi kesmek ve affetmek bu stratejilerden birkaçıdır. Affetmek, kişinin hem ilişkilerini sürdürerek hem de sorunların varlığını kabul ederek hayatına devam etmesine imkan vermektedir (McCullough ve ark. 2001). Thompson ve arkadaşlarına (2005) göre affetmek; kişinin suçu işleyene, suça ve suçun getirilerine karşı tepkilerinin olumsuzdan nötre veya olumluya dönüştürülmesidir.

Pozitif psikolojinin dikkatini çeken affedicilik kavramı, yaklaşık otuz yıldır ele alınmaya başlamıştır (Önal, 2014). Affetme uzun yıllar boyunca din ve felsefenin ilgisini çekmiş ve bu disiplinlerle ilgili çalışmalara konu olmuştur. Zaman içerisinde sosyal bilimlerin ve psikolojinin de araştırma konusu haline gelmiştir (McCullough, 2000). Yani affetmek, felsefi ve dini bir yapı olarak kavramsallaştırılmıştır (Davis vd., 2013). Psikolojinin alt dalları, 1980'li yıllardan sonra affedicilik ile ilgilenmeye başlamıştır. Özellikle Sigmund Freud, Alfred Adler, William James ve Carl Jung gibi kuramcılar affetme ile ilgili çalışmalar yapmışlardır. Affedicilik, felsefe ve din bilimlerinden klinik sosyoloji, gelişim psikolojisi, aile danışmanlığı, sosyal psikoloji gibi alanlarda çalışılan bir konu haline gelmiştir (McCollught vd., 2000).

Affetmeyi ruh sağlığı ile ilişkilendiren çalışmalar, daha çok başkalarını affetme çerçevesinde ortaya konulmuştur (Bugay, 2010). Başkalarını affetme, hata yapan kişiye karşı olumsuz duygu ve düşüncelerin azaltılıp olumlu hale getirildiği bir dönüşüm olarak tanımlanmaktadır (Kachadounan vd., 2005). Başkalarını affetmek için bireyi inciten kişiye karşı olumlu duygularla yönelmek gerekmektedir. Başkası tarafından yaralanan kişi, haklarını ihlal eden ihlalcie karşı düşünsel olarak ya da

duygusal olarak savaş halindedir. Kendisini yaralayan kişiyi tüm olumsuz durumlara rağmen kabul ederse affetme meydana gelebilir (Enright, 1992). Affetme, acı çeken bireyin isteğiyle meydana gelmektedir. Çünkü affetme, kişinin kendi seçimiyle gerçekleşebilir (Enright vd., 1998).

1990'lı yıllardan sonra affedicilik, başkalarını affetmeyi içeren tek boyutlu bir kavram değil de çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaya başlanmıştır. Enright ve arkadaşlarına (1996) göre affetme, kendini affetme, başkalarını affetme ve başkaları tarafından affedilme olarak üç boyuta sahiptir. Kendini affetme, kişinin kendini cezalandırması yerine öfkeden uzak durarak benliğine karşı anlayışlı olabilmesi halidir. Bununla birlikte kendini affetme motivasyonel bir durumdur (Hall ve Fincham, 2005).

21. yüzyılda çalışanların insani ihtiyaçlarının dikkate alınması ile birlikte örgütlerde kişiler arası ilişkiler, başarı ve motivasyonu artırma, güven ortamının oluşturulması ve örgüte bağlılık gibi konular önem kazanmıştır. Nispeten yeni bir kavram olan örgütsel affedicilik, bireylere pozitif bir bakış açısı kazandırdığı için örgütün geleceği açısından önemi büyüktür (Karina, 2007; akt. Konan ve Nazlı, 2018). Eğitim örgütlerinde görev yapan okul yöneticisi ve öğretmenlerin duygu ve düşüncelerinin önemsenmesi gerekmektedir. Okul yöneticilerinin iletişim halinde bulunduğu veli, öğretmen, öğrenci, meslektaş ve görevlilere karşı pozitif duygular hissetmesi için kin, nefret, öfke gibi duygulardan uzak olması affedicilikle bağlantılıdır. Örgütsel affediciliğin örgütün başarısı, çalışanların güven duygusu ve mesleki doyumlarını etkilediği yapılan araştırmalar sonucu ortaya çıkmıştır (Şener ve Çetinkaya, 2015).

Birey, eğitim örgütlerinin en önemli yapı taşlarından biridir (Bayram, 2020). Örgütsel başarıyı elde etmek, örgüt içerisinde güveni artırmak ve bu güveni sürdürmek için bireyler sağlıklı ilişkiler kurmalıdırlar (Kahveci vd., 2019). Örgütte iş stresini azaltıp bireyleri rahatlatan örgütsel affedicilik, örgütün karşılaşılabileceği zararlı eylemleri çözecek bir fenomendir. Bu açıdan bakılacak olursa örgütsel affedicilik, önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Öztürk, 2018). Örgütte bireyler arasında anlaşmazlıkların olması olağan bir durumdur. Örgütsel affedicilik, bireylerin kişiliklerini sergileyebilecekleri ve özgürlükleri destekleyen bir örgüt kültürüne katkıda bulunmaktadır (Khezri, 2019). Öztürk (2018)'e göre örgüt içinde

yanlış davranışlar veya zarar verici olaylarla karşılaşıldığında örgüt iklimini yeniden oluşturmak, sorunların çözümünü aramak ve başarıyı artırmak için örgütsel affediciliğe ihtiyaç duyulmaktadır.

Araştırmanın diğer konusu olan mükemmeliyetçilik kavramının tam bir tanımı olmamasına rağmen, literatürde birçok önemli tanım bulunmaktadır. Belirtilen tanımlar içerisinde en çok dikkat çekeni performans üzerinde haddinden fazla standartlar belirlemektir (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990). Mükemmeliyetçiliğinin tanımının anahtarı, yüksek standartların peşinde koşmak ve karşılanmayan bu standartlara yanıt olarak özeleştiriyi yapmaktır. ‘Mükemmeliyetçilik’ terimi, kişinin performansının aşırı eleştirel değerlendirmeleriyle birlikte en yüksek performans standartlarına ulaşma arzusunu ifade eder. Frost ve meslektaşları mükemmeliyetçiliği, aşırı eleştirel öz değerlendirmenin eşlik ettiği aşırı yüksek standartlar belirleme olarak tanımlamaktadır (Frost vd., 1990). Mükemmeliyetçilik genellikle kişilik sorunu olarak düşünülse de aslında ilişkilerde ortaya çıkan bir sorun olduğu ifade edilmektedir. Mükemmeliyetçi kişiler, genellikle başkaları tarafından eleştirilmekten korkarlar ve yargılanma ve reddedilme korkuları, eleştirilere karşı savunmacı olmalarına neden olabilmektedir (Burns, 1980).

Okul yöneticilerinin ve öğretmenlerin ortak amaçlarından birinin de öğrencilerin istedik davranışları sergilemelerini sağlamak olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla okul yöneticileri ve öğretmenler arasında yaşanabilecek olumsuz davranışların, düşmanlığa veya kişisel bir çekişmeye dönüşmesi, okuldaki tüm paydaşları olumsuz etkileyebilir. Okullarda görülen kayırmacı uygulamalar nedeniyle, okul yöneticileri bazen haklarında açılan idari soruşturmalara karşı karşıya kalabilmektedirler (Özkanan ve Erdem, 2014). Okullarda yaşanan sorunlar karşısında okuldaki ilişkilerde affedicilik kültürünün oluşması önemli görülmektedir.

Her örgütte olduğu gibi insan ve maddi kaynakların en iyi şekilde işe koşularak sonuca ulaşılması, okul örgütü için de geçerlidir. Bu nedenle insan ve maddi kaynakların idare edilmesi amacıyla okul örgütünün de bir yöneticisi vardır (Başaran, 2006). Okul müdürleri okul yönetim süreci, okul örgütünün ikliminin sürdürülmesi, eğitim kalitesinin artırılması gibi görevlerde aktif görev almaktadır. Bu bağlamda iş yükü, iş çeşitliliği ve liderlik görevleri gibi sebeplerle okul müdürlerinde yaptığı işlerde mükemmeliyetçilik, kaygı, stres, tükenmişlik gibi durumlar meydana

gelmektedir.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu araştırmada Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Açıklanmasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Rolünün belirlenmesi amaçlanmaktadır.

Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranacaktır:

1. Okul Yöneticilerinin örgütsel affedicilik ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik algıları hangi düzeydedir?
2. Okul Yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları ile çok boyutlu mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Okul Yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları yaş, cinsiyet, medeni durum, hizmet yılı ve okul türü açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
4. Okul Yöneticilerinin çok boyutlu mükemmeliyetçilik algıları, örgütsel affedicilik düzeylerinin anlamlı yordayıcısı mıdır?

Affetmenin ruhsal ve sosyolojik olarak öneminin anlaşılması ile birlikte konu ile ilgili çalışmalar da artış göstermektedir. Kendini ve başkalarını affetmenin insan psikolojisi üzerindeki olumlu etkilerinin görülmesiyle birlikte bu yönde yapılan çalışmaların da önemi artmaktadır. Türkiye’de affediciliğin ele alındığı çalışmalar sınırlı sayıdadır. Hook ve arkadaşlarına (2009) göre farklı değer yapılarına sahip olan ülkelerde kişileri affetmeye teşvik eden faktörler farklılık göstermektedir. Bu sebeple Türkiye’deki bireylerin, kendini ve başkalarını affetme konusunda yapılacak çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Önal, 2014).

Literatürde örgütsel affedicilik ile ilgili birçok çalışma bulunmaktadır (Mistler, 2010; Kahveci vd., 2019; Sivri, 2019; Çoban, 2019; Konan ve Nazlı, 2018). Mükemmeliyetçilik de araştırmalara konu olmaktadır (Çerkez vd., 2023, Sarı ve Camadan, 2021, Tahir vd., 2024, Taşçıoğlu vd., 2021). Ancak bu iki kavramın daha önce birlikte ele alınmadığı belirlenmiştir. Sözü edilen kavramlarla ilgili eğitim kurumlarında okul yöneticileri ile yapılan çalışmaların azlığı da önemli bir etkidir. Bu çalışmanın ilgili alan yazına ve yapılacak olan yeni araştırmalara kaynak olacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte çalışma eğitim yönetimi, bireysel ve grup

psikolojik danışmanlığı ve rehberlik gibi alanlarda rehberlik edeceği düşünülmektedir. Aynı zamanda kültürel ve dini bir terim olan affetmenin objektif ve bilimsel yönü incelenerek etki alanı hakkında bilgi edinilmiş olacaktır.

Araştırmanın Varsayımları

Bu araştırmanın varsayımları şu şekildedir:

1. Araştırmada seçilen çalışma grubu, evreni temsil yeterliğine sahiptir.
2. Araştırmaya katılan okul müdürleri “”Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve “Örgütsel Affedicilik Ölçeği”ne samimi ve doğru cevaplar vermişlerdir.
3. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, ölçmek üzere hazırlandığı değişkenleri ölçebilme yeteneğine sahiptir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Araştırma için ölçüt alınacak olan örneklem grubu, 2022-2023 Eğitim-Öğretim yılında Trabzon ve Rize ili ve ilçeleri anaokulu, ilkököl, ortaokul ve lise düzeylerinde görev yapan okul yöneticileri ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen kişisel bilgiler araştırmacı tarafından geliştirilen Demografik Bilgi Formunun ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
3. Araştırma için toplanacak veriler “ Demografik Bilgi Formu”, “Örgütsel Affedicilik Ölçeği” ve “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” nin uygulanması ile elde edilen verilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Affedicilik: Bireylerin kendilerine yıkıcı davranışlar sergileyen birine karşı yapıcı davranışlar sergilemeleridir ve aynı zamanda yıkıcı davranışı azaltmaya teşvik eden motivasyonel bir dönüşümdür (McCullough, Worthington ve Rachal, 1997).

Örgütsel Affedicilik: Örgüt içerisinde kin, öfke ve suçlamaların toplu olarak terk edilmesi ve bunun yerini olumlu yaklaşımların almasıdır (Cameron ve Caza, 2002).

Mükemmeliyetçilik: Kişinin en iyiyi yapmak için aşırı çaba sarf etmesi ve aynı zamanda hata yapmaktan kaçınma eğilimidir (Burns, 1980).

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik: Mükemmeliyetçiliğin tek boyutundan

ziyade birden fazla boyutu bulunmaktadır: kendine yönelik, başkalarına yönelik ve sosyal olarak algılanmı mükemmeliyetçilik (Frost vd., 1990).



1. KURAMSAL ÇERÇEVE

Araştırmanın bu bölümünde affedicilik ve örgütsel affedicilik nedir, neden önemlidir, faydaları nelerdir ve örgütsel affedicilikle bağlantılı kavramlar nelerdir gibi sorulara cevap niteliğinde açıklamalar yapılmıştır. Daha sonra ise mükemmeliyetçilik kavramı ve doğası, mükemmeliyetçiliğin boyutları, faydaları ve zararları, mükemmeliyetçilik kuramları ve mükemmeliyetçi kişilerin özellikleri açıklanmıştır. En son kısımda ise örgütsel affedicilik ve mükemmeliyetçilik ile ilgili yurt içi ve yurt dışında yapılan çalışmalara yer verilmiştir.

1.1. Affedicilik

1.1.1. Tanımı

Kişilerarası ilişkilerin sürdürülmesi, başarılı sosyal etkileşimin temel bir bileşenidir. İster aile üyeleriyle, ister eş, arkadaş ya da iş arkadaşlarıyla olsun kişinin çeşitli ilişkiler kurma ve sürdürme yeteneği, kişisel refahın ve uyumlu bir toplumun anahtarıdır. Yakın ilişkilerin sağladığı çok sayıda faydaya rağmen, birey için stres ve azalmış refah gibi olumsuz sonuçlar doğurabilir.

Bir hakkı ihlal eden kişi, suçu işlediği için suçluluk, utanç veya kendini kınama hissiyatı yaşayabilir. Kuralları ihlal eden kişinin genellikle suçlamalara cevap vermesi beklenmektedir. Özür dileyebilir, tazminat teklif edebilir, tövbe edebilir ya da yalnızca pişmanlığını ifade edebilir. Bazıları sanık olabilir, narsist olabilir, antisosyal ya da manipülatif olabilmektedir. Mağdur ise ihlalin zararını görür ve acı çeker. Bazen mağdurlar, ihlalcinin özür dileme veya telafi etme girişimlerini görmezden gelebilmektedir. Öfke, korku veya kızgınlık duyabilir. Mağdurların kişilik özellikleri affetmeyle nasıl baş ettikleriyle ilişkilidir. İntikamcı, baskıcı, korku dolu ve iletişimsel olabilirler. Eğer adalet hemen gelmezse mizaç olarak affetmez davranarak karşılık verebilir ve bu da kızgınlık dolu bir kin ve intikam olarak kendini gösterebilmektedir (Worthington, 2005)

Affedicilik, bireylerin ilişkisel ihlallerinin bir sonucu olarak ortaya çıkabilecek hem kişilerarası hem kişisel stresi ve olumsuz sonuçları hafifletmesine olanak tanıyan toplum yanlısı bir mekanizmadır. Çok sayıda, çeşitli ve çelişkili tanım

olmasına rağmen affetme olumsuz duygulardan bilişlere ve davranışlara motivasyonel bir geçişi içeren kişilerarası bir olaya verilen içsel bir tepki olarak tanımlanmıştır (McCoullght vd., 1997). Affedicilik, kişilerarası ilişki yönetimini etkiler ve kişilerarası ihlallere karşı intikam ve kaçınma gibi yıkıcı tepkileri önleyebilir veya iyileştirebilir (Burnette vd., 2012).

Kişilerarası incinme ve kırılmalar herkesi etkilemektedir. Sevilen kişiler veya yabancılar arasında kasıtlı ya da kasıtsız olarak yapılan ihlaller sebep olanlarda suçluluk ve utançla, mağdurlarda ise üzüntü, korku ve öfkeyle bağlantılı güçlü ve olumsuz duyguları uyandırabilmektedir. Suç işleyenler özür ve af dileme kararıyla karşı karşıya kalabilmektedir. Mağdurlar intikam ateşini körükleyerek acılarını dindirmeye çalışarak, bazıları ise kötü şeylerin iyi insanların başına gelebileceğini kabul ederek buna katlanmaktadır. Ya da adaletin peşinden giderek affetmeyi kabul edebilmektedirler. (Worthington, 2005)

Kinci insanlar ödeşmek isterler. Hiç şüphesiz çoğu zaman kendi değerlerine ve haklarına sahip çıktıklarından böyle bir intikam gerçekleştiğinde kendilerini daha iyi hissetmektedirler. Onlara göre ödeşmek kapanışı sağlamaktadır. İntikamcılık bastırıldığı zaman zehirlenme riski vardır. Kin beslemekten kaçınmanın iki yolu bulunmaktadır: Affetmek ya da ödeşmek. Affedicilik, insanların genellikle geçmişteki bir eylemi anlamlandırmayı veya ona yeni bir yorum getirmeyi, öfke ve suçluluk duygusunun üstesinden gelmeyi içeren bir tutum, kültürel olarak mevcut bir kategoridir. Affetmek kişisel bir tercihten ziyade kültürel olarak tanımlanmamış bir görev olarak gören insanlar da bulunmaktadır (Worthington, 2005).

Affedicilik, 1970'li yıllara kadar bilimsel olarak incelenmemiştir. Affedicilik dinin alanı içinde görülüyordu. Sadece birkaç sosyal bilimci affetmeyle ilgili çalışma yürütmüştür. Bu çalışmalar affetmenin kişinin zihin sağlığına ve refahına fayda sağlayabileceğini düşünen terapistlerin ilgisini çekmiştir (Worthington, Certel, 2011).

Affedicilik, felsefe, hukuk, psikoloji, biyoloji, antropoloji ve teoloji gibi disiplinler arası araştırmanın odak noktasıdır. Affedicilik kısmen birçok olumlu sonuçla olan ilgisi nedeniyle ilgi topladı. Affeden bireylerde psikolojik refah arttı (McCoullght vd. 2001; Karremans vd., 2003). Affedicilik genel olarak ilahiyatçıların ve filozofların işi olmuştur. Ancak affetme konusu son 20 yılda

özellikle psikoloji alanında bilimsel bir konu olarak giderek daha fazla araştırılmaktadır (Berry vd., 2005; McCoullught vd., 1997).

Tek bir tanımı olmamakla birlikte doğası hakkında fikir birliği vardır. Affedicilik olumsuz duygulardan olumlu duygulara motivasyonel bir geçişi içermektedir (Enright, 2000) Kaçınma, intikam ve kin motivasyonları gibi ihlal sonrası olumsuz tepkiler bazen affetmeme veya affedilmeyen tepkiler olarak adlandırılmaktadır (Worthington ve Wade, 1999). Affediciliğin yaygın olarak kabul edilen bir tanımını belirlemek zor olmuştur. Affedicilik kendisini (Hall ve Fincham), başkalarını (Enright, Froedman ve Rique, 1998), Tanrı'yı (Exline, Yali ve Lobel, 1999), aileleri (Diblasio ve Proctor, 1993) veya toplumlar ve kültürlerin (Hill ve Vang, 2003) tümünü kapsamaktadır.

Affetme sorunlarının ortaya çıkarabileceği bağlamların geniş yelpazesi ve muhtemelen dahil olan faktörlerin çokluğu göz önüne alındığında affetmenin tek ve kapsamlı bir tanımı zor olmuştur. Affetme, kendisi, başkaları ve Tanrı da dahil olmak üzere suçlulara ilişkin olumsuz bilişlerden, davranışlara ve duygulanımlardan olumluya doğru değişiklikler sunma, hissetme veya arama eğilimini içermektedir. Affetme tanımının onu diğer uyum ve başa çıkma biçimlerinden ayıran önemli, ayırt edici ve temel bileşenlerinin motivasyonel ve istemli faktörleri içerdiğine inanılmaktadır. Bu nedenle affetmenin mağdur tarafından gerçekleştirilen içsel bir süreç olduğuna inanıyoruz (Worthington, Sandage ve Berry, 2000).

Literatürde affetme, bilişsel kontrolü içeren bilinçli bir süreç olarak görülmüştür (Wilkowski vd., 2010). Bu, olayla ilgili düşünce, duygu ve davranışların düzenlenmesi, özellikle ruminatif düşüncelerin azaltılması ve bunun yerine empatik düşüncelerin kullanılması yoluyla gerçekleşmektedir (Pronk vd., 2010). Affediciliğin çeşitli tanımları bulunmaktadır. Affediciliği tanımlamada fikir birliğinin olmaması alandaki an önemli sorunlardan biridir (McCollunght, Pargament ve Thoresen, 2000).

Tanınmış affedicilik araştırmacısı Worthington affetmenin suçluya yönelik olumsuz duyguların olumlu duygularla değiştirilmesi olduğunu öne sürmektedir (Worthington ve Wade, 1999). Benzer şekilde Enright ve Fitzbonns (2000), affetmeyi davranışta, bilişte ve duyguda değişim içeren bir süreç olarak tanımlamıştır. Başka bir kişinin duygularının dolaylı deneyimi olan empati (Davis vd., 2015), affetmenin önemli bir bileşenidir.

Enright affetmeyi kişinin kızgınlık, olumsuz yargılama ve kayıtsızlık hakkından vazgeçme isteği olarak tanımlamıştır. Affetmenin çok yönlü doğası hakkında pek çok araştırma yapılmıştır. Affetmenin yalnızca suçluya yönelik olumsuz deneyimlerin azaltılmasını mı kapsadığı, yoksa aynı zamanda suçluya yönelik olumlu deneyimin artırılmasını mı içerir? Genel olarak literatür, hem olumsuz deneyimlerin azaltılmasını hem de olumlu deneyimlerin artmasını içeren affetme tanımlarına dayanmaktadır (Enright vd., 1998; Fincham, Hall ve Beach, 2005; McCullung vd., 1997).

Affetmeyi olaydan ziyade bir süreç olarak gören çoğu araştırmacı affetmenin karışık bir kavram olduğunda hemfikirdir (Enright ve Fitz, 2000). Affedicilik bir ihlalcıyı, bir kurbanı, bazen ilgili ya da tarafsız bir gözlemciyi ve bazen de toplumdaki daha geniş unsurları içerir. Affedicilik ile ilgili çeşitli çalışmalar yapan Enright ve Coyle (1988), affetmeyi hak etmediği halde acı çeken mağdurların, müsebbiblerinden intikam alma arzusundan vazgeçmesi olarak tanımlamaktadır. Hargrave (1994), faile karşı dargınlığı serbest bırakmak olarak tanımlarken Webster (1988)'e göre affedicilik misilleme, küsmekten, kin beslemekten vazgeçmek, öncelikle öfkenin çözülmesi, daha sonra suçlu kişiye karşı tutumu değiştirmektir. Enright ve diğerlerine göre (1998) affetme, intikam alma ve suçluyla temastan kaçınma arzusunun azaltıldığı, özgürce seçilmiş bir motivasyonel dönüşüm fikridir; bu bazen özgecil bir hediye olarak tanımlanan bir süreçtir.

Affetmek, bir kişinin ruhani yaralanmalara sebep olan suçluya karşı hor görme, nefret, öfke, küskünlük ve kin gibi olumsuz duyguları serbest bırakarak yaptığı kasıtlı bir tercihtir (Murphy, 1988, Aquino, 2003). McCullough ve arkadaşları (2000), affetmeyi kişilerarası ilişkilerde ihlalcıye karşı bireysel olup, toplum yanlısı bir değişim olarak görmektedir. En genel tabirle affedicilik, hak edilmiş de olsa cezalardan ve olumsuz bazı tepkilerden vazgeçmeyi, faile karşı sevgi hissetmeyi, aralarındaki ilişkinin yeniden tesis edilmesini içermektedir.

Scobie (1998)'e göre ise affedicilik, zarar verici eyleme karşı kişinin tazminat ve meşru misillemeyi bırakmaya yönelik bilinçli bir karardır. Freedman ve Enright (1996) affetmeyi suçluya karşı yardımsever ve şefkatli olma, kırgınlıktan vazgeçme eylemi olarak görmektedir. Hebl ve Enright'a (1993) göre affetme mağdur kişinin meşru hakkı olduğu halde kırgınlığın yok edilmesi, sevgi ve merhamet

hissedilmesidir. McCollught ve Rachal (1997), affetmeyi suçlunun yaptıklarına rağmen kişinin uzlaşma ve iyi niyet vesilesiyle motive olduğu değişiklikler kümesi olarak görmektedir. Ripley ve Worthington (2002)'a göre affetme, kırgınlık, öfke, acı, düşmanlık, nefret gibi affetmeye engel olan duyguların sevgi, sempati, şefkat ya da empati gibi olumlu duygularla yer değiştirmesidir.

Enright ve diğerlerine (1988) göre en yaygın tanımı ile affetmek, hak etmediği bir acıyı çeken kişinin hatalı tarafı cezalandırma ve intikam haklarından vazgeçmesi, öfke ve kin gibi duyguları terk edip merhamet duymasıdır (akt. Kaya,2009). Hafgrave ve Sells (1997)'e göre mağdur, affetme sayesinde hatalı kişiye karşı kırgınlık, kızgınlık ve intikam duygusunu terk ederek ilişkilerini düzeltmiş ve duygusal yaralarını iyileştirmiş olmaktadır.

Durham (1990), psikolojik anlamda affetmenin bir eylem olmadığını, öfke, incinme ve intikam gibi duyguların ortadan kalkmasıyla olağan olarak gerçekleştiğini savunmaktadır (akt. Ahktar, 2002). Affetme olgusunun bebeklik çağlarında başladığını iddia eden Ahktar (2002), anne bebek arasında affetmenin varlığının zorunlu olduğunu söylemektedir. Ona göre anne, bebeğinin saldırganlığını affetmeli, çocuk da annenin empati eksikliklerini ve sınırlamalarını affetmelidir. Affetmek, ihlalde bulunan kişinin yaşadığı utanç ve suçluluk hissini azaltabilir ve istemeden de olsa suçun ilişkiye kalıcı olarak zarar verecek kadar ciddi olmadığı mesajını iletebilir. Bu potansiyel utanç ve suçluluk sonucu olmadan, bireyler olumsuz davranışlarda bulunmaya devam etme eğiliminde olabilirler. McNulty (2010), yeni evlilerde affetmeyi araştırmak için bir günlük çalışması kullanarak kısa bir süre boyunca ihlalleri inceledi. Kişisel rapor ölçümleri, bireylerin partnerleri tarafından affedildikleri günlerde gerçekten de partnerlerine karşı suç işleme olasılıklarının daha yüksek olduğunu ortaya çıkardı. McNulty (2010) tarafından daha sonraki bir çalışmada, çiftlerde saldırganlık ve affetme arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamıştır. Dört yılın sonunda, affetme eğilimi daha düşük olan bireyler, partnerlerinin saldırganlık eylemlerinde azalma olduğunu bildirirken, affetme eğilimi daha yüksek olan bireylerin partnerlerinin saldırganlığı, psikolojik ve fiziksel saldırganlık eylemlerinde azalma olmadığını bildirmiştir.

Affetmek de affetmemek de karmaşık bedensel olarak hissedilen tepkilerdir. Affetmeme hissinde bilişsel bileşen, haksız yere haksızlığa uğradığını ve intikamı ya

da tazminat hakkı olarak hak ettiği hissetmeyi içermektedir. Ayrıca üzüntü, utanç ve acı duygularıyla bileşen, için için yanan bir kızgınlık türü olan yıpratıcı öfkenin duygusal bir bileşeni de vardır. Bunun tersine affetme, karşılıklı olarak şefkatli ve sevgi dolu nezaket gibi yumuşak duygulanımları ve yaralanmayı çevreleyen olayların gelişimini diğerlerinin bakış açısından görme ve anlama yeteneğini içerir. Adaletsizliğe karşı mücadeleye devam etmek yerine olanı kabul etmeyi ve misilleme arzusundan vazgeçmeyi içermektedir (Worthington, 2005).

Affedicilik bir şeyden vazgeçmeyi, olumlu ve şefkat duyguları göndermeyi ve diğerine karşı hissetmek yerine diğer kişiyle birlikte ve hatta muhtemelen ona karşı bir şeyler hissetmeyi içerir. Empati bir durum karşısında affetmeyi kolaylaştıran birincil ve uygulanabilir karmaşık bir duygudur (Worthington, 2005). Affediciliğin ne olduğu kadar ne olmadığını da bilmek önemlidir. Affetmek unutmak demek değildir. Aksine hatırlamak önemlidir. Çünkü acıların tekrar yaşanma olasılığı yüksektir. Bu sebeple kişi affederek, hatıranın acısını çıkarmış olur. Aksi halde üzüntünün varlığı zehir etkisi yaratabilir. Affedicilik mazeret göstermek ve uzlaşmaktan da oldukça farklı bir kavramdır (Prager, 1995). McCollught ve arkadaşları (2000), affetmenin özür dilemek, kendini haklı göstermek ve temize çıkarmak, sorunlara göz yummak olmadığını belirtmiştir. Aynı zamanda unutmak, mazeret göstermek ve inkar etmek de affetmeyi tanımlayamamaktadır.

Enright ve arkadaşları (1992) ise affetmenin görmezden gelmek ve mazeret göstermekten farklı şeyler olduğunu vurgulamıştır. Çünkü mazeret gösteren ve suça göz yuman kişi buna katlanır ve suçlunun sorumluluğunu azaltır ve eylemi meşrulaştırır. Aynı zamanda affetmenin reddetmekten farklı bir kavram olduğunu belirten Kelley (2006)'e göre yanlış bir şeyin meydana geldiğini inkar etmekle affetme ihtiyacı yok olmamaktadır. Sermedes (1984), affetmenin kabul etmekten başka bir kavram olduğunu savunmaktadır. Çünkü ona göre insanlar iyi oldukları için kabul edilirken kötü olduklarında affedilmektedir. Hargrave ve Sells (1997), affetme ile uzlaşmanın belirgin şekilde birbirinden ayrılması gerektiğini savunmaktadır. Worthington (2001) ise affetmenin mazur görmek, sabretmek, ilahi ceza umuduyla Allah'a havale etmek ile karıştırılmaması gerektiğini belirtmektedir.

Affetmenin toplumsal olarak kabul edilen mevcut tanımı, teolojiye ve diğer yanağı dönmenin inanç temelli değerine dayanmaktadır (Griffin vd., 2014). Batı

medeniyetinde genel olarak kullanılan affetme, kişinin ihlal için faile lütuf bahsetmesi, bunun da faile yönelik öfkenin bırakılmasıyla sonuçlanması ve çoğu zaman faile, kötü davranışlarının mağduruyla olan ilişkisini onarma fırsatı vermek olarak tanımlanmıştır (Lawler –Row vd., 2017).

Affetmek bir görev midir yoksa kişinin karşı tarafa bir hediyesi midir? Başta Kant olmak üzere filozofların bazıları adaleti bozduğu için affetmeyi etik olarak görmemektedir. Suçun telafi edici, adaletli bir eylemle çözülmesi gerektiğini savunmaktadırlar (Katz, Street vd., 1997).

Wortington(2003)' a göre affetmenin iki türü bulunmaktadır. Biri karar verme ve diğeri ise duygusal affetmedir. Karar vermede kişi, kendisini mağdur eden faili affetmeye karar verir. Fakat hala duygusal, endişeli, depresif ve kızgın olabilir. Suçluya daha az olumsuz şekilde davranmaya çalışır. Duygusal affetmede ise suçluya karşı hissedilen olumsuz duyguların sempati, sevgi ve empati ile değiştirilmesini öngörülmektedir.

İlk araştırmalar affetmeyi psikolojik olmaktan ziyade ahlaki bir kavram olarak ortaya koymuşlardır. Peterman ve Seligman (2004), affetmeyi pozitif ilişkide karakter özelliği olarak sınıflandırılmıştır. Diğer bazı araştırmacılar affetmenin sadece olumlu bir karakter özelliği olmadığını, aynı zamanda ihlallere karşı uyum sağlayan tepkilerin ahlaki büyümeye katkıda bulunduğu aktif bir gelişimsel süreç olduğuna da dikkat çekmişlerdir (Freedman ve Knupp, 2003; Enright, 2001).

Suçluyla uzlaşmayı başlatmak veya kolaylaştırmak için affetme kullanıldığında suçluya yönelik olumlu deneyimin artırılması vazgeçilmez hale gelir. Buna bağlı olarak affetme aynı zamanda merhamet, koşulsuz bir armağan, empatiye yakın bir kişi olarak suçluya karşı iyi niyet olarak da tanımlanmaktadır (McCoullght vd., 1997). Bu tanımlara göre affetme koşulsuzdur. Suçlu bunu hak etmese bile iyi niyet gösterilir. Affetmek, mağdurun suçluya dayattığı herhangi bir potansiyel kayıp veya incinmeyle bağdaşmayan sevgi ve şefkatin bir göstergesidir (Yao, 2017).

Affedicilik, karmaşık olduğu kadar güçlüdür. Gerçek affetme, hem zihinde hem de ruhta dönüşümü içeren bir süreçtir (Diamond ve Ronel, 2019). Affetme ve affetmeme arasındaki karar, ortalama bir birey için olağan bir karardır. Belirli bir eğitim bağlamında öğretmenler, iş arkadaşlarından, idareden, öğrencilerden veya ebeveynlerden affetmenin gerekli olduğu durumların arttığını bildirmektedir (Haslip

vd., 2019). Öğretmen öz yeterliliğini artırdığı ve tükenmişliği azalttığı bildirilen affetmenin (Sezgin ve Erdoğan, 2018; Wang vd., 2021) son yıllarda öğretmenlik mesleğinden kitlesel göçün durdurulmasına yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Halk eğitimi son yıllarda affetme ve değer öğrenmenin de bir parçası olduğu sosyal duygusal müfredatın sorumluluğunu daha fazla üstlenmiştir (Gunnestad vd., 2015; Marsay vd., 2021; Van Der vd., 2018). Bu müfredatı öğrenenler, öğrencilerin affetmenin ne olduğunu öğrenmeleri ve bunu nasıl uygulayacakları konusunda kritik bir rol oynamaktadır (Haslip vd., 2019).

Bazı araştırmacılar affetmeyi evrim teorisi aracılığıyla bir ilişkiyi istismar eden başka bir bireye yönelik motivasyon değişikliği olarak tanımlamaktadır (Billinsley vd., 2020; McCoullght vd., 2013). Bu bakış açısına göre mağdurlar, intikamın/ kaçınmanın mı yoksa affetmenin mi daha iyi bir tepki olduğunu belirlemek için gelecekteki sömürü riskinin ilişkinin potansiyel faydalarından daha ağır basıp basmadığını belirlemektedir. Her ikisi de mevcut durumun ve ilişkinin özelliklerine bağlı olarak gelişmiş ve uygun tepkiler olarak kabul edilmektedir. İkinci bir görüş ise affetmeyi bir suç işlendiğinde ortaya çıkan affetmeme stratejisine bir yanıt olarak sunmaktadır (Strelan, 20202; Worthington vd., 2019).

Araştırmaların çoğu, affetmeyi ilişkiler yoluyla anlamaya odaklanmıştır. Örneğin çalışmalar affetmenin şefkat, sevgi, empati ve öz kontrol gibi erdemlerle yakından ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Corrish vd., 2020; Kim vd., 2020; Kang vd., 2020). Affetmenin diğer erdemlerle yakından ilişkili olması mantıklıdır. Affediciliğin yordayıcılarının değerlendirilmesi de önemlidir. Çünkü bunlar, affetme müdahalesini ve eğitimini geliştirmeye hizmet edebilir. Önemli yordayıcılar olarak gösterilen özür dileme, ilişkinin yakınlığı ve acının ciddiyeti gibi bazı durumlara dair fikir vermektedir (Jeter ve Brannon, 2018; Li vd., 2021; Yücel ve Vaish, 2021).

Affediciliğin araştırılması gereken yedi farklı boyutu bulunmaktadır. Kendini affetmek, başkalarını affetmek, Tanrı'yı affetmek, başkalarının affını hissetmek, Tanrı'nın affını hissetmek, başkalarından af dilemek ve Allah'tan af dilemek. İhlalciye özgü bir travmayı affetmek, önde gelen birçok teorisyen ve araştırmacıdan alınan bileşenleri içerecektir. Olumsuz duygulanımın sona ermesi (Enright, Gassin ve Wu, 1992), failin borcunun iptali (Exline ve Baumeister, 2000), misilleme motivasyonunun azalması ve failden uzaklaşma (McCoullght vd., 1998),

suçlanmaya değer bir ihlalcıye yönelik toplum yanlısı değişimdir (McCoullght, Pargament ve Thoresen, 2000). Buna ek olarak affetmenin, zaman geçtikçe ve uyumlu bilişsel stratejilerin geliştirilmesiyle gel-git yapabilen dinamik bir süreç olduğu varsayılmaktadır (McCoullght, Fincham ve Tsang, 2003).

Çocuklukta cinsel istismar bağlamında affetmek, bir dizi faktörden dolayı muhtemelen diğer ihlalleri affetmekten farklıdır. Birincisi çocuklukta cinsel istismar failleri genellikle çocuğun güvenliğinden ve refahından sorumludur ve kurbanlarıyla duygusal açıdan son derece yakın bir ilişki içerisinde. Cinsel istismarda güvenlik ihlaliyle birlikte güvene ihanet çok derindir ve affedilmesi özellikle zor olabilir. İkincisi çocukluk çağındaki cinsel istismarı affetmek muhtemelen karmaşık ve dinamik bir süreçtir. Başlatılması zordur ve önemli miktarda zaman gerektirir (Enright, Santos ve Al-Mabuk, 1989).

Sosyal bilimciler adaleti iki tür olarak incelemişlerdir. Birincisi cezalandırıcı adalet, suçlunun ı dolayı cezalandırılmasını içerir ve hukuk sisteminin odak noktasıdır. İkincisi onarıcı adalet, failin pişmanlığını ifade etmesi gibi uzlaştırıcı davranışların yanı sıra zararın tazmin edilmesini de içermektedir (Exline vd., 2003). Affetme süreçleri birçok düzeyde incelenmektedir. Bir davranış olarak affetme, doğası gereği belirli bir olay veya suçla bağlantılıdır. Affetme konusunda suçun ciddiyeti, kasıtlılığı, özür dilenmesi ve düzeltme isteği önemli ayrıntılardır (Worthington, 2005). Deneysel araştırmalar göstermektedir ki daha güçlü bir alçakgönüllülük duygusu hisseden insanlar, ihlalleri daha kolay affetmektedir. İnsanların kendilerine özür veya başka bir tazminat aldıkları takdirde başkalarını affetme olasılıkları daha da artmaktadır (Exline vd., 2003).

Affetme doğası gereği kişilerarasıdır. Hem mağdurun hem failin katkıda bulunacağı bir süreç olarak tanımlanmaktadır. Affedicilik olumlu ve sosyal amaçlara dayanmaktadır. Affetmek zaman alabilmekte ve genellikle hemen gerçekleşmemektedir. Kişilerin, sevdiği insanları incitme ihtimali daha yüksek olduğundan yakın ilişkilerde affetmek daha anlamlı olabilmektedir (Fenell, 1993). İnsan davranışlarının çoğu genetik faktörlerden etkilendiğinden affetmenin de öyle olabileceği çok muhtemel gözükmemektedir. Affediciliğin ahlaki yargılar içermesi de muhtemeldir. Affetmek aslında empati, sosyal algı ve yargılarla ilgili olabilmektedir (Worthington, 2005).

Affedicilik yalnızca suçluya yönelik olumsuz düşüncelerin, duyguların, motivasyonların ve davranışların azaltılması yoluyla affetmemenin azaltılması olarak görülmemelidir. Aynı zamanda empati, umut veya şefkat gibi olumlu duygu ve bakış açılarının artması olarak da görülebilir.

Her bağlamda affetme ve affetmeme, benlikle ilişkili olarak benlikten ya da başkalarından kaynaklanan bir durum ya da eylem olarak düşünülebilir. Kendini affetmenin daha yüksek benlik saygısı ile ilişkili olduğu varsayılmaktadır (Glasar vd., 1996). Affetme gibi değerler doğuştan gelir ve bu nedenle bir şekilde öğrenilmesi gerekir (Gunnestad vd., 2015). Araştırmalar, çocukların affetmeyi dört veya beş yaş kadar erken bir zamanda öğrenmeye başladığını (Oostenbroek ve Vaish, 2019), on beş ila on yedi yaşları arasında çoğu çocuğun uyanık olduğu saatlerin en az üçte birini okulda, eğitimde geçirmeye başlayacağını belirlemiştir.

Literatürde affedicilik din çerçevesiyle de açıklanmaktadır. Çok sayıda araştırma din ve affetme arasındaki ilişkiye atıfta bulunmaktadır (Fincham, 2020; Nyarko ve Punamaki, 2017; Raj vd., 2016; Ramirez Jimenez ve Desfilis, 2020; Recine vd., 2020; Sandago ve Williamson, 2010). Din ve affetme arasındaki ilişkiye dair literatürde tekrarlanan bir olgu, dindar insanların kendilerini affedici olarak tanımlama eğilimindeyken, fiili suçlara yanıt olarak daha affedici olduklarını bildirmeleridir (Davis vd., 2013; McCollough vd., 1999).

“Tanrı tarafından içtenlikle affedilenler, başkalarını da affederler.” (Matta, 6:14) İncil’de affetme ile ilgili çok açık ve net ayet ve pasajlar mevcut olup genellikle Tanrı’nın günahları affetmesi ya da bir insanın diğerini bağışladığı kişilerarası affetmeyle ilgili bir durum veya talimatla ilgili olan ayetler yer almaktadır. Joseph (Yusuf)’in kardeşlerini affetmesi, kardeşleri tarafından ihanete uğradıktan sonra asılsız suçlamalarla, hapisle ve sonunda başarı ve Mısır hükümeti içinde prestijli bir yerle sonuçlanması İncil’de anlatılmaktadır. Yusuf, kardeşleri kıtlık döneminde yiyecek istemek için ona yaklaşmışlardır. Hikayedeki ilk önemli gözlem, kişilerarası affetmenin, suçlunun yaptığı yanlışın dolayı pişmanlık duymasını gerektirmediğidir. Kardeşleri Yusuf’a yaptıklarından dolayı üzgün olduklarını söylememişlerdi. Ancak yine de Yusuf onları affetti. Affedicilik, suçlunun tepkisine bağlı olmamaktadır. Bunun yerine suçluya yönelik fedakarlığın ve sevginin bir sembolüdür. Affedicilik yalnızca zihindeki bir karar değildir;

bağışlayan kişinin duygusal, zihinsel ve davranışsal dönüşümünü içeren bir süreçtir. Kutsal kitaptaki affetmenin Rabbin yaşamlardaki daha büyük işine olan temel güveni temsil ettiğini ortaya koyar. (Yaratılış, 45:8; Yaratılış, 50:19-20; İncil'in Yeni Amerikan Versiyonu, 1995).

Eğer biri sizi incitirse, bunun caiz olduğunu, hatta bazen suçluyu hayatımızdan çıkarmaya teşvik edildiğini duymanın veya görmenin yaygın olduğu durumlarda, İncil'deki affetmenin koşulsuz olarak uygulanması gerekir. Petrus, Mesih'e, kendisine karşı günah işleyen erkek ve kız kardeşini kaç kez affetmesi gerektiğini sorduğunda İsa şöyle cevap verdi: “ Size yedi kez demiyorum yetmiş kez diyorum.” (İncil'in Yeni Amerikan Versiyonu, 2011; Matta 18:21-22). Bu şekilde İsa, durum ya da kişi ne olursa olsun affetmeyi teşvik etmektedir.

Literatür araştırmalarının çoğunun Hristiyan örneklerine dayanması nedeniyle sınırlı olduğu için eleştirilmiştir (Carlisle ve Tsang, 2013; Davis vd., 2013). Daha önce affetmeyle ilgili olduğu tespit edilen ve din ile ilişkili olduğu teorileştirilmiş örtülü teoriler, dini kimlik suçuna maruz kalan bir Müslüman örnekleme arasında affetme ile dini bağlılık arasındaki ilişkide olası bir düzenleyici değişken olarak incelenmiştir. ABD'nde yaşayan etnik açıdan çeşitli Müslümanlardan oluşan bir örneklem, örtülü teoriler, dini bağlılık ve affedicilik ölçümlerini içeren çevrimiçi bir ankete katıldı. Sonuçlar, dini bağlılık ve affetme arasındaki ilişkiyi etkilemediğini gösterdi (Hart, 2021).

Müslümanların dini kimliklerinden dolayı kendilerine yönelik bir saldırıya maruz kaldıklarında baş edebilecekleri yollardan biri de affetmektir. Her ne kadar kimlikle ilgili suçları affetmeye yönelik araştırmalar mevcut olsa da (Burrow ve Hill, 2012; Davis vd., 2015; Powell vd., 2017) bu literatür büyük ölçüde gruplar arası affetmeye odaklanmıştır. Bir bireyin kimliğiyle ilgili kişiler arası suçların dış gruplara ait bireyler tarafından affetmeye odaklanan daha az çalışma bulunmaktadır. Affetme, İslam'da bir erdem olduğu için, sadık Müslümanlar kimliklerine dayalı bir suçu affedebilirler. Ancak affediciliği araştıran bilim adamları, dini ölçümleri ile devlet affetmesi arasında, düzenleyici etkinliklerle açıklanabilecek tutarsız bir ilişkiyi dikkat çekmiştir (Worthington vd., 2012).

1980'li yıllarda bilimsel bir araştırma konusu haline gelmeden önce affedicilik, dinin alanına girmekteydi (Worthington, 2005). Yani bağışlayıcılık,

dinler tarafından teşvik edilen ve teorik olarak dinin takipçileri tarafından uygulanan bir erdem olarak görülmekteydi. Affedicilik ve din üzerine yapılan çalışmalar, hangi grup dindar insanın en çok bağışlayıcı olduğu sorularına cevap arayarak başladı ve araştırmacılar Hristiyanların kendilerini diğer dinlere kıyasla daha affedici olarak tanımladıklarını buldu (Worthington vd., 2010). Araştırmacılar ayrıca genel olarak dindar kişilerin dindar olmayanlara göre daha bağışlayıcı olduğunu bildirmiştir (Worthington vd., 2010). Ancak McCollught ve Worthington (1999) tarafından yürütülen Affedicilik ve din üzerine yapılan bir araştırmada şunlar vurgulanmaktadır: Dindar insanlar kendilerini daha az dindar olarak tanımlayanlara göre daha bağışlayıcı olsa da, dindar bir bireyin bildirdiği affetme istekliliği bir suçu fiilen affetmesi arasında bir boşluk bulunmaktaydı. Yani dindarlar, affedici olduklarını iddia ederken belirli suçları sürekli olarak affetmiyorlardı. Bu fenomen, din/maneviyat ve affediciliği inceleyen bir meta-analizde daha ayrıntılı olarak araştırılmıştır (Davis vd., 2013).

Yahudilik, affetmeyi bir suçun ortadan kaldırılması olarak kavramsallaştırmaktadır. Öyle ki mağdur suçu hatırlarken, suçluyu kabul eder ve onunla ilişkiye açık hale gelir. Hristiyanlık affetmeyi bir suçun affedilmesi olarak görürken, İslam affetmeyi Allah'a karşı kişi veya kişilere, topluma, diğer canlılara veya genel olarak çevreye karşı bir suçun kapatılması olarak tanımlar. Hinduizm genellikle Affedicilik kelimesini merhamet veya şefkati temsil eden kelimelerle birleştirir ve Budizm'de affetme din içine kullanılan çeşitli diller nedeniyle kolayca tanımlanamamaktadır (Rye vd., 2000). Hristiyanların kişiler arası bağlamdan bağımsız olarak affetmeleri beklenirken, Yahudiler affetmeyi yalnızca suçlu tövbe ettiğinde bir gereklilik olarak görürler (Worthington vd., 2010). İslam'da affetmek, iki kişi arasında tövbe etmeyi gerektirmez. Ancak Allah'tan gelen affetme tövbeyi gerektirir (Rye vd., 2000). Budizm, hoşgörü için tövbeyi veya pişmanlığı gerektirmez ve Hinduizm daha az açıktır; bazı metinler tövbeyi takip eden affedicilik örnekleri sunarken diğerleri pişmanlık olmadan affetmeyi gerektiği ifade etmektedir (Rye vd., 2000).

Literatürde affetmenin dinler arasında farklı anlaşıldığının kabul edilmesine rağmen, mevcut araştırmaların çoğuyla ilgili olarak belirtilen sınırlamalardan biri, çalışmaların ağırlıklı olarak beyaz ve Hristiyan örneklerle dayanması ve bu durumun

diğer gruplarla yapılan örneklere dayalı araştırma çağrılarına yol açmasıdır (Carlisle ve Tsang, 2013; Davis vd., 2013). Affedicilik dindarlara özel olmasa da, dinin derinliklerine yerleşmiş ve din tarafından bilgilendirilmiş bir yapıdır. Affedicilik literatürünün Hristiyan örneklerine dayanması, affetme anlayışını da kısıtlamaktadır. Çünkü bu, büyük ölçüde Hristiyan affetmegörüşü üzerine inşa edilmiş bir anlayıştır. Bu nedenle Müslüman örneklerde affetme üzerine araştırma yapmak önemlidir. Çünkü affetme anlayışını İslam bağlamı da kapsayacak şekilde genişletebilir. Araştırmacılar ayrıca gruplar arası çatışmalar bağlamında din ve affetme arasındaki ilişkiye dair araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu belirtmektedir (Davis vd., 2013).

“Günahlarımızı itiraf edersek, O sadık ve adildir ve günahlarımızı bağışlar. Her türlü kötülükten arındırır.” (Yeni Uluslararası İncil Versiyonu, 2011; Yuhanna 1:19). “Birbirinize karşı sabredin ve birbirinizi affedin. Eğer birinizin diğerinden şikayeti varsa Rabbinizin sizi affettiği gibi siz de affedin. “ (Yeni Uluslararası İncil Versiyonu, 2011; Koloseliler, 3:113).

“Ne mutlu günahları örtölüp bağışlananlara.” (Romalılar; 4:7-8). Affetme, dindar veya hiçbir dine inanmayan insanlar için de geçerlidir (Webb vd., 2013). Dindar insanlar, dini hayatlarının merkezi bir yol gösterici ilkesi olarak gördüğü için dindar bireyler daha fazla affetme eğilimindedir (Brown vd., 2007). Affedicilik, kültürlerle, etnik köken ve dinlere nüfuz eden insani bir kavramdır (Wor vd., 2019).

Yahudi geleneğinde tövbe genellikle affetmenin gerekli bir ön koşulu olarak görülmektedir. Ancak Hristiyanlık içinde bu konuda derin anlaşmazlıklar bulunmaktadır. Pek çok Hristiyan evrensel ve koşulsuz affetmeyi savunurken, diğerleri öncelikle tövbenin gerekli olduğunu savunmaktadır. İsa’nın Luka (17:3)’da geçen sözü buna örnek teşkil etmektedir. “Kardeşin sana karşı suç işlerse onu azarla; eğer tövbe ederse onu bağışlayın.” (Worthington, 2005)

İnsanlar Tanrı ile ya da kutsal bazı ilahi güçlerle olan ilişkilerini korumak için faili affetmeye motive olabilmektedirler. Tek tanrılı dinlerde affetmenin en önemli teolojik gerekçelerinden biri Tanrı, insanları bağışladığı için insanların da diğerlerini affetmesi gerekmektedir inancıdır (Rye vd., 2000). Hristiyanlık, affetmeyi herhangi bir dinden daha fazla vurgulamaktadır (Lutjen vd., 2012). Ancak İslam (Abu-Nimer ve Nasser, 2013), Budizm (Rye vd., 2000), Hinduizm (Duggi ve Kamble, 2014) affetmeyi kendi ilkelerine göre tanımlamaktadır.

İslam, takipçilerine davranışlarına rehberlik edecek bir çerçeve sağlar (Scull, 2015). İslam'da affedicilik önemli bir değerdir (Abu Nimer ve Nasser, 2013) ve dört Arapça terimle alakalıdır; al-afn (affetmek), safhu (günahlardan geri dönmek), ghaffara (günahları silen) ve samah (cömert), (Abu Nimer ve Nasser, 2015). Tövbe aynı zamanda dört esastan oluşan temel bir İslam ilkesidir. Kötülükler için pişmanlık, yanlışları tekrarlamamak adına kararlılık, yanlışlar için tazminat ve istiğfar yani affetme. İslam, affetmeyi öğretir ve insanlarla Allah arasındaki ilişkileri yeniden kurar (Abu Nimer ve Nasser, 2015).

İslâm inancının temeli olan Kur'an'da da Allah'ın çok affedici olduğu birçok yerde tekrarlanır ve insanlardan da affetmeleri istenir (Kurt, 2005). Affetme ile ilgili olan bazı ayetler şu şekildedir; "Bir kötülüğün karşılığı, onun gibi bir kötülüktür.

Bununla birlikte, her kim affedecek ve durumu düzeltecek olursa (bilsin ki), onun karşılığı Allah'a aittir; Çünkü Allah zalimleri sevmez (Şura 37)." "Bununla birlikte her kim güçlülere göğüs gerecek ve (kendine yapılanları da) bağışlayacak olursa (bilsin ki), bu, yapılmaya değer işlerdendir" (Şura 43). "Ey inananlar eşlerinizden ve çocuklarınızdan size düşman olanlar da vardır; onlardan sakının. Bununla birlikte yine de onları affedecek, kusurlarını görmezden gelecek ve böylece onları bağışlayacak olursanız, (bilin ki) Allah çok bağışlayan, çok müşfik olandır" (Teğabün 14).

İslam, Yahudilik ve Hristiyanlık affedicilik yaklaşımında önemli farklılık göstermektedir. Yahudilik ve İslam, affetmeden önce tövbeyi gerektirir (Auerbach, 2005). Hristiyanlık, önkoşulsuz affetmeyi kolaylaştırmak için inananlara merhameti ve sevgiyi öğretir (Auerbach, 2005). İncil'de "Eğer tövbe varsa bağışlayınız." (Matta 17:3). Yahudilikte affetmenin kuralları katıdır. Tövbe üç aşamadan oluşur. Kişi önce günahı itiraf etmeli, sonra yaptığı hatadan tövbe etmeli ve son olarak da günahı tekrarlamamaya çaba göstermelidir. Bireyin ayrıca günahını topluluğa açıkça itiraf etmesi ve mağdurun zararını tazmin etmesi gerekir. Bu koşullar sağlandıktan sonra fail affedilir (Auerbach, 2005).

İslam'da affediciliğin gereklilikleri Yahudiliktekiyle aynıdır. Uzlaşma, anlaşmazlığı sona erdirmek ve affetme yoluyla barışı yeniden tesis etmek için toplumsal bir çerçeve içinde gerçekleşir (Auerbach, 2005). Müslümanlara göre bağışlanma için tövbe gereklidir, ancak affetmenin Allah'a ait bir karar olduğunu

bilmelidir (Abu Nimer ve Nasser, 2015).

Affedicilik Budizm geleneğinin temel ilkelerinden biri değildir, şefkat ise Budizm'in yapı taşıdır (Gold ve Davis, 2005). Budist geleneği affetmeyi kavramsallaştıran iki erdem: hoşgörü ve acıya son vermek (Paz vd., 2007). Budiz, kişisel sorunları çözmek için hoşgörü ve şefkat yoluyla affetmeyi vurgular (Rye vd., 2000). Hindu geleneği affetmeyi bir erdem olarak görür. Hinduzim'de affetmek maneviyatın bir direğidir ve şöyle tanımlanır: duyguları kontrol ederek, hoşgörü göstererek zor koşullar altında suçlarla baş eden zihinsel güçtür (Duggi ve Kamble, 2014). Hindu geleneği günahı yargılamadan affedicilik sunan lütfu öğretir (Alan, 2007). Hindular olumsuz duyguların ve öfkenin gelecekteki doğumlara taşınmasını istemezler ve bu nedenle affetmeleri gerekir (Tripathi ve Mullet, 2010).

Dünyadaki kültürlerin ve dini geleneklerin hepsinin, ilişkilerde meydana gelen acı ve travmalarla baş etmeye yönelik bazı süreçleri vardır (Marshall, 2014). Hristiyan gelenekleri İsa'nın kendisine zulmedenleri bağışladığı hikayelerini yorumlayarak insan şefkatinin sınırlarını aşan İsa Mesih sevgisine vurgu yapmıştır (Marty, 1998). Karma kavramını benimseyen Budist geleneklerde, başkalarının suçlarını affetmek, bu yaşamdaki olumsuz deneyimlerin, önceki yaşamdan gelen kötü karmanın sonuçları olarak kabul edildiği göz önüne alındığında, sonraki yaşam için olumlu karma yaratmanın bir yoludur (Sharma, 2005). Kutsal kitapta inananlara Mesih'in fedakar ve koşulsuz sevgisini taklit ederek ve başkalarına karşı açık sevginin bir ifadesi olarak affetmeleri talimatı verilir (Kim vd., 2020; Yeni Uluslararası İncil Versiyonu, 2011, Efesliler, 4:32). Tüm günahlar affedildiğinden ve yalnızca Tanrı günahları affetme hakkına sahip olduğundan, başka bir insanı günden sorumlu tutma hakkı olmadığından, bir insanın diğerini affetmesi kutsal yazılarda öğretilen bir görev değil, aynı zamanda bir lütuf haline gelir.

1.1.2. Affediciliğe Etki Eden Faktörler

Kendini affetme düzeylerinin artması, sigara içme ve aşırı harcama gibi kronik sağlıksız davranışları değiştirme olasılığının azalmasıyla ilişkilendirilmiştir (Peetz vd., 2021; Wohl ve Thomson, 2011). Geçmiş araştırmalar, affetmenin psikolojik sıkıntı, öfke ve stresin azalması ile ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır. Düşmanlık, depresyon, kaygı, yaşam memnuniyeti, öznel mutluluk, psikolojik iyi

oluş, olumlu duygulanım, kendini kabul ve gelecekteki zorluklarla başa çıkma yeterliliği ile de ilişkili olduğu belirlenmiştir (Akhtar ve Barber, 2018; Fincham ve May, 2019; Lopez vd., 2021; Raj vd., 2016; Rasmussen vd., 2019; Toussaint vd., 2020).

Birçok araştırmacı nitel analiz yoluyla affetmenin potansiyel olarak öfke ve derin düşünmenin azalmasının bir sonucu olarak katılımcıları daha yüksek düzeyde iç huzura yönlendirdiği sonucuna varmıştır (Raj vd., 2016; Toussaint vd., 2020). Affetmemek, artan olumsuz duygulanım, azalan bilişsel yetenekler ve sosyal büyümenin önündeki daha büyük engellerle ilişkilidir (Akhtar vd., 2017). Kendini affetme düzeyi daha fazla yüksek olanlar aynı zamanda daha az intihar düşüncesi ve kendine zarar verme deneyimi yaşarlar (Cleare vd., 2019). Bu daha sağlıklı zihinsel durumların bir işaretidir. Bu affetme ile olumlu duygular, olumlu ilişkiler, maneviyat, güçlenme, hayatta anlam ve amaç duygusu gibi konularla artan raporlar arasındaki korelasyonla potansiyel olarak açıklanabilir (Akhtar vd., 2017).

Geçmiş meta-analizlerden ve sistematik incelemelerden ortaya çıkan, kronik ağrının azalmasının yanı sıra kardiyovasküler sağlıkla, kan basıncında ve kortizol düzeylerinde iyileşme ve kalp damar sağlığında olumlu etkiler de dahil olmak üzere affetmeyle ilgili önemli miktarda fiziksel sağlık belirteci bulunmaktadır. Kanseri, travmatik beyin yaralanmaları ve madde bağımlılığı da buna dahildir (O’Beirne vd., 2020; Rasmussen vd., 2019; Worthington vd., 2017).

Kişilerarası travma yaşayan kişiler sıklıkla kendilerine ilişkin olumsuz bakış açısıyla mücadele ederler. Bu durum çoğunlukla kişilerarası travma yaşayan kişilerde daha yaygındır. Bunun nedeni çocuk büyüdükçe benlik algısının doğal gelişmesidir (Naismith vd., 2019). Suçluluk ve utanç duyguları nedeniyle, öz şefkatin iyileşme sürecine dahil edilmesi iyileşme için esastır ve aynı zamanda bireyin kendisine zarar verenleri affetme istekliliği ve yeteneği ile de ilişkilendirilebilir (Valdez ve Lily, 2019). Affetmenin aynı zamanda sağlıklı yaşam ile olumlu etkisi bulunmaktadır. Bunun bir örneği affetmenin kaygı ve depresyonda azalmaya yol açmasıdır. Affedenlerin empatisi daha yüksektir ve başkalarına nezaket gösterirler. Ayrıca ilişkiler daha iyi sürdürülür ve çatışmalar affedenler tarafından daha iyi yönetilir (Wu vd., 2019).

Affetmenin ruh sağlığı üzerindeki etkisi derin düşüncelere dalma yoluyla ve

kızgınlık, kırgınlık, nefret, düşmanlık, öfke ve korku duyguları affetmeme olarak tanımlanabilir(Worthington vd., 2001). Olumsuz duygular ele alınmadan bırakılırsa önemli zihinsel sağlığa yol açabilir. Misilleme, intikam, adalet, inkar ve affetme dahil olmak üzere affetmemeyi ele almanın birçok yolu vardır (Worthington ve Wade, 1999). Affedicilik, affetmemenin güçlü, olumlu ve sevgiye dayalı duygularla kirlenmesini veya önlenmesini içerir (Worthington vd., 2001). Affetmenin zihinsel sağlık ve refah üzerinde doğrudan etkisi bu fizyolojik değişiklikler yoluyla olabilmektedir.

Psikolojik ve bilimsel topluluklar affetmenin birçok zihinsel, duygusal ve hatta fiziksel sağlık faydasını fark etmeye başladıkça affetme araştırmaları son birkaç yılda hızla ilerlemektedir (Akhtar ve Barlow, 2018; Akhtar vd., 2017; O’Beirne vd., 2020; Rasmussen vd., 2019; Worthington vd., 2007). Bir ihlalin ortaya çıkardığı mağdurdaki stres ve affetme, bu stresle başa çıkmak ve ilgili iki kişi arasında algılanan adaletsizlik uçurumlarını kapatmak için bir araç olabilir (Worthington, 2020). Affetmek daha iyi uyku alışkanlıkları, azalan kan basıncı, azalan kalp hızı ve kronik ağrının azalması dahil olmak üzere birçok olumlu fiziksel sağlık belirtisiyle ilişkilendirilmiştir (O’Beirne vd., 2020; Toussaint vd., 2020; Worthington vd.,2007). Affetmek depresyon, stres, öfke, kaygı, mantıksızlık, değersizlik duyguları, güven eksikliği, korku ve suçluluk duygusunda azalma, enerji artışı, kendini koşulsuz kabul etme, yaşam tatmini gibi olumlu fiziksel ve zihinsel sağlık belirtisiyle ilişkilidir (Akhtar vd., 2017; Akhtar ve Barlow, 2018; Çelik ve Ertürk, 2021; Fehr vd., 2010; Fincham vd., 2020; Raj vd., 2016).

Affetme kültür (Joo vd., 2019 ; Worthington ve Cowden, 2017), suçluya karşı mağdurun bakış açısı (Smith, 2019), iş ve istihdam (Wang vd., 2021), ilişki dinamikleri (Emer vd., 2021; Strabbing, 2020) veya cinsiyet gibi sosyal yapılar bağlamında çerçevelenebilir. Affediciliğin sosyal destek, kişilerarası işlevsizlik ve sağlık davranışı gibi değişkenler yoluyla dolaylı olarak ruh sağlığını geliştirmesi muhtemeldir (Temoskok ve Chandra, 2000). Bu aracı değişkenler genellikle iyileşen ruh sağlığı ile ilişkilidir (Bausell, 1986). Affetmenin bu aracı değişkenlerle olumlu yönde ilişkili olduğunu ve bunun da ruh sağlığıyla olumlu yönde ilişkili olduğunu öne sürmektedir (Mohr vd., 2001; Saltzman ve Holahan, 2002).

Affetme ve ruh sağlığı arasındaki ilişki her durumda dolaylı olarak

görülebılır. Ruminasyon eksikliği affetme yeteneğinin temel belirleyicisi gibi görüldüğünden (McCoullght, 2000) affetmeyle el ele gidebilir ve dolayısıyla aracı bir faktör olmayabilir. Sosyal destek, kişilerarası işlevsizlik ve sağlık davranışının affetme yeteneği ile daha az iç içe geçmiş olduğu ve dolayısıyla açık arabulucu olma olasılığının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Birçok araştırmacı, failin pişmanlık göstermediği ihlalin çok şiddetli olduğu veya suçun neden olduğu yaraların çok taze olduğu durumlarda affetmeye karşı uyarıda bulunmuştur (McCoullght ve Worthington, 1999; Worthington, Sandage ve Berry, 2000). Şiddet içeren suçların affedilmesi mağdurlar için hem fiziksel ve psikolojik olarak tehlikeli olduğu için eleştirilmiştir (Bass ve Davis, 1988).

Son yıllarda affetmenin farklı tanımları, affetmenin genel olarak ruh sağlığı üzerindeki faydaları ve affetmenin travmayı iyileştirmede potansiyel faydaları dahil olmak üzere farklı bağlamlarda affetme konusunda önemli çalışmalar yapılmıştır (Fehr vd., 2010; Field vd., 2013; Schultz vd., 2014; Yao ve Chao, 2019). Çeşitli araştırmalar, anksiyete ve depresyon gibi zihinsel sağlık sorunları olan bireyler için kendini ve başkalarını affetme ile birlikte iyileşmeler olduğunu göstermiştir (Jarret vd., 2017; Orcutt vd., 2008). Örneğin aile terapisinde sadakatsizlik olaylarını düzeltmek için yapılan aile terapisinde affetmenin sorunları iyileştirmede katkısının olduğu gözlemlenmiştir (Yao ve Chao, 2019). Affetmenin doğası ve hem fiziksel hem de zihinsel sağlık üzerindeki yararların ilişkin araştırmalar bulunmaktadır. Bu araştırmaların çoğu dayanıklılık, stresi azaltmak ve ilişkileri geliştirmek dahil affetmenin genel faydalarına odaklanmıştır (Jarrett vd., 2017).

Kişilerarası bağlamda başkalarını affedebilen ve verimsiz öfke, acı, kızgınlık veya hayal kırıklığı, duygularını bırakabilen bir kişi, muhtemelen başkalarından daha kolay ve etkili bir şekilde sosyal destek arayabilecek ve alabilecektir (Solomon vd., 2014). Biyomedikal alanda affetmek ve unutmak mümkündür. Öfkeli düşünce duyguların bırakılması, uygunsuz şekilde aşırı uyarılmış fizyolojik sistemlerin daha normal homeostazis seviyelerine döndürülmesinde fizyolojik yandaşlara sahip olabilir (Basedovsky vd., 1996). Affetmenin kritik sağlık davranışlarıyla da önemli ölçüde ilişkili olduğu bulunmuştur. Antiretrovial ilaçlar reçete edilen 91 hastada önemli kişiler tarafından affedilmeme hissi, önceki hafta önemli ölçüde daha fazla ilaç dozunun kaçırılmasıyla ilişkilendirilmiştir.

Affedicilik aynı zamanda daha yüksek algılanan ilişki kalitesi (Rolloff vd., 2001), ilişkisel tatmin (Braithwaite vd., 2011) yoluyla ilişki işleyişi üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir ve azalan stres tepkileri, daha düşük kalp atış hızı, daha yüksek yaşam memnuniyeti gibi bir dizi olumlu fiziksel ve zihinsel sağlık sonuçlarıyla ilişkilidir. (Toussaint, Worthington ve Williams, 2015). Stres hem zihinsel hem fiziksel sağlık şikayetleri için bir risk faktörü olarak tanımlandığından, affetmenin yararları ve affetmeme ile olumsuz sağlık ilişkileri üzerine yapılan araştırmalar, affetme literatürünün önemli bir bileşeni olmuştur (Toussaint, Worthington ve Williams, 2015).

Psikofizyolojik tepkiler, cilt iletkenliği ve kalp atış hızı gibi affetmemeye ilişkin stres ölçmek için kullanılmıştır (Lang, 1979, Witliet ve Vrana, 2000). Araştırmalar, affetmenin sağlık üzerindeki olumlu etkilerini ve affetmeyen tepkilerin olumsuz sonuçlarını belirlemek için bu teknikleri kullanmıştır. Katılımcıların fizyolojik tepki kalıpları affetme affetmeme durumlarını hayal ederken ve iyileştirme sırasında sürekli ölçüldü. Sonuçlar, affetmeyen imgeleme denemeleri sırasında katılımcıların daha yüksek kalp atış hızı , cilt iletkenlik düzeyi puanları, kas gerginliği ve daha yüksek tonik göz seviyeleri deneyimlediklerini bulmuştur (Brossehot ve Thayer, 2003; Vrana, 1993).

Affedicilik ve ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi araştıran araştırmacılar büyük ölçüde affedicilik eğilimine odaklanmıştır. Örneğin ABD'deki lisans öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırma, mutsuz bir ilişki hayal ederken affetme eğilimi yüksek katılımcıların küresel zihinsel sağlık ölçümünde daha iyi puanlar aldığını ortaya koymuştur (Berry ve Worthington, 2001). ABD'deki ülke çapında yapılan, yaşlı yetişkinler arasında yapılan bir araştırma, benzer şekilde başkalarının affetmenin, depresif belirtilerle olumsuz ilişkili olduğunu ve yaşam doyumunu olumlu yönde yordadığını ortaya çıkardı (Krause ve Ellison, 2003). Durum affetmesi ile sağlık arasındaki ilişkiyi değerlendiren birkaç çalışma, durum affetmenin azalan durum kaygısı (Subloviak vd., 1995), daha fazla varoluşsal refah (Rye vd., 2001) ile ilişkili olduğunu bulmuştur.

Affediciliğin ruh sağlığını olumsuz yönde etkilediğine dair başka kanıtlar da mevcuttur. TSSB'li gazilerden oluşan bir örnekleme hem kendilerini hem başkalarını affetmemek, TSSB semptom şiddeti ve depresyonla pozitif yönde

ilişkiliydi (Witliet vd., 2004). Üniversite lisans öğrencileri üzerinde yapılan geniş çaplı bir araştırma da kendini ve başkalarını affetmemenin depresyon ve kaygı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu bulmuştur (Maltby vd., 2001). Affetmek, mağdurlar ile failler arasındaki ilişkileri geliştirir (Karremans ve Van Lange, 2004; Tsung vd., 2006). Doğru affetme, kişinin fizyolojik ve psikolojik iyi olma haline fayda sağlayabilir (Langman ve Chung, 2013). Çeşitli çalışmalar affedicilik ile psikolojik sağlık arasında bir bağlantı bulunmuştur (Berry vd., 2005; Friedbery vd., 2009; Lauler vd., 2005; Messay vd., 2012). Affetmek omurga sorunları, fizyolojik olaylar ve kalp sorunlarının iyileşmesiyle ilişkilendirilmiştir (Friedbery vd., 2009).

“Psikoloji sadece zayıflıkların ve hasarların incelenmesi değildir, aynı zamanda güç ve erdemin de incelenmesidir.” (Seligman, 1998). Buna göre affetmenin mağdur ve suçlu için psikolojik olarak faydalı olduğunu, fiziksel, zihinsel ve sosyal sağlığı etkilediğini belirtmek gerekmektedir. Affedicilik, öfke ve kırgınlığın dağılmasını sağlar, bağışlayanlar ise daha uyumlu, güvenle bağlanan, başkalarına yönelik ve bencil olmayan kişilerdir. Ayrıca günah işleyenin bakış açısını affetmeyenlere göre daha iyi anlamaktadırlar (McCoulght vd., 1998). İnsanların gücenmeye eğilimi vardır. Affedicilik, incitici suçların ardından doğal olarak ortaya çıkmaktadır. Affedicilik öfkeyi gölgede bıraktığı ve azalttığı ölçüde sinir sistemi sorunlarını hafifletebilmektedirler (McCarty vd, 1995).

Affetmenin mağdurda daha büyük bir adalet duygusuna yol açtığı bulunmuştur (Wenzel vd., 2010). Affetmenin saldırganlığı (Copeland- Linder vd., 2011), ruminasyonu (Lowden- Gerber, 2009), umutsuzluğu (Toussaint vd., 2008) azalttığı bulunmuştur. Daha olumlu ilişki kalitesiyle de ilişkilendirilmiştir (Berry ve Worthington, 2001). Aynı zamanda fiziksel acıya eşlik eden daha az duygusal deneyimle de ilişkilendirilmektedir (Carsen vd., 2005). Affetmenin Witliet ev arkadaşlarına (2001) göre faydaları dört farklı alana ayrılmaktadır: fiziksel, zihinsel, ilişkisel ve ruhsal. Affetmek zihinsel durumu etkileyebilmektedir. Affetmemek streslidir ve ihlalciye karşı düşmanlık hissetmesine sebep olabilmektedir. Affetmeyen insanların affedenlere oranla çok daha fazla öfke ve depresyon yaşadıkları gözlemlenmektedir.

Klinik gözlemlerden elde edilen bulgular, affetmenin kaygıyla olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Rakibini affedenlerin kaygı düzeylerinde

önemli bir azalma görülmektedir (Fitzgibbons, 1986). Akthar (2002)'a göre bağışlandıktan sonra yaralayıcı olaylar artık insan zihnini meşgul etmemektedir.

Toussaint ve Webb (2005) güven ve uzlaşma açısından öfke ile affetmenin yer değiştirmesi gerektiğini savunmaktadır. Affetmenin insan sağlığı güvenliğine dikkat çeken Worthington ve arkadaşları (2007), intikama alternatif olabileceğini iddia etmektedir. Yapılan araştırmalara göre affetme hem fiziksel hem zihinsel sağlık açısından fayda sağlayabilmektedir (Coyle ve Enright, 1997; Freedman ve Enright, 1996).

Affetmeye yönelten müdahaleler umut, özsaygı ve suçlu kişiye karşı olumlu duygularda artış yaşatmaktadır. Depresyon, keder, kaygı, öfke ve intikam alma konusunda azalma görülmektedir (Hebl ve Enright, 1993; McCoullght ve Worthington, 1995; Coyle ve Enright, 1997). Witliet vd. (2001), fiziksel sağlık, daha iyi sosyal uyum, psikolojik olarak iyi oluş için affetmeyi tavsiye etmektedir. Yapılan ampirik araştırmalar sonucunda affetme odaklı düşüncelerin fizyolojik stres tepkilerini azalttığı gözlemlenmektedir (Witliet, Ludwing ve Vander, 2001).

Bireyin kendini düzenlemesini içerir (Pierro vd., 2018). Affetmek ruh sağlığını öngörür ve kırgınlığa aracılık eder (Gümüş ve Kışlak, 2019). McCollough ve arkadaşları (2000)' na göre bireyler affettiğinde kendilerini gücendirenlere daha olumlu ve daha az olumsuz duygular besler. Affetmek mükemmelliği, iyileşme ve gelişmeyi kolaylaştırmaktadır. Affetmek bireyde psikolojik bir rahatlamaya neden olurken mutluluğu ve psikolojik iyi oluşuna etki etmektedir (Bugay ve Demir,2011).

Tüm bunların yanında affetmek kişisel olduğu kadar toplum yanlısı bir davranış olarak daha fazla araştırma gerektirmektedir (Fincham,2000; McCollough, Worthington ve Rachal, 1997). Wade (2005)'e göre affetmek sorunlarla başa çıkmanın olumlu ve etkili bir yöntemidir. Almur ve Cardis (1995), kişinin affederek olumsuz duygularla baş edebileceğini, kendini yaralayanlara karşı daha olumlu duygu ve davranışlar edinebileceğini savunmaktadır.

Affedicilik, başkaları ile uzlaşmamıza ve değer ilişkilerini yeniden kurmamıza, bizi kin beslemekten kaynaklanabilecek iç kargaşadan kurtarmamıza ve aşırı narsistik bir ilişkiden kurtulmamıza olanak sağlayabilmektedir. Affetmenin aynı zamanda sosyal bir değeri olabilir ve intikamcı tepkileri köreltebilir. Affetmenin çok yönlü faydaları olduğu gibi aceleci affetmenin de bazı tehlikeleri bulunmaktadır.

Özsaygıyı, ahlaki düzene saygıyı, yanlış yapana karşı saygıyı ve affetmenin kendisine olan saygıyı zayıflatabilmektedir. Başkalarını mağdur ederek saygıyı hiçe sayanlara kırgınlık veya kızgınlık göstermezsek kötülüğe suç ortağı olma riskini taşıyabilmekteyiz (Worthington, 1997).

Kısa vadede affetmemenin yoğun olumsuz duyguların yanı sıra diğer stres tepkileriyle tutarlı fizyolojik tepkiler ürettiği gösterilmektedir. Kronik olarak affetmeyen insanların kimyalarının stres altındaki insanlarla benzer olduğuna dair kanıtlar bulunmuştur (Witliet, Ludwig ve Baver, 2002).

Hall ve Fincham, başkalarını affetmenin tanım gereği koşulsuz olmasına rağmen, kendini affetmenin kişinin telafi etmesi veya durumu değiştirmesi koşuluyla verilebileceğini gözlemlemektedir. Kişilerarası affetme faille uzlaşmayı gerektirmez. Kendilikle uzlaşma, kendini affetmenin bir bileşenidir. Kendini affetmenin sonuçlarının, başkalarını affetmenin sonuçlarından daha ağır olabileceği fikrindedir. Çünkü affedilmemiş bir failden kaçınılabilir, ama affedilmemiş bir benlikten kaçınılamaz.

Gerçek anlamda kendini affetmenin şartı, suçlunun hatasını kabul etmesi ve sorumluluğu kabul etmesidir. Enright ve arkadaşları (1996), gerçek kendini affetmenin suçluluk, pişmanlık ve utanç konumundan kaynaklandığını ileri sürmüşlerdir. Mükemmeliyetçi kişiler kendini affetme konusunda zorluk yaşamaktadırlar. Negatiflik, utanç duygusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve genel öz saygı kendini affetme eğilimi ile alakalıdır.

Kendini affetmenin, başkalarını affetmenin, Tanrı tarafından affedildiğini hissetmenin ve Tanrı'yı affetmenin bireyler için olumlu psikolojik faydaları olduğu bulunmuştur (Rasmussen vd., 2019; Toussaint vd., 2020; Upeineks, 2021). Kendini affetme, kişi bir yanlış tespit ettiğinde ve kendisini suçluluk duygusundan ve hayattaki rolüyle ilgili diğer olumsuz duygulardan kurtardığında ortaya çıkar. Kişinin özgüvenini ve öz değerini etkiler. Potansiyel olarak hayattan daha fazla tatmin olmasına yol açabilir (Da Silva vd., 2017).

Kendini affetme yeteneği, ilerlemek ve büyümeyi sürdürmek için zorunludur (Pierro vd., 2021). Kendini affetme, kişinin başkalarını affetme yeteneğiyle ilgili olmayan, kişinin affedilmeyi hak ettiğini ve affedilmeye değer olduğunu anlaması ile başlar (Mastrocola, 2023). Kendini affetmek, aynı zamanda kişinin hayatı ve

duyguları üzerinde daha fazla kontrol sahibi olduğu algısına da yol açar (Da Silva vd., 2017). Kendini affetmek, kişinin gelecekte tekrar hata yapmaktan kaçınmak için kasıtlı bir plan yapmasına yardımcı olabilir (Mastrocola, 2023). Çoğu zaman, kendini affetmenin bir engeli, affetmenin kendisinin kişinin aynı hatayı iki kez yapmasını engelleyemeyeceği duygusudur (Mastrocola, 2023).

Daha büyük bir iyilik duygusu, kendini ve başkalarını affetmeyle doğrudan ilişkilidir (Toussaint vd., 2020). Ayrıca affetmek, bireylerde şükran ve derin düşünme ilişkisine aracılık etmektedir. Ayrıca kendini affetme ve başkalarını affetme, ruminasyon ile başkalarını affetme arasındaki ilişkiye aracılık etmektedir (Çolak ve Güngör, 2021). Ancak kendini affetmenin ölüm düşüncesi erişilebilirliği ve ahlaki belirginlik ile ilişkisini inceleyen bir çalışmada herhangi bir anlamlılık bulunamamıştır (McConnell, 2018).

Takada ve Obhuchi (2013) iki tür affetmeye işaret etmiştir: geçerli ve içi boş affetme. Geçerli affetme; katılımcıların ilişki odaklı güdülere dayalı olarak affetmeye motive olduklarını ve çatışmayı çözmek için işbirlikçi yöntemler kullandıklarını söylemiştir. İçi boş affetmede ise katılımcıların kendine yönelik hedefler ve kaçınma yöntemleriyle motive olduklarını söylemiştir.

Worthington ve arkadaşlarına göre (2015) kişisel inançlar, bağlanma stilleri, kişilik, olayı çevreleyen koşullar, dini inanışlar ve ihlalcıye karşı ilişki dahil olmak üzere birçok değişkenin kişinin affediciliğini etkileyebileceğinin belirtmiştir. Çoğu durumda affetmenin temeli dini veya manevi eğitime dayanmaktadır (Freedman ve Zarifkar, 2016). Freedman ve Chang'ın (2010) çalışması, dinin affetme konusundaki düşüncelerini şekillendirip şekillendirmediğine ilişkin verileri içermekte olup %79'u öyle olduğunu, %21'i ise öyle olmadığını belirtmiştir (Freedman ve Zarifkar, 2016). Kültürel farklılıkları inceleyen çalışmalar, affediciliğin farklı motivasyonları ve biçimleri olduğunu göstermektedir (Zhang vd., 2019). ABD ve Güney kültüründe yapılan kültürler arası bir araştırmada öfke ve affetme arasında olumsuz ilişki bulunmuştur (Kang vd., 2010).

1.1.3. Affediciliğin Sonuçları

Affediciliğin ihlale tepki olduğu durumlardaki çeşitli potansiyel maliyetlerin olduğu algısından yola çıkan bazı araştırmacılar ve psikologlar, affetmenin karanlık

tarafının da olabileceği sonucuna varmışlardır. Bir ihlalcinin mağdurun affetme davranışlarını olumlu, zevkli veya arzu edilen bir sonuç olarak algıladığı durumlarda, gelecekteki ihlal davranışlarını tekrarlama eğiliminde olabilir (McNulty, 2020).

Evlilikte psikolojik veya fiziksel saldırganlık durumunda saldırgan eşe yönelik kişilerarası affetmenin, saldırganlığın devamını öngördüğü rapor edilmektedir (McNulty, 2020). Suçun devam etme riskine ek olarak, kişilerarası affetmede öz saygının zedelenmesi, güç veya yetki kaybı, kötü davranışların pekiştirilmesi veya fiziksel, psikolojik ve ilişkisel refahın azalması yer almaktadır (Strelan vd., 2017).

Birçok insan için affetmek, teoloji ve inanca bağlı bir kelimedir. Bu tanım, ilişkinin onarılması beklentisiyle “diğer yanağını çevirmek” ve bize zarar verenleri affetmek fikrine dayanmaktadır. Affetmek konusunda başarısız oldukları ya da bu konuda isteksiz oldukları için kendi değerlerine sahip çıkamadıkları için suçluluk ve utanç duyabilirler (Orcutt vd., 2008). Affedicilik becerisini geliştirememek, bireyin giderek daha olumsuz bir kendilik algısına sahip olmasına neden olabilir ve bu da travma belirtilerinin yaşanmasını artıracaktır (Orcutt vd., 2008).

Affetmek, kişilerarası mağduriyet yaşayan kişiler için zorlayıcı olabilmektedir (Davidson vd.,2013). Cinsel şiddete maruz kalan kadınların sıklıkla “daha fazla intikam ve kaçınma ve daha az iyimserlikle” mücadele ettiğini ve bu durumun ek cinsel şiddet olaylarıyla orantılı olarak arttığını bildirmişlerdir. Ancak affetmek, tam tersine yararlı sonuçlar da doğurabilmektedir. Örneğin Porterfield ve Lindhout (2014), esaretten kurtulan bir kişiyle röportaj yaptı ve bu kişi, esareti esnasında hayatta kalması ve serbest bırakıldıktan sonra iyileşmesinde affetmenin önemli rolünü paylaşmıştır.

Popüler kültürde affetmek, çoğu zaman zayıflık olarak tasvir edilmektedir ancak literatür bu bakış açısının desteklenmediğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte şiddetli travmadan kurtulan bazı kişiler ve aile içi şiddet durumlarında eşlerine dönen kadınlar gibi affetmenin olumlu sonuçlar vermediği belirli durumlar da bulunmaktadır (Conner vd., 2003; Gordon vd., 2004). Bu durumlarda affetmenin tehlikeli sonuçlara yol açma potansiyeli vardır. Ayrıca affetmenin her durumda uzun vadeli psikolojik uyumu kolaylaştırmadığı da bulunmuştur (Orth vd., 2008). Bunun nedeni affetmenin kişinin intikam alma veya kaçınma gibi tutumlara göre daha zor

başarılması olabilir. Çünkü affetmek, kişinin kendi içindeki acıyla doğrudan yüzleşmesini içerir (Mullet vd., 2007). Ayrıca yükümlülükten dolayı affetmek, olumsuz etkide o kadar büyük bir azalmaya yol açmaz (Huang ve Enright, 2000). Bu nedenle affetmek, toplumsal ya da terapötik baskının bir sonucu değil, kişisel bir seçim olmaktadır (Armour ve Umbreit, 2005).

1.1.4. Affedicilik İle İlgili Çalışmalar

Mauger ve arkadaşları (1997), 237 tane danışmanlıkta ayakta tedavi gören kişi ile yürüttükleri çalışmanın sonucunda kendini ve başkalarını affetmemenin depresyon ve kaygıyla olumlu yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Subkoviak ve arkadaşları (1995), aynı cinsten ebeveyni olan 394 lisans öğrencisine anket uygulamış ve sonucunda durumu affetme, kaygı durumu ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

McCullough, Rachal, Sandage, Worthington, Brown ve Hight, (1998) evli çiftlerle bağlanmanın ilişki uyumu ve affetmeyle ilişkisini incelemişlerdir. Bulgulara göre; eşlerin affetme davranışının bağlanma ve ilişki doyumu ile ilişkili olduğunu görmüşlerdir. Buna göre affetmenin, mutlu çiftlerde daha çok olduğu görüşünü desteklemektedir. Yine bu araştırmacılar, üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında işlenen suç öncesi ilişkinin yakınlığının, affetmeyi kolaylaştırdığı yönünde sonuçlar elde etmişlerdir.

Sherer, Cooke ve Worthington (2000)' a göre affetme üzerine yapılan 950 çalışmanın %90'ı 1996'dan bu yana yapılmıştır. Pozitif psikolojik gelişimle ilişkili insan özelliklerini araştıran pozitif psikoloji de affetmeyi önemli bir kavram olarak görmüştür (Peterman ve Seligman, 2004).

Berry ve Worthington (2001), 39 lisans öğrencisi üzerinde yaptığı araştırmada affetmenin kişisel ruh sağlığıyla olumlu yönde ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. 70 lisans öğrencisinin örneklem olarak seçildiği başka bir çalışmada affetme ile depresyon arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur (Brown, 2003). Exline ve arkadaşlarının yürüttüğü çalışmada 200 lisans öğrencisi örneklem olarak seçilmiştir. Tanrı'yı affetme ve kendini affetmede zorluk ile depresyon ve anksiyete arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Araştırmaya göre başkalarını affetme güçlüğü kaygı ile olumlu yönde ilişkilidir. Kendler ve arkadaşları (2003) 2621 ikiz

çift ile araştırma yapmışlardır. Sonuç olarak affetme daha az nikotin bağımlılığı ve daha az uyuşturucu kullanımı ve bağımlılığı ile ilişkilidir. Daha az majör depresyon, kaygı, fobi ve bulimia nevroza ile düşük intikam duygusu ile ilişkilidir.

Fincham ve Beach (2002), yeni evli çiftlerde affetme ile artan suç işleme olasılığı arasındaki bağlantıyı araştırdı. Çiftlere partnerlerinin hayali psikolojik saldırganlık eylemlerine tepki vermeleri talimatı verildi ve araştırmacılar, misilleme ve affetme ile ilgili sorulara verilen yanıtlara dayanarak çiftlerin affetme olasılıklarını değerlendirdi. Katılımcılar ayrıca psikolojik saldırganlık ve evlilik tatmini ölçümlerine yanıt verdi. Sonuçla, varsayımsal bir eylemin affedilmesinin partnerlerdeki psikolojik saldırganlığın göstergesi olduğunu ortaya çıkardı. Bu da affetmenin her zaman suç olaylarını azaltmadığını öne sürmektedir.

Kawamura ve arkadaşları (2002) çalışmalarında algılanan ebeveynlik tarzı ile mükemmeliyetçilik ilişkisinde cinsiyet ve etnik grup farklılıklarını incelemişlerdir. Araştırmaya 89 kadın 56 erkek olmak üzere 145 Asya-Amerikalı ve 117 kadın 75 erkekten oluşan 192 Kafkas-Amerikalı katılmıştır. Bulgular, Asyalı-Amerikalı öğrencilerin ebeveynlerini Kafkas Kökenli Amerikalılara göre daha sert ve otoriter algıladıklarını ve daha yüksek uyumsuz mükemmeliyetçilik puanlarına sahip olduklarını göstermiştir. Ayrıca, otoriter ve sert ebeveynlere sahip olduklarını düşünen öğrencilerde hatalara ilişkin endişe ve davranışlardan şüphenin daha yüksek olduğu, kişisel standartlarda anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur.

Toussaint ve arkadaşları (2001), 1423 ABD’li yetişkinle çalışma yürütmüşlerdir. Çalışmanın bulgularına göre kendini ve başkalarını affetmek, psikolojik sıkıntıyla olumsuz, yaşam doyumuyla ise olumlu yönde ilişkilidir. Affedicilik arayışı, sıkıntıyla olumlu, yaşam doyumuyla ise olumsuz yönde ilişkilidir.

Krause ve Ellison (2003), 1316 yaşlı yetişkin ile yürüttükleri çalışmanın sonucunda affetmenin depresif duygulanım, depresif bedense belirtiler ve ölüm kaygısı ile olumsuz yönde, yaşam doyumu ile olumlu yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Tanrı tarafından bağışlanmanın depresif duygulanımla olumsuz, yaşam doyumu ile ise olumlu ilişkisi vardır. Maltby, Macaskill ve Gün (2001), 324 lisans öğrencisi ile yürüttükleri çalışmada kendini ve başkalarını affetmemenin depresyon ve kaygı ile olumlu yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Genel olarak gençler arasında affetme üzerine bugüne kadar yapılan araştırmaların çoğu stres ve başa çıkma çerçevesi aracılığıyla bunun fiziksel sağlıkla olan ilişkisini ele almıştır (Worthington ve Sherer, 2004). Affetme ailevi sıkıntılar, aile içi şiddet ve politik, toplumsal çalkantılar gibi gençlerin hayatındaki anormal stres etkenleriyle baş etmeye yönelik bir başa çıkma stratejisi olarak kavramsallaştırılmıştır. Mevcut literatür, kültürler arasında affetmenin etkili bir başa çıkma stratejisi olarak umut verici sonuçlar verdiğini göstermektedir. Örneğin, Schechtman (2009), İsrail'deki Arap-İsraili ergenler arasında bir affetme programının ampirik bir denemsini gerçekleştirmiştir. Katılımcılar daha sonra empatinin arttığını, düşmanlık ve saldırganlığa yönelik onayın azaldığını bildirdi. Bu durum, toplumsal düzeyde günlük dini, politik ve ırksal çatışmalar yaşayan risk altındaki gençler arasında affetmeye dayalı müdahaleler için önemli sonuçlar doğurabilir. Aile ilişkilerinde sıkıntıya maruz kalan üniversite öğrencileri arasında affetmeyi araştıran bazı eski çalışmalar da affetme ile anksiyete ve depresyon gibi klinik semptomların azalması arasında pozitif ilişkiler olduğunu göstermektedir (Al-Mabuk vd., 1995).

Neto ve Mullet (2004) Üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmalarında affetme, utangaçlık, özsaygı, utanç, algılanan yalnızlık ve benlik kurgusu arasındaki ilişkiyi ele almışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre; özsaygı ile yalnızlığın, affetmeyle ilişkisinin olmadığı, başkalarına bağımlı benlik algısına sahip kimselerin karşısındakini daha kolay affettiği tespit edilmiştir. Elde edilen bir başka bulguya göre başkalarından bağımsız benlik algısına sahip kişilerin suç işleyen kimselere karşı öfke duygusunu devam ettirmesinin daha fazla olduğu görülmüştür.

Neto ve Mullet (2004), affetme ve benlik algısı, özsaygı, utangaçlık ve yalnızlık arasındaki ilişkiyi belirlemek için çalışma yapmışlardır. Bulgulara göre affetme ile yalnızlık ve özsaygı arasında ilişki bulunmamıştır. Affetmenin başkalarına bağımlı benlik algısına sahip olma ile ilişkili olduğu görülmüştür. Araştırmanın başka bir sonucuna göre diğerlerinden bağımsız benlik algısına sahip kişilerin affedicilik düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür (akt. Topbaşoğlu, 2016).

Worthington ve Schrer (2004), affetmenin stres ve başa çıkma çerçevesini belirlediler ve bireylerin kişiler arası ihlallere karşı tepkilerinde affetmenin rolünü araştırmanın öneminin altını çizdiler. Ruh sağlığının yanı sıra affetmenin fiziksel

sağlıkla olan ilişkisi de araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Newberg ve arkadaşları (2000), affetmenin nöropsikolojik bağlantıları üzerine araştırmacılar yapmışlar ve daha yüksek düzeyde affetme bildiren bireylerin aynı zamanda daha düşük kalp atış hızı ve solunum hızı da bildirdiklerini ortaya koymuştur. Affetmenin potansiyel olarak fiziksel sağlık göstergeleriyle de ilişkilendirilmesi mümkündür.

Rice ve arkadaşları (2005) ebeveyn etkisi/sosyal etkilerin, mükemmeliyetçilik ve yetişkin bağlanma yönelimleri ile ilişkilerini incelemişlerdir. Bu amaçla yaşları 18 ile 28 arasında olan 241 öğrenciye mükemmeliyetçiliğin ölçümünde üç ölçek kullanmışlardır. Bulgulara göre ebeveyn beklentileri/sosyal beklentiler, kaygılı ve kaçınmacı bağlanma yönelimlerini yordamıştır. Ayrıca uyumlu mükemmeliyetçilerin ebeveyn beklentileri yüksek, ebeveyn eleştirileri düşük düzeyde görülürken, uyumsuz mükemmeliyetçilerin yüksek düzeyde ebeveyn eleştirisi, düşük düzeyde ebeveyn beklentisi bildirdikleri bulgularına ulaşılmıştır. Sonuç olarak uyumsuz mükemmeliyetçilik, ebeveyn beklentisi ve sosyal beklentiler ile yetişkin bağlanma yönelimleri arasındaki ilişkilere tam aracılık ederken, uyumlu mükemmeliyetçiliğin aracılık rolü bulunmamıştır.

Egan (2005), 50 üniversite birinci sınıf öğrencisiyle bir anket gerçekleştirdi ve katılımcılardan bir zorbalık senaryosunda hedef olmayı hayal etmelerini istedi. Araştırmanın bulguları, daha yüksek özellik affedicilik puanlarının, hayal edilen mağduriyet senaryosuna yanıt olarak daha düşük düzeyde duygusal acıyı öngördüğünü gösterdi.

Lawler- Row ve Piferi (2006), 425 katılımcı ile yaptıkları araştırmada affediciliğin sağlıkla olan ilişkisini incelemişlerdir. Affediciliğin stres, moral ve motivasyon, iyi ruh hali ve depresyon ile ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Affediciliği düşük ve yüksek olan bireylerin sosyal destek, sağlıklı davranış, varoluşsal iyi oluş ve dini iyi oluş seviyelerinin farklı olduğu saptanmıştır (akt. Şahin,2013).

Dunn ve arkadaşları (2006), 138 yüksek performanslı Kanadalı genç erkek futbolcudan oluşan bir örneklem grubu arasında sağlıklı / uyumsuz mükemmeliyetçilik ile sporda öfke arasındaki bağlantılar için araştırma yapmıştır. Analizler yüksek mükemmeliyetçi çabalar ile yüksek mükemmeliyetçi endişelerin bir kombinasyonu karakterize edilen mükemmeliyetçilik değişkenlerinin, sürekli öfke ve

hatalara verilen tepkiler öfkesi ile pozitif olarak ilişkili olduğunu ortaya çıkarmıştır.

Taysi'nin (2007), ikili ilişkilerde affedicilik: ilişki kalitesi ve yüklemelerin rolünü incelediği araştırmasında 80 evli çifti örneklem olarak seçmiştir. Analizler sonucunda, evli kadınların ve evli erkeklerin affetmeye önem verdikleri görülmektedir. Affedicilik, yükleme ve evlilik uyumu açısından cinsiyetler arasında bir farklılık görülmemiştir. Çiftlerde affetme üzerinde evlilik uyumunun ve yüklemelerin yordayıcı etkisine ulaşılmıştır. Evli kadınlarda ve evli erkeklerde, evlilik uyumunun da affetmeyi yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara ek olarak, verilen zararın derecesi arttıkça affetmenin zorlaştığı görülmüştür.

Ahmed ve Braithwaite (2008), affetme ile utanç, ulaşma ve okul zorbalığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için çalışma yapmışlardır. 1875 Bangladeşli öğrenciden veri toplanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre affetmek, okuldaki zorbalık davranışlarını azaltıp uzlaşmayı artırmaktadır.

Breen, Kashdana, Lenser ve Fincham (2010) affetme ve minnettarlığın; duygusal savunmasızlık, olumsuz ve pozitif psikolojik süreçlerle ilişkisini incelediler ve araştırmalarında, minnettarlık ve affetmenin olumsuz ve pozitif psikolojik süreçler ve duygusal savunmasızlıkla olumlu ilişkisinin olduğu görülmüştür. Araştırmalarında affetme ve minnettarlık düzeyleri yüksek olan kişilerin, yalnızlık ve öfke belirtilerini daha az oranda gösterirken; empati, kabul ve öz-duyarlık gibi davranışları büyük oranda gösterdikleri belirlenmiştir. Araştırmanın elde edilen sonuçlar öz-duyarlık ile affetme arasında olumlu yönde ilişkiler olduğunu göstermektedir.

Bugay (2010), Hail ve FinchamVm kuramsal modeline dayanarak bireyin kendini affetmesinde sosyo-bilişsel (kontrol odağı, ruminasyon ve başkalarının belirlenen mükemmeliyetçilik), duygusal (utanç ve suçluluk) ve davranışsal (telafi edici davranışlar) değişkenler arasındaki yapısal ilişkiyi ve bu değişkenlerin kendini affetmedeki rolünü incelemiştir. Araştırmaya, Orta Doğu Teknik Üniversitesi'nde öğrenim gören 815 (445 kız, 370 erkek) öğrenci katılmıştır. Araştırmada Heartland Affetme Ölçeği, Sürekli Utanç ve Suçluluk Ölçeği, Başkalarının Belirlenen Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Ruminasyon Ölçeği, Rotter'in İç-Dış Kontrol Odağı Ölçeği- Kısa Form ve Demografik Bilgi Formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmada önerilen model olan Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) analizi sonucuna göre uyum indekslerinin kabul edilebilir değerlerde olduğu ortaya

çıkmiştir; ancak model bütün olarak doğrulanmamıştır.

Akın vd. (2012), çalışanların örgütsel affedicilik ve intikam niyetinin ruh sağlığı ile olan ilişkisini incelemek amacıyla 290 kişi ile çalışma yapmışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre kişilerin ruh sağlığı ile affetme arasında istatistiksel anlamda ilişki bulunmuştur. Ruh sağlığı ile intikam arasında ise negatif yönde ilişki bulunmuştur.

Subloviak ve arkadaşları 197 üniversite öğrencisi ile onların aynı cinsiyetten ebeveynlerinin ilişkilerini inceledi ve katılımcıların son zamanlardaki ihlal deneyimleri üzerine düşünceleri istendi. Olumsuz deneyimlere daha bağışlayıcı tepkiler veren katılımcılarda hem düşük durum kaygısı hem de düşük sürekli kaygı bulundu. Aile içi şiddete maruz kalan ergenlerin anlatılanlarda da affetmenin sıkıntı verici olaylarla baş etmede olumlu etkileri tespit edilmiştir (Benavids, 2012).

Aşıcı (2013) öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin benlik saygısı ve öz-duyarlılık açısından incelenmesi üzerine çalışmıştır. Araştırmanın örneklemini 269'u kadın, 131' i erkek olmak üzere toplam 400 öğretmen adayı oluşturmaktadır. Araştırmanın sonucunda cinsiyet, sınıf, yaşamın büyük bölümünün geçtiği yerleşim yeri, kardeş sayısı, ailenin aylık geliri, anne baba meslek durumu, anne baba eğitim düzeyi, , algıladığı anne tutumu, , algıladığı ekonomik durum ve sorunu olduğunda başkalarından yardım isteme durumuna göre öğretmen adaylarının genel affetme (toplam affetme puanı) puan ortalamalarının farklılaşmadığını tespit etmiştir. Yaş, sınıf, mutluluk durumu, algıladığı anne baba tutumu ve psikolojik sorun yaşama durumuna göre öğretmen adaylarının Öz duyarlılıklarının farklılaştığını saptamıştır. Ancak cinsiyet, eğitim alanı, kardeş sayısı, yaşamın büyük geçtiği yerleşim yeri, duygusal ilişki durumu, anne baba meslek durumu, anne baba eğitim durumu, , ailenin aylık geliri, algıladığı ekonomik durum, sorunu olduğunda başkalarından yardım isteme ve psikolojik yardım almaya göre öğretmen adaylarının öz-duyarlılıklarının farklılaşmadığını belirlemiştir (Aşıcı, 2013).

Camadan (2014) doktora tezinde saldırganlık eğiliminin açıklanmasına yönelik bir model oluşturmuştur. Araştırmanın katılımcılarını Türkiye'nin farklı şehirlerindeki yedi üniversitede öğrenim gören, 2800 öğrenci oluşturmaktadır. Bu öğrencilerin 1519'u kadın, 1281'i erkektir. Katılımcılar; Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Heartland Affetme Ölçeği, Yakın İlişkilerde Çok

Boyutlu Başa Çıkma Ölçeği, Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formunu yanıtlamışlardır. Araştırma sonucunda saldırganlık eğiliminin affetme düzeyi ile olumsuz yönde, anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür.

Kaya (2015), üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik algıları ile affedicilikleri arasındaki ilişkiyi araştıran yüksek lisans çalışması yapmıştır. Araştırma grubu 304 kadın 318 erkek olmak üzere toplam 622 kişiden oluşmaktadır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre mükemmeliyetçilik ile affetme arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki, affetme ile duygusal zekâ arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, mükemmeliyetçilik ile duygusal zekâ arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Affetme ve duygusal zekâ düzeylerinin cinsiyet ve sınıf düzeyleri açısından anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Üniversite öğrencilerinin affetme ve duygusal zekâ düzeylerinin daha önce psikolojik sorun yaşama durumuna göre ve öğrenim gördükleri fakülteler açısından anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Son olarak affetme ile mükemmeliyetçilik arasında duygusal zekânın kısmı aracı rolü olduğu sonucu da ortaya konmuştur (Kaya, 2015).

Karaman Kepenekçi ve Nayır (2015), öğretmenlerin örgütsel affedicilik ile ilgili görüşlerini belirlemek için çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmanın örneklemini 2014-2015 Eğitim- Öğretim yılı Ankara ilinde çalışan 650 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmanın bulgularına göre öğretmenlerin görüşleri cinsiyet, medeni durum, çocuk sahibi olup olmama durumu ve gelir düzeyi değişkenlerine göre hiçbir boyutta farklılık göstermemiştir.

Topbaşoğlu (2016), yaşam doyumunun yordayıcısı olarak affetme ve öfke düzeylerini ölçen yüksek lisans çalışması yürütmüştür. Pamukkale Üniversitesi'nde öğrenim gören 773'ü kadın, 310'u erkek olmak üzere 1083 kişi araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın sonucunda; sürekli öfke ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide, toplam affetme ve başkalarını affetmenin düzenleyici bir rolünün olduğunu göstermektedir. Sürekli öfke ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide, kendini affetme ve durumu affetmenin anlamlı bir etkisine rastlanmamıştır (Topbaşoğlu, 2016).

Nayır ve Kepenekçi (2016), öğretmenlerin diğer öğretmenlerle olan ilişkilerinde affetme eğilimini belirlemek ve affetmeye yönelik fikirlerini cinsiyet, çalışma süresi, okul türü, kıdem, öğrenci sayısı ve branş değişkenlerine göre değerlendirmek için bir çalışma yapmışlardır. 2015-2015 Eğitim – Öğretim yılı

Ankara ilinde görev yapan 260 öğretmen araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre öğretmenler affetmeyi bir erdem olarak görmektedirler. Örgüt ortamında olumsuz durumları engellemek ve verimi artırmak için affetmenin gerekli olduğunu belirtmişlerdir. Öğretmenlerin fikirleri, affediciliği gerekçelendirme boyutunda okul türü ve branş değişkenlerine göre farklılık göstermektedir.

Çetinkaya ve Şener (2016), örgütlerde duygusal emek davranışı ile affetme arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla çalışma yapmıştır. Bu amaçla kamu kurumlarında çalışan 400 kişiye Affetme Eğilimi Ölçeği ve Duygusal Emek Ölçeği uygulanmıştır. Affetme eğilimi ile kıdem ve cinsiyet arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin affetme puanları kadınlara göre daha yüksek çıkmıştır. Bunun yanı sıra duygusal emeğin affediciliğin yordayıcısı oldu belirlenmiştir.

Öksüz ve Baba Öztürk (2017), sınıf öğretmeni adaylarının affetme istekliliğinin çeşitli değişkenlerle olan ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmanın örneklemini On Dokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği Ana Bilim Dalı'nda öğrenim gören öğretmen adaylarıdır. Bulgulara göre öğretmen adaylarının affetme isteklilikleri düşük düzeyde ve sınıf düzeyi, anne eğitim durumu ve cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Bununla birlikte baba eğitim durumunun affetme istekliliklerini etkilediği sonucuna ulaşılmıştır.

Özgür ve Erdeleklioğlu (2017), hazırladıkları grup çalışmasının lise öğrencilerinin affetme ve ruminasyon düzeylerine olan etkisini belirlemek amacıyla çalışma yapmışlardır. Reach Affetme Modeli'nin Türk kültürü üzerindeki etkililiğinin araştırılması da çalışmanın bir diğer amacıdır. 128 lise son sınıf öğrencisi çalışma grubu olarak belirlenmiştir. Affedicilik Ölçeği ve Ruminatif Düşünme Biçimi Ölçeği katılımcılara uygulanmış ve affetme düzeyi düşük kişilerden 10 kişilik deney, 10 kişilik de kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney grubuna beş haftalık Reach Affetme Modeli uygulanmıştır. Ön test son test sonuçlarına göre affedicilik ve ruminasyon düzeyleri anlamlı derecede farklılık göstermektedir.

Konan ve Nazlı (2018), okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeylerinin görev yaptıkları öğrenim basamağı, unvanı ve kıdem değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için çalışma yapmışlardır. 187 okul

yöneticisine Örgütsel Affedicilik Ölçeği uygulanmıştır. Bulgulara göre okul yöneticileri örgütsel affediciliğin tüm boyutlarında affedicidir. Okul müdürlerinin örgütsel affedicilik düzeyi ile kıdem ve unvan değişkenleri arasında istatistiksel anlamda farklılık bulunmamaktadır. Bununla birlikte görev yaptıkları öğrenim basamağı değişkenine göre farklılık tespit edilmiştir. Lisede görev yapan öğretmenlerin örgütsel affedicilik puanları ilkokulda görev yapanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Lisede sorun ve haksızlıkların çokluğu sebebiyle okul yöneticilerinin sorunlara ve haksızlıklara yönelik toleransının artmış ve daha affedici bir tutum geliştirmiş olabilecekleri şeklinde yorumlanmıştır.

Çoban (2019), lise öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve affetme tutumlarının akran zorbalığını yordama düzeyini incelemek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Şanlıurfa ve Gaziantep'te öğrenim gören 353 lise öğrencisi örneklem olarak seçilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre affetme ile akran zorbalığının alt boyutları olan sözel zorbalık, eşyalara zarar verme zorbalığı, izolasyon (dışlama) mağduru olma, eşyalara zarar verme mağduru olma ve cinsel mağdur olma arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Kahveci ve ark. (2019), öğretmenlerin affedicilik algıları ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkiyi belirlemek için bir çalışma yapmışlardır. Trabzon ilinde rastgele örneklem ile seçilen 250 öğretmene Örgütsel Affedicilik Ölçeği ile Örgütsel Bağlılık Ölçeği uygulanmıştır. Bulgulara göre ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin affedicilik algıları orta düzeydedir. Araştırmanın bir diğer bulgusuna göre örgütsel affedicilik ile örgütsel bağlılık arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Altuntaş (2018), yaşamda anlamın varlığı, minnettarlık ve affediciliğin lise öğrencilerinin iyi oluşları üzerindeki yordayıcı etkisini açıklamak amacıyla doktora tez araştırması yapmıştır. Araştırmanın örneklemi 2016-2017 Eğitim-Öğretim yılı Malatya ilinde öğrenim gören 1800 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın bulgularına göre iyi oluş ve alt boyutları (bağlılık, iyimserlik, bağlılık, mutluluk ve ilişkililik) ile yaşamda anlamın varlığı, affedicilik ve minnettarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu bağımsız değişkenlerin lise öğrencilerinde iyi oluşun yaklaşık %32'sini yordadığı belirlenmiştir.

Sivri (2019), yaptığı çalışmada yetişkinlerin affedicilik iyimserlik ve öznel

zindelik puanlarının yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim düzeyi ve olumsuz yaşantı yaşıyıp yaşamama durumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Kolay örnekleme yöntemiyle 766 yetişkin seçilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre affedicilik, öznel zindelik ve iyimserlik puanları cinsiyete, medeni durum ve eğitim düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Evli katılımcılar bekar katılımcılara göre daha az affedicilik puanlarına sahiptir. Kadın katılımcıların affetme puanları erkeklere göre daha yüksek çıkmıştır. Sonuçlara göre ilkokul mezunlarının affedicilik puanları diğer eğitim düzeylerinden düşük bulunmuştur.

1.2. Örgütsel Affedicilik

Gerçek affedicilik, değerli çalışanların elde tutulmasını destekler, daha fazla yaratıcılığa ve yeniliğe izin verir, krın artırılmasına yol açar ve değişen Pazar koşullarına uyum sağlamada daha fazla esneklik sağlamaktadır. Affetmek, bize hayattaki hataları, başarısızlıkları, kusurları, aksaklıkları, iş arkadaşlarımızda ve kendimizde daha fazla bilgelik, şefat ve yetenek uyandırma fırsatı olarak kullanma fırsatını vermektedir. Affetme uygulaması, insanların sorumlu riskler almakta özgür hissettikleri, saklamayı bıraktıkları organizasyonel kültürlerin gelişimini destekler. Yaratıcılıklarını ortaya koyar ve kişisel olarak sahiplenme ve coşkulu bir katkı ortaya koyarlar. Affetme yoluyla geçmişin gerçekliğini kabul ederek ve şimdiki anın olduğu gibi olmasına izin vererek hem içte hem dışta dönüşümü gerçekleştirmektedir. Geçmişten gelen hatırlamalar enerjimizi çalar ve ilerlemeye engel olur. Bu enerji büyümek, bağlantı kurmak ve daha üretken olmak için kullanılabilir. Affetmenin sistemin her düzeyinde muazzam bir etkisi vardır. Bireyler affedilmediklerini veya kendilerini affedemediklerini hissedersen ayrılığın artması riski vardır bu da düşmanlığı artırabilmektedir. Kendi takdirlerine bağlı çabalarını, yaratıcılıklarını ve özgünlüklerini esirgeyecekleri, giderek daha fazla yabancılaşacakları, bencilleşecekleri öngörülebilir. Bir örgütteki çoğu insanın en yaygın ihtiyacı ait olmak olduğundan, bu yabancılaşma o kişinin örgütten ayrılmasına kadar gidebilir. Affetmemenin maliyeti büyük olsa da affetmenin maliyeti genellikle daha büyük olarak algılanır. İnsanların temel kaygıları, itibarlarını veya mülkiyetlerin kaybetme korkularına dayanır. Etkili liderler, hataları, başarısızlıkları ve düşüncesizlikleri çatışmaya ve kırınlıklara dönüşmeden önce

tanımayı ve affetmeyi öğrenirler. Affettiğimizde üzerimize yüklediğimiz korku ve öfkelerden arınarak kendimizi özgürleştiririz. Bu büyük bir gönül rahatlığı sağlayabilir ve stresi azaltarak daha fazla tatmin sağlayabilir. Affedicilik kültürünü geliştiren örgütlerde güven gelişir ve memnuniyet artar. İnsanlar yaptıkları işi daha anlamlı ve değerli bulacalardır (Cameron ve Caza, 2002).

İyi niyetin ihlali gibi güveni zedeleyen olaylar affetme ya da başka bir şekilde, belki de misilleme şeklinde karşılık verme fırsatını yaratır. Bu nedenle affetme, kişilerarası çatışmanın ardından güvenin yeniden tesis edilmesine katkı sağlar. Çatışma çözümü ve ilişki kurma, örgütsel işleyiş için hayati önem taşıyan insan ve sosyal sermayenin ilişkisel varlıklarını etkileyen stratejik seçim konularıdır (Preffer, 1998). Affetme iş yerindeki düşmanlık ve kavga ortamlarını etkisiz hale getirmek için stratejik olarak kullanılabilir (Aqunio, 2003).

Affetmenin daha yüksek moral ve memnuniyet, daha fazla sosyal sermaye, güven, insanlık ve şefkat gibi kolektif sonuçlarla ilişkili olduğuna dair kanıtlar bulunmaktadır (McCollught vd., 2000). Dahası örgütsel affetme, kin, kırgınlık ve suçlamanın kolektif olarak terk edilmesi ve zarara veya zarara yanıt olarak olumlu, ileriye dönük yaklaşımların benimsenmesiyle ortaya çıktığı için bu durum özellikle örgütün zarara ve haksız muameleye maruz kaldığı durumlarda geçerlidir (Cameron ve Caza, 2002). Affetme erdemini sergileyen örnek bir lider, tüm organizasyon üzerinde güçlü bir etkiye sahip olabilir. Örgütsel affedicilik, organizasyonlarda yaşanan haksızlık veya yanlış durumlar karşısında kin, suçlama ve öfkenin toplu şekilde terk edilmesi ve bunların yerine olumlu bakış açılarının kurulmasıdır (Cameron ve Caza, 2002). Kets de Veries (2013)'e göre örgütsel affedicilik, örgütlerdeki kişilerin kendi liderlik özelliklerini geliştirme, yaratıcı olma ve risk almalarına yardımcı olmaktadır.

Şener ve Çetinkaya (2015)'ya göre örgütsel affedicilik, mesleki doyum ve yüksek motivasyonun artırılması gibi ortak ve genel faydalar edinilmesine imkan sağlar. Bununla birlikte güven, sosyal sermaye, insancılık ve sempatik ilişkilerle de bağlantılıdır. Affedicilik kavramı iş hayatının dönüm noktaları için önemli bir etken olabilmektedir. Affetme, örgütsel çalışmalarda verimliliği artıran, insan kaynaklarını önemli ölçüde güçlendiren bir dinamiktr (Madsen vd., 2008).

Örgütlerde güvenin azalması, kalitesizliğin artması, ücretlerin kesilmesi gibi

durumlar verimliliği düşürmektedir. Bu tarz olumsuz durumlar çalışanlar arasında iletişimin zayıflamasına ve gönülsüz şekilde çalışmalarına sebep olmaktadır. Örgütlerde affediciliğin artması bunlar gibi olumsuzlukların üstesinden gelinmesine, kazancın ve üretimin artmasına fayda sağladığı görülmektedir (Cameron ve Caza, 2002). Affediciliğin örgüt içinde yerleşebilmesinin yolu lider ve yöneticilerden geçmektedir. Çatışmaların azalması, liderlerin gerekli müdahalelerde bulunmasına bağlıdır (Konan ve Nazlı, 2018). Yönetici, örgütlerde olumlu iklim oluşturmak, çatışmaları çözmek ve çalışanlarının uzlaşması için özür dilemeyi bilmeli ve çalışanlarını teşvik edebilmelidir (Campbell, 2017).

Örgütsel affediciliğin bireysel, kümesel ve örgütsel olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Kişinin psikolojik yönü bireysel boyutta ele alınmaktadır. Gruplararası çatışmalar kümesel boyutta incelenmektedir. Örgütsel boyutu ise tüm bireyleri kapsayan bakış açısı içindedir (Madsen ve Hammond, 2008). Karaman, Kepenekçi ve Nayır (2015), örgütsel affediciliğin üç alt boyutu olduğunu ileri sürmüşlerdir. Affediciliği kabul, affediciliği gerekçelendirme ve affediciliği ret bu üç boyut oluşturmaktadır. Affediciliği kabul boyutunda kişiler affetmeyi erdem olarak görür ve haksızlığa karşı hoşgörülüdürler. Affediciliği gerekçelendirme boyutunda ise kişi haksızlığa uğradığı kişinin niyetini önemser ve insanlara hata payı tanır. Affediciliği ret boyutunda ise hata yapan kişi özür dilese bile affedilmez.

Davranışçı yönetim kuramlarının ortaya çıkmasıyla beraber çalışanların motivasyonu, duyguları, iş doyumları gibi konular önem kazanmaya başlamıştır. Bununla birlikte affetme ve örgütsel affedicilik dikkat çekmeye başlayan kavramlar haline gelmiştir (Karaman Kepenekçi ve Nayır, 2015). Schwartz (1992)'a göre affetmek bireysel bir değer olsa da örgüt kültürü oluşmasında önemli yeri olmaktadır. Bilhassa eğitim kurumlarında girdi, işleme ve çıktı sürecinin aşamalarında örgütsel affedicilik daha da önem kazanmaktadır (Karaman Kepenekçi ve Nayır, 2015).

Örgütsel düzeyde affedicilik uygulamalı psikoloji ve yönetim bilimlerinin dikkatini çeken ve nispeten yeni bir konudur. Örgütlerde zarar gören insani ilişkilerin iyileştirilmesinde affetmenin katkısı olmaktadır (Karina, 2007). Yönetim bilimleri ve örgütsel davranış alanlarında yürütülen çalışmalar affetmenin, örgütsel dayanıklılığı, verimliliği ve insan kaynaklarını güçlendiren etmenlerden biri olduğunu ortaya

koymuştur (Madsen vd., 2008). Liderlerin hatalarının sorumluluğunu alması, çalışanlarının duygularını fark etmeden de olsa kırıdığı için özür dilemesi ve hataları affetmesi pozitif bir örgüt iklimi oluşturur. Affetmeyi önemsemeyen örgüt kültürlerinde yıkıcı politikalar egemen olur. Böylece rgt çalışanları kendini ifade etmekte çekinir (Campbell, 2017).

Örgütlerde affetme pratiği ilk önce kendini affetme ile başlar. Kendini affedebilen birey, başkalarına ancak bu şekilde örnek olabilir ve affedici bir örgüt iklimi oluşabilir (Stone, 2012). Affetme kararı eğitim örgütlerinde yeni bir konudur. Literatür incelendiğinde, affetmeyle ilgili çalışmaların daha çok psikoloji, psikolojik danışmanlık, işletme ve rehberlik alanlarında yapıldığı görülmektedir (ardak, 2012; Karataş, 2014; Kaya, 2015). Affedicilik çok yönlü olduğu için, öğrencilerin hem bireysel hem de grup düzeyinde affetme becerilerinin edinilmesi için müfredatta değişikliğe gidilmesi önem taşımaktadır (Rodden, 2004). Affetme, son yıllarda eğitim örgütlerinde önemle üzerinde durulan konular arasına girmektedir. Literatür incelendiğinde okul yöneticilerinin örgütsel affedicilikle ilgili görüşleri üzerine çok fazla çalışmaya rastlanılmamıştır.

Eğitim rgtlerinde yeni bir konu olan örgütsel affedicilikle ilgili yurt içi ve yurt dışında az sayışa çalışma bulunmaktadır. Affedicilikle ilgili yurt dışında yapılan çalışmalar affetmenin okul ortamındaki akran zorbalığının azaltılmasında etkili olduğunu göstermektedir (Ahmed ve Braithwartz, 2006). Örgütsel affedicilik, kavgaya eğilimi olan ve rekabetin çok olduğu çalışma ortamlarında bazı zamanlar ihtiyaç haline gelmektedir. Güven odaklı ilişkilerin artırılması için affedicilik çok önemlidir. Affetmek, rgt içinde çatışmaların nlenmesine, ilişkilerin gelişmesine, örgüt bağlılığının ve çalışan performansının artmasına katkısı olmaktadır. Örgüt içinde intikam duygusu, örgütsel sinizm gibi huzur ortamını bozan algıları azaltabilmektedir (şener ve etinkaya, 2015). Örgütsel affedicilik ilişkilerin geliştirilmesine ve örgüt içerisindeki incinmiş duyguların iyileştirilmesine katkı sağlayabilmektedir. Bununla birlikte affetmenin artırıldığı ve yaygınlaştırıldığı ortamlarda işleyiş ve verimlilik artabilmektedir (Konan ve Nazlı, 2018).

Örgütsel affetme üç alt boyuttan oluşmaktadır. Çalışanların kendini affetmesi, başkalarını affetmesi ve durumları affetmesi bu üç alt boyutu oluşturmaktadır. Kendini affetme, kasten veya bilmeden yaptığı bir davranıştan dolayı kendini

suçlamaktan vazgeçmesidir. Çalışanların başkalarını affetmesi, kendisine karşı hata yapan iş arkadaşlarını affetmesidir. Tek bir sorumlunun olmadığı bazı durumlarda karşısında affedici olması durumu affetmek olarak tanımlanabilir (Thomson vd., 2005). Örgüt içinde kin, öfke gibi olumsuz duygular hissedilen, hoşgörünün olmadığı bir ortamda çalışanların affedicilik algılarının düşük olduğu söylenebilir. Öğretmenler ile yöneticiler ve öğrenciler arasında hoşgörü olmalı, hatalar karşısında affedici bir tutum sergilenmelidir. Okul müfredatlarında affetme kavramına yer verilmesi önem taşımaktadır (Rodden ve Rossi, 2004). Kişilerarası ilişkilerde olduğu kadar örgütsel ilişkilerde de hoşgörü, affetmek, paylaşmak, ortama ait hissetmek son derece önemlidir. Bu kavramlar içinde son yıllarda dikkat çekmeye başlayan affedicilik, yaşanan olumsuzlukların ve kötü durumların unutulması ve öfkenin bastırılmasıdır (Akhtar, 2002).

Örgütsel affedicilik, örgüt ahlakına uymayan haksız davranışlar sergileyen bireylere karşı nefret etmek, misilleme yapmak ve onları dışlamak yerine onları kazanmayı sağlayacak davranışlar sergilemektir (Kepenekçi, 2004). Affediciliği sanatla eşleştiren Çeçen (2003), düzeltici adaletin işlevini devam ettirebilmesi için örgütsel affediciliğin önemini vurgulamıştır (akt. Kahveci, 2009). Toplumun sosyal alt yapısını oluşturması konusunda hayati değere sahip olan eğitim kurumları için örgütsel affedicilik çok önemlidir (Özdoğan, 2009). Örgütsel affediciliğin hakim olduğu eğitim kurumlarında çalışanlar kendisine yapılan hatayı hoşgörü ile karşılarlar ve kendileri de hata yapmaktan korkmazlar. Böylece örgütsel motivasyon sağlanır ve devamında da örgütsel başarı gelmektedir (Cameron ve Caza, 2002).

Örgütün başarısı için bu örgütlerde çalışan kişilerin affedici olması, yapılan hatayı bazen görmezden gelmesi önemlidir. Affedici olma özelliğine sahip bireylerin aynı zamanda örgütsel bağlılığının da fazla olması beklenir. Çünkü bağlılığı yüksek bireyler örgütleri için daha fazla çalışmakta ve böylece beklenen performansı en iyi şekilde sergilemektedir. Çalışanların hem bireysel hem örgütsel anlamda yaşadıkları haksızlıkları affetmeleri, örgütlerine olan bağlılığı gösteren önemli bir etken olduğu söylenebilir (Kahveci, 2009). Son yıllarda okullar da dahil olmak üzere birçok iş yerinde öfke ve nezaketsizlikte önemli bir artış olması nedeniyle, eğitimciler arasında olumsuz davranışları azaltan affetme müdahalesi, nezaketsizlikle etkili bir başa çıkma stratejisi olarak teşvik edilmektedir (Kour ve Sood, 2018).

Öğretmenler, öğrencilere, ebeveynlere, iş arkadaşlarına ve yönetime sunulan günlük işyeri sorumluluklarında artan bir affetme ihtiyacının olduğunu bildirmişlerdir (Haslip vd., 2019). Öğretmenler ve eğitimciler son yıllarda artan stres nedeniyle yüksek oranda tükenmişlik yaşıyor ancak affetmek, bu stres ve tükenmişliğin üstesinden gelmek için umut sunuyor. Affedicilik ve öğretmen tükenmişliği arasındaki ilişkiyi değerlendiren bir çalışmada Wang ve arkadaşları (2021), affetmeyi daha kolay bulanların travma karşısında bile tükenmişlik yaşama olasılığının daha düşük olduğunu buldular. Bir eğitimcinin affetme konusundaki anlayışının, tutkusunun ve onu modellemesinin, öğrencilerinin affetmeyi öğrenmesinde önemli ölçüde etkili olduğu çok açık hale gelmiştir (Ahirwor vd., 2019; Gunnestad vd., 2015; Haslip vd., 2019). Bu nedenle, öğretmenin affetme algısı ve uygulamasına dair iç görü kazanmak, eğitimcilerin öğrencilere bunu öğretmeleri istenmeden önce ele alınması gereken ortak yanılgıları veya mücadelelerini ortaya çıkararak gelecekteki affetme eğitimine faydalı olacaktır. Ek olarak affetme, eğitimciler için tükenmişliğin azaltılması veya öz yeterliliğin artırılması gibi önemli faydalarla da ilişkilendirilebilir (Kour ve Sood, 2020; Wang vd., 2021).

Devlet kurumlarında görev yapan eğitimcilerle yapılan fenomenolojik bir çalışmada affetmeyle ilgili yaşadıkları deneyimler hakkında bilgi edinilmek istenmiştir. Her grupta iki ila dört öğretmenin bulunduğu altı odak grup görüşmesi yapılmıştır. Grup 13 kadın 4 erkekten oluşmaktadır. 13 Kafkas, 3 Latin, 1 Asyalı; grubun on ikisi Protestan, üçü Katolik, bir Hindu olmak üzere biri de dinini belirtmemiştir. Her grup affetmeyi ya benzer olduklarını düşündükleri bir erdemle karşılaştırarak ya da affetmeyi kendilerine çok erdemli bir karar olarak olumlu karakter özelliği olarak sunmuştur. Katılımcılar affedemedikleri bir durum olup olmadığı sorusuna “Kasıtlı olarak kötü niyetli, kaba veya duygularımı incitmek amaçlıydı ev affetmekle zorlandım.” gibi yanıtlar vermiştir. Bir katılımcı yetişkinleri affetmenin daha zor olduğunu belirterek “Sen daha iyi bilirsin, belki bunu söyleyemeyecek kadar bu dünyada yeterince yıl yaşadın.” dedi (Denhartog, 2023)

Araştırmalar, affetme ve affetme eğitiminin kişinin yaşam boyu iyi oluşuna faydalı olduğu iddiasını desteklemektedir (Akhtar ve Barlow, 2018; Enright ve Fitzbonds, 2015; Lee ve Enright, 2019; Raj vd., 2016; Rasmussen vd., 2019). Bu nedenle okul sistemlerinde affetme eğitiminin kurumsallaştırılması, öğrencilerin ve

geleceğin toplumunun refahı için akıllıca bir öneri gibi görünmektedir. Eksik görülen araştırma alanlarından biri eğitimcilerin affetme anlayışı ve affetme eğilimlerinin algılanan değeri ile ilgilidir.

1.3. Mükemmeliyetçilik

1.3.1. Mükemmeliyetçiliğin Tanımı ve Doğası

Birçok insan yüksek standartlara ulaşmak için çabalamaktadır. Bu dürtü, insanları hedeflerine ulaşmaya ve kendileri ve çevrelerindeki dünyayı geliştirmeye motive etmeye yardımcı olsa da, bu başarı arzusunun sorunlu hale geldiği zamanlar da olmaktadır. Kişisel hedefler, kişinin tatmin olacağı şekilde karşılanmasının mümkün olmayacağı kadar inanılmaz derecede yüksek belirlenebilir. Alternatif olarak, bireyler kendilerinden büyük şeyler bekleyebilir ve yetersiz kalmanın olumsuz sonuçlarından korkarlar. Diğer bir olasılık da bireylerin diğer insanlar için o kadar yüksek standartlara sahip olmalarıdır ki diğer insanların başarısızlıkları nedeniyle kendilerini hayal kırıklığına uğratar ve hüsrana uğrarlar. Bunun gibi, sadece hedef ve beklentileri karşılamaya çalışmak, mükemmellikten daha azının kabul edilemez olduğu inancına dönüşebilir. Bu mükemmeliyetçilik olarak da bilinen bir özelliktir (McCabe-Bennett, 2014).

Mükemmelliğe ulaşmak için kendilerine yüksek standartlar koyan bireyler sıklıkla yoğun eleştiri, kendini suçlama, suçluluk ve utanç gibi duygusal zorluklar yaşarlar. Etki Kanunu'na (Thorndike, 1898) göre yaşanan sıkıntı teorik olarak onların (mükemmeliyetçi) davranışlarını azaltmalı veya iyileştirmelidir. Ancak bu bireyler sıklıkla mükemmellik için çabalamaya devam ederler ve daha önce yaptıkları hataları telafi etmek için mükemmeliyetçi davranışları artırırlar (Hewitt, vd., 2017). Ödül olmadığında bu tür davranışların sürdürülmesi, mükemmeliyetçiliğin birey yaşamında belirli işlemlere ve amaçlara hizmet ettiğini gösteriyor gibi görünmektedir. İnsanlar ilişkisel bir dünyada yaşamaktadır ve onların eylemleri temel bir dürtü ve hedefle, yani gruba ait olma duygusuyla destekleniyor. Mükemmeliyetçi insanların başkalarıyla bağlantı kurmak ve sosyal gruba ait olmak gibi temel bir hedefe ulaşmaya çalıştıkları teorileştirilmiştir (Chan, 2018). Ancak mükemmeliyetçi davranış başkalarıyla yakınlık ve bağlantı eksikliğine katkıda bulunarak sosyal

yabancılaşmaya ve başkalarına karşı savunmaya yol açar (Hewitt vd.,2006).

Mükemmeliyetçilik son yıllarda klinik araştırmalarda büyük ilgi görmüş olsa da (Egen vd., 2011), literatürde sıklıkla mükemmeliyetçiliğin birden fazla tanımı ve kavramsallaştırılmasıyla karşılaşmaktadır (Hewitt ve Flett, 2002). 1950’li yıllarda tek boyutlu ve negatif bir kişilik özelliği olarak açıklanan mükemmeliyetçilik, birçok araştırmacının dikkatini çeken bir konu olmuştur (Suddart ve Slaney, 2001). Mükemmeliyetçiliği süperegonun bir yansıması olarak gören Freud, mükemmeliyetçilerin kendilerine katı kurallar ve hedefler koyduğunu belirtmiştir (Yıldız vd., 2007). Erken çocukluk çağında yaşanan deneyimler, mükemmeliyetçiliğin gelişimine katkıda bulunan bir faktör gibi görünmektedir. Doyumsuz ve güvensiz bağlanma ilişkilerine sahip olanların daha güçlü sevilme ve fark edilme ihtiyaçları vardır, terk edilme ve reddedilmekten kaçınmaya çalışırlar ve umutsuzluk, aşağılanma ve utanç gibi olumsuz duygusal durumlara karşı daha duyarlıdırlar (Hewitt vd., 2014).

‘Mükemmeliyetçilik’ terimi, kişinin performansının aşırı eleştirel değerlendirmeleriyle birlikte en yüksek performans standartlarına ulaşma arzusunu ifade eder (Frost vd., 1990). Frost ve meslektaşları mükemmeliyetçiliği, aşırı eleştirel öz değerlendirmenin eşlik ettiği aşırı yüksek standartlar belirleme olarak tanımlamaktadır (Frost vd., 1990). Mükemmeliyetçiliğinin tanımının anahtarı, yüksek standartların peşinde koşmak ve karşılanmayan bu standartlara yanıt olarak özeleştirii yapmaktır (Frost vd., 1990). Mükemmeliyetçilik yaygın olarak çok boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırılmaktadır ve bu genetik kalıtımı araştıran araştırmalarla desteklenmektedir (Zegler-Hill, 2011). İnsan, doğuştan mükemmeliyetçiliğe eğilimlidir. Daha iyi olma çabası, insanın yüzyıllardır uyguladığı temel ihtiyaçlardan biridir (Kashanaki ve ark., 2018).

O halde mükemmeliyetçi bireyler, mükemmel performans elde edebileceklerine ve olması gerektiğine inanan, mükemmel performanstan daha azını yetersiz olarak algılayan ve standartlarının karşılanmadığına dair ipuçlarına seçici olarak katılan bireylerdir. Bu nedenle, mükemmeliyetçi bireylerin sürekli olarak karşılayamayacakları talepleri belirledikleri için performanslarından memnun olmamaları muhtemeldir. Bu paradoksun zararlı etkileri açık olmasına ve teknisyenlerin uzun süredir mükemmeliyetçilik ile psikopatoloji arasında bir ilişki

önergelerine rağmen, ancak son zamanlarda araştırmacılar mükemmeliyetçiliğin yapısını psikopatolojideki rolünün ampirik olarak incelenmesi için yeterince kesin olarak tanımlamaya çalıştılar (Hamacheck, 1978; Burns, 1980; Pacht, 1984).

Mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek performans standartlarını kusursuz bir şekilde yakalama ve bu standartlara ulaşma eğilimini yansıtan çok boyutlu bir kişilik eğilimidir (Stoeber, 2011). Literatürde mükemmeliyetçiliğin birçok yönü tanımlanmasına rağmen (Dunn vd., 2002; Enns ve Cox, 2002; Frost vd., 1990; Stoeber ve Otto, 2006; Hewitt ve Flett, 1991) teorisyenler mükemmeliyetçiliğin kavramsallaştırılmasıyla ilgili fikir ayrılığına düştürler (Stoeber ve Otto, 2006).

Adler (1956)'e göre ise insanlar aşağılık kompleksiyle dünyaya gelirler, bundan kurtulmak için mükemmeliyetçilik gerekmektedir ve bu gayet de doğal ve sağlıklı bir durumdur. Mükemmeliyetçi kişilerin düşük benlik algısına sahip ve memnuniyetsiz insanlar olduğunu belirten Missildine (1963) ve bu kişilerin ailelerinin sıfır hata ile onayını alma istekleri yüzünden mükemmeliyetçi olduklarını iddia eden Hollender (1965) ilk temsilcilerdendir. Hollender'in görüşünü destekleyen Pacht (1984), bireyin çevresindekilerce sevelebilmek için mükemmeliyetçi olduklarını savunmuştur. Mükemmeliyetçiliği olumsuz bir kişilik özelliği olarak gören Burns (1980) ise kişinin kendine koyduğu ulaşılmaz hedeflerin başarısızlığa neden olacağını savunmaktadır.

Mükemmeliyetçilik, ilk bakım verenlerin onay ve kabul eksikliğini içeren bağlanma zorluklarına atfedilmektedir (Burns, 1980; Hamacheck, 1978; Hewitt vd., 2017; Hollender, 1965). Koşullu onay almak, çocuğun istikrarlı ve dayanıklı bir benlik kavramı oluşturma yeteneğini etkilemektedir (Assor vd., 2004). Araştırmacılar, mükemmeliyetçilerin onay gereksinimlerine rağmen güvensiz bağlar kurduklarını ve başkalarının destekleyici olmayacaklarını öngördüklerini belirtmektedir (Han vd., 2022; Rice ve Mirzadeh, 2000). Mükemmeliyetçiler için yüksek standartlara ulaşmak, kendilerine ve başkalarına kabul edilmeye ve sevmeye değer oldukları konusunda güvence vermenin bir yoludur. Ancak mükemmeliyetçilerin çoğu, performans hedeflerine ulaştıklarında bile düşük öz değer yaşarlar. Tüm çabalarına rağmen artan güvensizlik ve terk edilme korkusu, diğerlerinden daha fazla kopmaya neden olma eğilimindedir (Hewitt vd., 2017).

1.3.2. Mükemmeliyetçiliğin Boyutları

Araştırmacılar, mükemmeliyetçiliğin yapısını farklı şekillerde tanımlamışlardır; bazıları bunun tek boyutlu olduğunu öne sürerken Shafran, Cooper ve Fairburn (2002) mükemmeliyetçiliğin çok boyutlu bir özellik olarak daha uygun bir şekilde kavramsallaştırıldığını savunurken (Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 1991). 1990'lardan önce, literatürün çoğu mükemmeliyetçiliği, benliğin mükemmeliyetçi tutumlarına odaklanan tek boyutlu bir yapı olarak tanımlamıştır (Hewitt, Flett, Besser, Sherry ve McGee, 2003). 1990'da Frost ve ark. mükemmeliyetçiliği tanımlayan altı boyutu tanımlayan çok boyutlu bir ölçek geliştirmiştir: hatalara karşı endişe, kişisel standartlar, ebeveyn beklentileri, ebeveyn eleştirisi, eylemler ve organizasyon hakkında şüpheler. Daha sonra, Hewitt ve Flett (1991) hem kendine hem de diğerlerine yönelik bileşenleri içeren üç bileşenli bir kavramsallaştırma tanımlamışlardır. Mükemmeliyetçilik kavramsallaştırmaları, mükemmeliyetçiliğin kendine yönelik, sosyal olarak belirlenmiş ve diğerlerine yönelik boyutlar dahil olmak üzere üç boyutu olduğunu varsaymışlardır. Özellikle, bu kavramsallaştırma, belirli durumlarda mükemmeliyetçi davranışın sosyal beklentilerden kaynaklandığını öne süren kişilerarası bir bileşen içermektedir (Hewitt & Flett, 1991). Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, kendine değer vermenin ve kabullenmenin çok yüksek kişisel standartlara bağlı olduğu inancını ifade eder ve oldukça katı ve katı öz değerlendirmelerle işaretlenir. Yüksek düzeyde kendine yönelik mükemmeliyetçilik sergileyen bireyler, onlar olmadan kendilerini iyi hissedemeyeceklerine inandıkları için yüksek notlar için çabalayabilmektedirler.

Burada açıklanan iki mükemmeliyetçilik kavramsallaştırmasının gösterdiği gibi, mükemmeliyetçilik literatüründe mükemmeliyetçiliğin doğası ve etkisine ilişkin devam eden bir tartışma vardır (Flett & Hewitt, 2006; Hewitt vd., 2003; Slaney vd. 2001). Bazı araştırmacılar mükemmeliyetçiliğin uyumlu olabileceğini savunurken (örneğin, Hamachek, 1978; Owens & Slade, 2008; Slade & Owens, 1998) mükemmeliyetçiliğin uyumsuz olduğunu ve gelişim için derin etkileri olduğunu hararetle iddia etmektedirler (Blatt, 1995; Flett & Hewitt, 2006). Bu anlaşmazlık, yazarların hakkında yazdıkları mükemmeliyetçilik türünü tanımlamak için kullandıkları çok çeşitli, karşıt terimlere yansır (örn.pozitif vs.olumsuz; uyarlanabilir vs.uyumsuz). Uyumlu veya pozitif mükemmeliyetçiliği onaylayanlar, bu

mükemmeliyetçilik biçiminin öncelikle normal ve uyumlu olduğunu ve hatta daha yüksek benlik saygısı, olumlu etki ve yaşam memnuniyeti gibi olumlu faydalarla bağlantılı olduğunu iddia etmektedir (Chang vd., 2004; Methikalam vd., 2015; Wang, 2010). Literatürde uyumlu mükemmeliyetçilik, yüksek kişisel standartlar ve düzen ile tanımlanmakta, normatif ve sağlıklı olarak görülmektedir (Slade ve Owens, 1998; Slaney vd., 2001). Buna ek olarak, uyumlu mükemmeliyetçilik kavramını destekleyen bazı akademisyenler de bunun mükemmeliyetçilik biçimi, ona eşlik eden sonuçların veya sonuçların olumlu doğası ile tanımlanır (Slade & Owens, 1998). Bu görüşe göre, mükemmeliyetçi davranışların olumlu pekiştirilmesi, daha önce belirtildiği gibi sağlıklı sonuçlara yansıdığı gibi, birey için olumlu sonuçlara yol açar. Tersine, uyumsuz veya olumsuz mükemmeliyetçilik, yüksek düzeyde kendinden şüphe duyma ve özeleştirme ve kişinin ailesinin beklentileri ile bireyin gerçek performansı arasındaki yüksek tutarsızlıklarla işaretlenen mükemmeliyetçiliği ifade eder (Slaney vd., 2001; Wang, 2010). Mükemmeliyetçilik literatüründeki etkili araştırmacılar, mükemmeliyetçiliğin birçok olumsuz (bazen ölümcül) bağıntısı nedeniyle (örneğin, intihar potansiyeli, Hewitt vd., 2014; yeme bozuklukları, Cockell vd., 2002; depresyon, Hewitt, Flett ve Ediger, 1996). Gerçekten de, "Sağlıklı bir mükemmeliyetçilik biçiminin var olduğu kabul edilirse, klinisyenler mükemmeliyetçiliği tamamen ortadan kaldırmak yerine, olumsuz mükemmeliyetçiliği pozitif mükemmeliyetçiliğe dönüştürmeye çalışabilirler" (Flett & Hewitt, 2006).

Richardson ve arkadaşlarının (2014) araştırması, uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğin ayrımını desteklemekte ve uyumlu mükemmeliyetçilerin yeniden değerlendirmeyi öncelikle bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullandıklarını öne sürmektedir. Uyumsuz mükemmeliyetçiler öncelikle bastırmayı kullanırlar. Bununla birlikte son zamanlarda yapılan araştırmalar, mükemmeliyetçilik gibi değer yüklü etiketlerin (uyumlu- uyumsuz) kullanılmasına karşı uyarıda bulunmuş ve mükemmeliyetçiliği tanımlamak için tarafsız etiketler önermiştir. Değer yüklü etiketlerin, değer etiketiyle ilişkili sonuçların olasılığını yapay olarak artırdığını ileri sürmektedir (Gaudreau, 2019).

Uyumsuz mükemmeliyetçilik aidiyeti engellerken, uyumlu mükemmeliyetçiliğin aidiyet artmasına katkıda bulunup bulunmadığını gösteren

araştırmalar eksiktir. Ancak uyumlu mükemmeliyetçiler ilişkilerinde daha güvenli bağlanma kalıpları olduğunu bildirmektedir (Gnilka vd, 2013; Rice ve Mirzadeh, 2000). Muhtemelen uyumlu mükemmeliyetçilerin başkalarıyla daha olumlu bağlantılar kurma eğiliminde olduklarını gösteriyor. Bu da onların neden daha iyi duygusal ve dini refah bildirdiklerini açıklayabilir. Mükemmeliyetçiler için kendi dini gruplarına ait olma duygusu da önemli olabilir. Bazı araştırmalar kişinin dini grubuna ait olmanın küresel aidiyet duygusuna katkıda bulunduğunu göstermektedir (Amit v Bar-Lew, 2015; Shryock ve Meeks, 2020). Sironic ve Reeve (2015), Stornae ve arkadaşları (2019) Avusturalya ve Norveç'te ergenlerin %30'unun uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerini sergilediğini buldu. Kanada ve Birleşik Krallık ile karşılaştırıldığında, ABD'deki genç yetişkinlerin özeleştirilerinin daha yüksek olduğu ve kendileri için daha yüksek beklenti ve standartlara sahip oldukları bulunmuştur (Curran ve Hill, 2017).

Stoeber ve Otto (2006), sağlıklı ve sağlıklısız mükemmeliyetçiliğın tanımlarını sağlamaya çalışmıştır. Mükemmeliyetçiliğın sağlıklı ve sağlıklısız doğasına ilişkin kanıtlar sağlayan 35 ampirik çalışmanın incelenmesinin ardından Stoeber ve Otto, sağlıklısız mükemmeliyetçiliğın var olduğunu ileri sürmüşlerdir. Yüksek mükemmeliyetçi çabalar ve yüksek mükemmeliyetçi kaygıların yüksek standartlara ulaşma konusundaki yüksek endişeler ve bu başarısızlığın ardından ortaya çıkabilecek olumsuz sosyal değerlendirmeler birleşimine sahiptir. Hamachek'in (1978) mükemmeliyetçiliğın her ikisine de sahip olabileceğı iddiasına rağmen 1980'lerde mükemmeliyetçilik literatüre sağlıklısız ve uyumsuz kişilik özelliğı olarak yansımıştır. Sağlıklı mükemmeliyetçilerin ise iyi uyum sağlayan, sosyal açıdan rahat ve başarıya motive oldukları düşünölmektedir (Hamachek,1978; Parker, 1997). Bunun aksine sağlıklısız mükemmeliyetçiler yüksek standartlara ulaşmaya çalışırlar ancak özeleştirileri yüksektir ve büyük ölçüde başarısızlık veya başarısızlıktan kaçınma ihtiyacıyla motive olmaktadır (Blatt, 1995; Rice ve Ashby, 2007).

İlk kuramlaştırma ve araştırmalar mükemmeliyetçiliğı tek boyutlu bir perspektiften ele alsa da, günümüzdeki çalışmaların çoğı onu çok boyutlu bir bilişsel-kışılık yapısı olarak görmektedir (örneğin, Frost, Marten, Lahart ve Rosenblate, 1990; Slaney, Rice, Mobley, Trippi ve Ashby, 2001) ve farklı bileşenler uyumsuz ve bazı uyarlanabilir niteliklerle farklı şekilde ilişkilidir (Enns, Cox ve

Clara, 2002; Shafran ve Mansell, 2001; Stoeber ve Otto, 2006). Araştırmacılar, farklı etiketlerin yanı sıra, iki yüksek dereceli boyutun kendi versiyonlarına ulaşmak için birincil çok boyutlu kavramsallaştırmaların iki veya üçünden farklı bileşenleri ve bileşenlerin farklı kombinasyonlarını kullandılar (Stoeber ve Otto, 2006).

Ayrıca, daha önceki teorisyenler mükemmeliyetçiliği tek boyutlu bir yapı olarak tanımlarken (bkz. Frost ve ark. (1990), klinik ve klinik olmayan gruplarda mükemmeliyetçiliğin boyutlarını değerlendirmek için özel olarak tasarlanmış bir ölçü geliştiren ilk kişilerdir. Bu araştırmacı grubu, mükemmeliyetçilik üzerine mevcut literatürü gözden geçirerek, mükemmeliyetçilik yapısının altı boyuttan oluştuğunu varsaydılar: (a) hatalara olumsuz tepki verme ve hataları başarısızlıkla eşitleme eğilimi (hatalar üzerine endişe), (b) Bir kişinin performansının kalitesinden şüphe etme eğilimi (eylemler hakkında şüpheler), (c) çok yüksek standartlar belirleme ve öz değerlendirme için bunlara aşırı önem verme eğilimi (kişisel standartlar), (d) kişinin ana-babasını yüksek beklentilere sahip olma (ebeveyn beklentileri), (e) ebeveynlerini aşırı eleştirel olarak algılama eğilimi (ebeveyn eleştirisi) ve (f) düzen ve organizasyonun (organizasyon) önemini vurgulama eğilimi. Hamachek, normal mükemmeliyetçileri kendi yeteneklerini gerçekçi bir şekilde kavrayan insanlar olarak tanımlamıştır. Yeteneklerin farkındalığı, onların kendiler için gerçekçi beklentilere sahip olmalarına ve yüksek standartlar için çabalama sürecinde büyük doyum kazanmalarına yol açar.

Normal mükemmeliyetçilerin önlerinde uzanan görev hakkında bariz bir netlikten hareketle, heyecan ve duygusal bir telaş yaşadıklarını iddia etmektedir. Öte yandan nevrotik mükemmeliyetçiler, kendi algıladıkları eksikliklere odaklanan, potansiyel başarısızlıkları öngören ve yüksek standartları takip etme sürecinden çok az tatmin eden veya hiç tatmin etmeyen insanlar olarak tanımlamıştır. Bu nevrotik mükemmeliyetçiler, görevin tamamlanması konusunda netlik eksikliği ile mücadele ederler ve endişeli halde tükenmiş hissederek. Hamachek, normal sınırlar dahilinde mükemmelliğin, kişinin yetkin ve yetenekli biri olmasına yardımcı olabilecek belirli bir kişilik özelliği olduğunu kabul etmektedir. Ancak nevrotik aşırılıklarıyla mükemmeliyetçilik, insanı bir şeyler yapmak ve dünyayı algılamak konusunda dar ve katı bir yola hapseden daha genelleştirilmiş bir yaşam tarzıdır (Hamachek, 1978).

Mükemmeliyetçilik iki kategoriye ayrılmıştır: Kendine yönelik ve sosyal olarak mükemmeliyetçilik. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, mükemmel olmaya yönelik içsel motivasyon ve mükemmeliyetçiliğin önemli olduğuna dair kişisel inançtır. Sosyal mükemmeliyetçiliğin ve mükemmel olma çabasının başkası için önemli olduğuna dair dışarıdan motive edilen inançtır. (Esposito vd., 2019). Mükemmeliyetçiliğin boyutlarına ilişkin anlayışlarını, teorik temelli maddelerin faktör analizi ve mükemmeliyetçiliği yansıtan mevcut ölçümlerdeki maddeler yoluyla geliştirilen Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği 'nin geliştirilmesi yoluyla elde ettiler (Frost vd., 1990). Altı faktörlü bir çözüm bulundu ve faktörler, hatalarla ilgili endişe, eylemlerle ilgili şüpheler, kişisel standartlar, ebeveyn beklentileri, ebeveyn eleştirisi ve organizasyon olarak etiketlendi. Mükemmeliyetçiliğin bu boyutları, mükemmeliyetçilikle yaygın olarak ilişkilendirilen yüksek standartları ve eleştiriye temsil eder ve aynı zamanda gelişimsel bir bakış açısını da içermektedir (Kothari, 2017).

Hewitt ve Flett'in mükemmeliyetçilik anlayışı hem kendine odaklı hem de kişilerarası yönleri dikkate alır ve Hewitt Mükemmeliyetçilik Ölçeği yapıyı üç boyuta ayırır. Bunlardan ilki olan kendine yönelik mükemmeliyetçilik, yüksek standartlar koymak ve standartların karşılanmaması durumunda öz eleştiri yapmak olarak tanımlanmaktadır. Bu, Frost ve arkadaşlarının ortaya koyduğu tanıma benzemektedir. Hewitt ve Flett'in diğer iki boyutu mükemmeliyetçiliğin kişilerarası yönlerini temsil etmektedir: Başkaları için yüksek ve gerçekçi olmayan standartlara sahip olmak olarak tanımlanan diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik; ve başkalarının yüksek ve gerçekçi olmayan standartlara sahip olduğu inancı olarak tanımlanan, sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiliktir (Hewitt ve Flett, 1991).

Slaney ve arkadaşları, mükemmeliyetçiliğin temel yönünü, bireyin kendisi için belirlediği yüksek standartlar ile performansı arasında algılanan tutarsızlık olarak gördüler ve Almost Mükemmeliyetçilik Ölçeği'ni geliştirdiler. Mükemmeliyetçiliği yüksek standartlar, düzen ve standartlar ve performans arasındaki tutarsızlık olarak üç boyuta ayırmışlardır (Slaney vd., 2002).

Mükemmeliyetçiliğin kavramsallaştırılması literatürde farklılık göstermektedir. Bazı yazarlar iki boyutu savundu (Örneğin Dunkley vd., 2012; Leonard ve Harvey, 2008; Stricker vd., 2019). Diğerleri ise (Örneğin Frost vd., 1990)

üçünü ve daha fazlası savunmuştur. Hewitt ve Flett'in (2002) çok boyutlu mükemmeliyetçilik modelini genişleten Stoeber (2014) kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik üç ek boyutun ana hatlarını çizmektedir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, kişinin kendi içinde başarıya yönelik yüksek beklentileriyle ilgilidir. Bu boyut, mükemmel olmanın önemli olduğu fikriyle uyumlu içsel inançlar tarafından yönlendirilmektedir (Stoeber, 2014). Yüksek beklentiler belirleyerek, bu beklentilere ulaşarak ve başarısızlığı önleyerek kusursuzluğa ulaşma çabasıdır (Hamza ve Helal, 2012). Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe göre daha yüksek tükenmişlik riskiyle ilişkilendirilmiştir (Hewitt ve Flett, 2002; Hii vd., 2008; Hill ve Appleton, 2011) . Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğer mükemmeliyetçilik boyutlarından farklı olarak daha yüksek düzeyde öz saygı, vicdanlılık, hedefe ulaşma ve olumlu duygulanımlarla da ilişkilendirilmiştir (Hewitt ve Flett, 2004; Molnar vd., 2006; Powers vd., 2005).

Kendine yönelik mükemmeliyetçilik başarısızlıklardan kaçınmanın yanı sıra mükemmelliğe ulaşma arzusuyla ilişkilidir ve kaygı, anoreksiya nevroza ve sibklilik depresyonla pozitif yönde ilişkilidir (Hewitt ve Flett, 1991). Seo(2008), kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin erteleme ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Ancak Childs ve Stoeber (2010), kendine yönelik mükemmeliyetçiliği yüksek olanların iş yerinde tükenmişlik düzeylerinin daha düşük olduğunu vurgulamıştır. Kendine yönelik mükemmeliyetçiliğin, kişiyi sürekli mesleki gelişim ve büyüme için motive etme (Umandup ve Teh, 2020), hedefe ulaşma (Flett vd., 2012) gibi çeşitli avantajları vardır. Kendini daha iyi hale getirmek için çabalamak, hedeflerine ulaşmak, başarısızlıktan kaçınmak ve başarıya yaklaşmak, kişisel gelişim kendini geliştirme ve görev ustalığıyla sonuçlanır (Umandup ve Teh, 2020).

Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, birinin başkalarını aşırı derecede eleştirmesi ve başkalarının mükemmel olmasını beklemesi anlamına gelir. Stoeber (2014) tarafından yapılan araştırma, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliği daha yüksek olan bireylerin, bakım, yakınlık ve sosyal gelişim ile bulunan olumsuz ilişki nedeniyle başkalarına destek olmak, mutluluk sağlamak veya yardım etmekle daha az ilgilendiklerini göstermektedir. Bu bireylerin başkalarını tanıma, başkalarının

duygularını anlama ve başkalarıyla iyi geçinme olasılıkları da daha düşüktür (Stoeber, 2014). Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilikte daha yüksek puan alan bireylerin sosyal baskınlık hedefleri geliştirme riski de daha yüksektir (Flett vd., 2016; Stoeber, 2014).

Araştırmalar, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliğin büyük ölçüde aşırı ve açık kontrol ihtiyacından kaynaklandığını ileri sürmektedir (Hewitt vd., 2017; Worthington, 1995). Bu nedenle başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik baskın, kontrolcü ve zorba bir tutum benimsemeyi, başkalarının mükemmelliğe erişmesine büyük önem vermeyi ve başkalarını, bu zor beklentileri karşılayamadıklarında eleştirel ve katı bir şekilde değerlendirmeyi içermektedir (Hewitt ve Flett, 1991).

Beklentiler karşılanmadığında başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik öfke, düşmanlık ve küçümseme ile karşılık verme eğilimini içerir (Hewitt vd., 2018). Sonuç olarak başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliği yüksek olan kişilerin hedefleri çok az övgü veya ödül alır ve onları memnun etmekte yetersiz hissedeceklerdir (Hewitt vd., 2018). Bu bağlamda başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan kişilerin hedefleri genellikle kendilerini yetersiz, değersiz ve itilmiş hissetmektir (Hewitt, 2020).

Başkalarından mükemmellik talep etmenin nedeni, başkalarının kısmen benliğin bir yansıması olarak görülmesi olabilir (Hewitt vd., 2017). Missildine'nin (1963) ilk gözlemleri bazı insanların kendilerinin olumsuz bir şekilde yargılanmamasını sağlamak için başkalarının mükemmelliğine ihtiyaç duyduğunu göstermektedir. Bu fikir, Hewitt ve Flett'in başkalarından mükemmellik talep etmenin bir saygınlık kaynağı sağlayabileceği yönündeki öteki odaklı mükemmeliyetçilik kavramıyla uygundur (Hewitt vd., 2017). Narsistik mükemmellik ihtiyacının bir parçası olarak başkalarından gelen herhangi bir görünür kusur, kişinin kendisine de kötü bir şekilde yansıtılabilir (Nealis vd., 2015). Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, aşırı rekabetçi olma eğilimini, hayata ne olursa olsun kazanma yaklaşımı ve başkaları tarafından daha iyi performans gösterdiğinde yüksek düzeyde tehdit edilme eğilimini içermektedir (Hewitt vd., 2017).

Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik üzerine yapılan çalışmalar, üç türlü özellikle kendine odaklı ve sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiliğe göre daha düşük pozitif korelasyonla rı ortaya çıkardı (Stoeber, 2014). Bu üç özellik: Narsizm,

Makyavelizm ve psikopati. Bu kişilik özellikleri arasında sosyal kötü niyet, kendini öne çıkarma eğilimi, duygusal soğukluk, ikiyüzlülük ve saldırganlık gibi özellikler yer almaktadır (Paulhus ve Williams, 2002).

Başkalarından yüksek beklentiler algılamak ve bu beklentilere ulaşmak için baskı hissetmek olarak tanımlanan dışsal bir motivasyondur (Richardson vd., 2020). Başkalarının kendilerinden yüksek beklentiler içinde olduğuna dair alışılmadık inançlar geliştirme eğilimindedirler. Bu nedenle başarısızlık olarak gördükleri şeyleri saklamaya ve kendilerini başkalarına mükemmel göstermeye çalışmaktadırlar.

Sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik: İnsanlar başkalarının kendileri için yüksek standartlar belirlediklerine ve bu standartların karşılanması gerektiğine inandıklarında ortaya çıkar. Bu boyut içsel motivasyonun azalması, olumsuz değerlendirilme korkusu ve başkalarından onay isteme ile de ilişkilidir (Hewitt ve Flett, 1991). Fairlie ve Flett(2008), iş yerinde mükemmeliyetçiliğin etkilerini incelemiş ve sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olanların işlerinde daha az tatmin olma eğiliminde olduklarını ve daha fazla tükenmişlik ve depresif belirtiler yaşadıklarını bulmuştur.

Childs ve Stoeber (2010) ayrıca sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiliğin iş yerindeki etkilerini araştırmış ve Fairlie ve Flett'in sonuçlarına benzer bulgular elde etmişlerdir. Ayrıca sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçiliğin düşük bağlılık düzeyleriyle ilişkili olduğunu bulmuştur. Sosyal olarak sunulan mükemmeliyetçilik çoğu zaman uyumsuzdur. Araştırmalar bunun düşük öz saygı (Raudasoja vd., 2022), düşük öz kontrol (Flett vd., 2022), erteleme (Kathleen ve Basaira., 2021), utanç ve intihar duygusu (Lee vd.,2020) geliştirirler.

1.3.3. Mükemmeliyetçiliğin Sonuçları

Mükemmeliyetçi olmanın hem olumlu hem olumsuz çağrışımları vardır. Orta derecede mükemmeliyetçiliğin başarı ile ilişkili olduğu yaygın olarak kabul edilen bir inançtır, ancak aşırı mükemmeliyetçiliğin yeme bozuklukları, aksiyete bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk da dahil olmak üzere bir dizi psikolojik bozuklukta tanı ötesi bir risk ve devam ettirici bir faktör olduğu tespit edilmiştir. (Egan vd., 2011; Stoeber ve Otto, 2006).

Mükemmeliyetçi kaygıların boyutu, stres, sosyal kaygı bozukluğu,

depresyon, travma sonrası stres bozukluğu, panik bozukluğu gibi olumsuz duygulanımların sonuçlarıyla ilişkili olduğu yönde kanıtlar bulunmaktadır (Antony vd., 1998; Enns vd., 2001; Huprich vd., 2008; Bieling vd., 2004).

Depresyon, üzüntü, zevksizlik, suçluluk, yorgunluk, sinirlilik ve uyku bozukluğu gibi semptomları içeren yaygın, bozucu ve maliyetli bir zihinsel sağlık sorunudur. Üniversite öğrencileri arasında, bu tür belirtiler sağlığa zarar veren davranışlara (örneğin, sigara), sağlık harcamalarına, intihar riskine, düşük notlara, eksik derslere ve ilişki sorunlarına bağlıdır. Araştırmalar sürekli olarak depresif semptomların başlangıcında ve sürdürülmesinde mükemmeliyetçiliği ima etmektedir (Chang, 2000; Dunkley, Zuroff ve Blankstein, 2003; Hewitt, Flett ve Ediger, 1996; Rice ve Lopez, 2004; Sherry ve Hall, 2009). Mükemmeliyetçilik ayrıca, bağlanma bozukluğu, düşük benlik saygısı ve etkisiz başa çıkma gibi depresif belirtilere katkıda bulunan yerleşiklerin üzerinde ve ötesinde depresif belirtileri öngörmektedir (Rice, Ashby ve Slaney, 1998; Wei, Mallinckrodt, Russell ve Abraham, 2004). Kanıtlar mükemmeliyetçilik ve depresif semptomların güçlü bir şekilde bağlantılı olduğunu öne sürse de, aralarındaki ilişki hakkında öğrenilecek çok şey var. (Graham, 2010).

Son 15 yılda, mükemmeliyetçilik ve ilgili yapılar, bunların çok çeşitli psikolojik bozukluklar ve uyumsuzluk göstergeleri üzerindeki etkilerini gösteren kapsamlı teorik ilgi ve ampirik araştırmaların odak noktası haline geldi (incelemeler için bkz. Flett & Hewitt, 2002a; Shafran & Mansell, 2001). Gerçekten de mükemmeliyetçilik, kaygı ve depresyon için önemli bir risk faktörü olarak kabul edilmiştir (örneğin, Antony, Purdon, Huta ve Swinson, 1998; Blankstein ve Dunkley, 2002; Blankstein ve Hillis Lumley, 2008).

Mükemmeliyetçilik, çocuk ve gençlik sonuçlarını güçlü bir şekilde şekillendiren bir yapıdır. Mükemmeliyetçilik üzerine yapılan güncel araştırmalar, özellikle duygusal ve zihinsel sağlıkla ilgili olarak çocuklar ve gençler üzerindeki zararlı etkileri göstermiştir. Örneğin mükemmeliyetçilik, çocuk popülasyonlarında kaygı ve depresif bozukluklarla (Gilman, Rice ve Carboni, 2014) ve ergenlerde intihar potansiyeliyle (Hewitt, Caelian, Chen ve Flett, 2014) ilişkilidir. Mükemmeliyetçilik ayrıca yeme bozukluklarına, özellikle de aşırı yeme ile ilgili zorluklara karşı savunmasızlığı artırır (Boone, Vansteenkiste, Soenens, Van der

Kaap-Deeder ve Verstuyf, 2014; Sherry vd., 2014) ve diğer yeme bozuklukları (Boone, Soenens ve Luyten, 2014). Ek olarak, mükemmeliyetçiler kendini suçlama, ruminasyon ve felaketleştirme gibi daha zayıf duygu düzenleme stratejileri sergileme riski altındadır ve olumlu olayları olumlu bir şekilde değerlendirmekte güçlük çekerler (Rudolph, Flett ve Hewitt, 2007).

Mükemmeliyetçiliğin yeme bozuklukları patolojisinin klinik bir özelliği olarak uzun zamandır tanımlanmakta olup on yıllık bir araştırmanın gözden geçirilmesiyle hem anoreksiya nervroza hem de bulimia nervrozanın sürekli olarak mükemmeliyetçilik ile karakterize edildiğini ortaya çıkarmıştır (Cassin ve Rason, 2005).

İlginç bir şekilde mükemmeliyetçi çabaların bazı yönleri aynı zamanda sürekli öfke (Dunn vd., 2006), başarısızlık korkusu (Sagar ve Stoeber, 2009), rekabetçi sürekli kaygı (Stoeber, Otto vd., 2007) ile ilişkilendirilmiştir. Sosyal kopukluk, mükemmeliyetçilikle ilgili stresi azaltabilecek ilişkisel desteklerle bağlantı kurma fırsatlarını sınırlar. Örneğin mükemmeliyetçiler, kusurlarını başkalarına açıklamaktan korktukları için ruh sağlığı desteği almaktan çekinirler (Hewitt vd., 2008). Ancak uyumsuz davranışlara (Smith, 2021), kişinin kendisi hakkında olumsuz düşüncelere geliştirmesine (Huang vd., 2020), takıntılı eleştiri korkusuna (Zarve ve Swe, 2020), kişilik bozukluklarına ve yüksek utanca (Jermestad- Noll, 2020), düşük benlik algısına (Kang ve., 2020), umutsuzluk, yüksek intihar potansiyeli (Robinson vd., 2021 ve özeleştirici alışkanlıklarına,) neden olabilir (Richardson vd., 2021).

Araştırmacılar, mükemmeliyetçiler arasındaki düşük aidiyet duygusunun olumsuz sonuçlara katkıda bulunduğunu göstermektedir. Örneğin Wang ve arkadaşları (2013), aile uyumsuzluğunun veya aile beklentilerini karşılama konusundaki algılanan başarısızlığın, düşük aidiyet duygusunun intihar düşüncesi üzerindeki etkisini yoğunlaştırdığını gözlemledi. Başka bir çalışma, mükemmeliyetçi üniversite öğrencilerinin utanç duygusu yaşama ve daha fazla ait olma ihtiyacı bildirme olasılıklarının daha yüksek olduğunu bulmuştur (Chen vd., 2015).

Mükemmeliyetçilik genetiğin, yetiştirilme tarzının, deneyim ve kişiliğin karmaşık bir ürünü olarak ele alınabilir. Depresyon (Ames vd.,2014), anksiyete bozukluğu, travma sonrası stres bozukluğu (Woidneck vd., 2014), obsesif kompulsif bozukluk (Simosns vd., 2006), kaygı ve stres (Livheim vd., 2014)

mükemmeliyetçilikle bağlantılı durumlardır.

Duygusal ve zihinsel sağlık sonuçlarına ek olarak, bilişsel ve akademik sonuçlar da mükemmeliyetçilikten etkilenir. Örneğin, mükemmeliyetçilik, kendini sabotaj (yani, optimum performansı bozan engellerin veya engellerin yaratılması) ve akademik görevlerde daha düşük öz-yeterlik seviyeleri ile ilgilidir (Stewart & De George-Walker, 2014). Bazı mükemmeliyetçilik türleri ayrıca daha yüksek düzeyde sınav kaygısı, kopya çekmeyi kabul etme ve akademik erteleme ile ilişkilidir (Bong, Hwang, Noh ve Kim, 2014). Gerçekten de mükemmeliyetçilik, çocukların gelişiminin birçok alanını olumsuz etkilemektedir.

Bilişsel terapinin ünlü araştırmacısı Aaron T.Beck'in ilk öğrencilerinden olan David D.Burns (1980), mükemmeliyetçileri makul olmayan veya ulaşılamayacak kadar yüksek standartlara sahip, içgüdüsel olarak ve sürekli olarak bu standartlara doğru çabalayan biri olarak tanımlamıştır. Hollender (1965) gibi o da bu insanları sağlıklı mükemmeliyetçilik arayışı içinde olanlardan ayırır (Burns, 1980). Hamachek'ten farklı olarak Burns, mükemmeliyetçiliği iki farklı olası duruma sahip olarak tanımlamadı. Burns, Hamachek'e benzer şekilde mükemmeliyetçiliğin üretkenliğin azalması, sağlık sorunları, zayıf öz kontrol, ilişki zorlukları, düşük öz saygı, gibi bir takım olumsuz sonuçların yanı sıra depresyon, anksiyete, obsesif kompulsif bozukluk dahil olmak üzere bir dizi sağlık sorunuyla sonuçlandığını belirtmektedir.

Mükemmeliyetçilik, araştırma literatüründe oldukça dikkat çeken önemli bir yapıdır (Stoeber ve Otto, 2006). Ek olarak, mükemmeliyetçilik sürekli olarak depresyon (Argus ve Thompson, 2008), obsesif-kompulsif bozukluk (Moretz ve McKay, 2009) ve kaygı (Saboonchi ve Lundh, 1997) gibi çeşitli olumsuz psikolojik sonuçlarla bağlantılıdır. Mükemmeliyetçilikle ilgili olası olumsuz psikolojik sonuçlar göz önüne alındığında, ampirik literatürün, mükemmeliyetçiliği iki farklı tipte görmek için kanıtlar sunmaktadır: uyarlanabilir mükemmeliyetçilik ve uyumsuz mükemmeliyetçilik (örn., Rice ve Ashby, 2007; Stoeber ve Otto, 2006). Bu iki farklı mükemmeliyetçilik türü, her iki mükemmeliyetçilik türünün de yüksek standartlar belirlemek ve sürdürmekle ilgili olduğunu iddia eden Hamachek'in (1978) erken dönem kavramsal çalışmasına dayanmaktadır. Hamachek'e göre bu iki mükemmeliyetçilik türünü ayıran şey, uyumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip

bireylerin, hedeflerine başarılı bir şekilde ulaşamayacaklarına dair katı ve katı inançları nedeniyle çabalarının hiçbirinden tatmin duygusu elde edememeleridir. Tersine, uyumlu mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler, arayışlarında gerektiği gibi esnek olma yeteneğinin yanı sıra yoğun çabalarından bir memnuniyet ve zevk duygusu kazanabilirler. Sonuç olarak, uyumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler, yüksek standartları ile gerçek çabaları arasındaki tutarsızlık nedeniyle “kendi demlemelerinin duygusal sularında bitmek tükenmek bilmeyen bir şekilde yahni olurlar” (Hamachek, 1978).

Missildine (1963), mükemmeliyetçi aileler kendi başarılarını küçümsediklerinden dolayı çocuklarının başarılı olma çabalarına onay vermediklerini ve başarılarının da ödüllendirmekten kaçındıklarını ifade etmektedir. Mükemmeliyetçi aileler, çocuklarını hata yapmadan en iyi olmaya zorlamaktadır.

Anne babaların bazıları çocuklarının başarıları ile fazlasıyla ilgilendiklerinden okulda en yüksek notları almalarını beklemektedir. Gerçekçi olmayan hedefler koyarak çocuklarında kaygı bozukluğuna sebep olmaktadır. Çocuklarına zorlanacakları performans hedefleri koyan anne babaların çocukları diğerlerine göre daha uyumsuz mükemmeliyetçi olma yönünde eğilim göstermektedir. Bu da kendilerini savunmak zorunda kalan, anksiyeteli, asosyal ve duygusal problemleri olan bireyler olmalarına sebep olmaktadır (Ablard ve Parker, 1997).

Türkiye’de yapılan çalışmalara göre algılanan anne ve baba tutumları ile çocukların mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında olumlu bir ilişki bulunmuştur (Yıldız, 2007).

Mükemmeliyetçi aileler ise aşırı kontrol edici, kargaşalı, çocuğunu başarısına göre değerlendiren ve dine aşırı düşkün kişiler oldukları gözlemlenmektedir. Aile ortamlarında ise daha az yakınlık kuran, kendini daha az ifade eden bireyler oldukları ifade edilmektedir (Flett, Hewitt vd., 2002). Aile ilişkilerini çok resmi olduğunu belirten ve aile içi ilişkilerini paylaşımcı olarak algılamayan çocukların daha fazla sosyal odaklı mükemmeliyetçi oldukları görülmektedir (Benk, 2006). Dinç’e göre (2001), ailenin özellikle de annenin aşırı eleştirel olmasının mükemmeliyetçilikle ilişkili olduğunu saptamıştır. Sürekli eleştirilen bir ortamda yaşayan çocukların bilişsel şemaları eleştiri ile geliştiğinden olumsuz benlik algısı oluşmakta ve mükemmeliyetçilik özellikleri göstermektedirler (Rudolph, 2005). Eleştiricilik

düzeyi yüksek olan öğrencilerin mükemmeliyetçilik puanlarının da yüksek olduğu belirtilmektedir (Benk, 2006).

Ailenin tutumlarının mükemmeliyetçiliğin gelişiminde rolü büyüktür. Ailelerini demokratik olarak değerlendirmeyen öğrencilerin başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik puanları, demokratik algılayanlara nazaran daha yüksek bulunmuştur(Tuncer, 2006). Uyumsuz mükemmeliyetçilik dengesiz aile sistemi, kontrolcü, otoritaryan, izin verici olmayan aile tutumları ile ilişkilidir (Craddock vd., 2009).

Mükemmeliyetçilik, çocukların insanların onlardan mükemmel olmasını beklediği inancından kaynaklandığı ileri sürülmektedir. Ebeveynlerin kontrolcü olması ve çocukların kendilerine yönelik mükemmeliyetçiliği arasındaki bağlantı, depresyon ile paralellik göstermektedir (Hewitt vd., 2002). Çocuğun ebeveyni ile olan ilişkisinin niteliği, aile beklentisi ve çocuğun problemleri bir mükemmeliyetçi kişilik özellikleri geliştirmesine sebep olmaktadır(Hamachek, 1978).

Burns (1980), mükemmeliyetçi özellikleri yüksek olan kişilerin korku ile hareket ettiklerini, değerlerini hedeflerine koyduklarını belirtmiştir. Bu kişiler, mükemmel olmaya çalışmakta olmadıkları durumlarda ise sevgi ve şefkate layık olmadıklarını düşünmektedirler (Halgin ve Leahy, 1989).

Bireylerin ideal görünüm için çabalamaya ve bunu elde etmeye verebileceği önem, hem dismorfik kaygı hem de beden dismorfik bozukluğu bağlamında inceleyen mükemmeliyetçiliğin kişilik yapısıyla yakından bağlantısı olabilir (Wilhelm, 2006). Bir çalışma beden dismorfik bozukluğu olan bireylerin %69'unun "Görünüşümde mükemmelliğe sahip olmalıyım." İnancını onayladıklarını göstermektedir (Veale vd., 1996; Wilhelm, 2006).

Araştırmalar, mükemmeliyetçilik ile intihar arasında kesin bir bağlantı olduğunu doğrulamadı. Ancak mükemmeliyetçilikle ilişkilendirilen öz eleştirel değerlendirmeler yetişkinlerde intihar eğilimiyle de ilişkilendirilmiştir (O'Connor, 2007). Muyan ve Chang (2015) ve Stoeber (2018) çalışmalarında intihar eğilimi ile mükemmeliyetçilik arasındaki bağlantıyı daha da güçlendirdiler. Muyan ve Chang (2015) bağlantıyı doğruladı ve ebeveyn eleştirisi yaşayan ve eylemler konusunda şüphe duyan üniversite öğrencilerinde intihara yönelik biliş ve davranışlar paylaşıldığını buldular. Stoeber (2018) yetersiz başa çıkma biçimleriyle birlikte

mükemmellik yanılsamasını sürdürmek için yoğun bir dürtüyle mücadele eden yetişkin erkeklerde mükemmeliyetçi bilişlerin artan intihar riskiyle ilişkili olduğunu doğruladı. Ayrıca mükemmeliyetçi özellikler sergileyen bireyler sıklıkla utanç, suçluluk, yetersizlik, düşük özsaygı ve ruminasyon gibi olumsuz duygulanımlar olumsuz öz değerlendirme performansları sonrasında fiziksel sağlık sorunları yaşarlar (Besser vd., 2008; Fry ve Debat, 2009; Handley vd., 2015). Teorik olarak mükemmeliyetçilik küçük görünüm kusurlarına olan ilgiyi artırabilir ve onların meşguliyetlerini körükleyebilir (Phillips, 2009). Ampirik çalışmalar, anoreksiya nevrozalı kadınlarda sürekli olarak yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik ve kendini sunma mükemmeliyetçiliği bulmuştur (Cockell vd., 2002; Hewitt vd., 2003; Stoeber vd., 2016). Mükemmeliyetçilik ile anoreksiya nevroza arasındaki ilişki iyi kurulmuş olduğundan, proglastik sonuçlar sağlayacak mükemmeliyetçilik düzeyleri de tanımlanmaktadır (Welch vd., 2020). Daha yüksek mükemmeliyetçilik seviyeleri, psikolojik tedavide daha kötü sonuçlarla ilişkilidir ve yüksek oranda tedaviyi bırakma oranlarıyla ilişkilidir (Franco vd., 2005; Bardone - Cone, 2007; Hurst ve Zimmer-Gembeck, 2015; Vall ve Wade, 2017). Bu nedenle araştırmacılar mükemmeliyetçiliği hedef alan psikolojik tedaviler üzerinde çalışmaya başlamışlardır (Tchanturia vd., 2016). Bu araştırmalar anoreksiya nevrozalı bireylerde mükemmeliyetçiliği azaltmak için bilişsel davranışçı terapilerin grup müdahalesi olarak uygulanmasının etkinliğini göstermiştir. Bu çalışmalar umut verici sonuçlar gösterse de bu tür bir tedavi uygulanırken bireylerdeki mükemmeliyetçiliğin derecesi dikkate alınmalıdır (Lloyd, 2004). Mükemmeliyetçiliğe bağlı semptomları etkili bir şekilde azaltmak için grup tedavilerinin potansiyel etkinliği araştırılmıştır (Levinson vd., 2017).

Psikopati açısından mükemmeliyetçiliğin tanı ötesi bir yapı olduğu düşünülmektedir. Mükemmeliyetçiliğin bir dizi bozukluk için hem bir risk faktörü hem de devam ettirici bir faktör olduğu gösterilmiştir (Egan vd., 2011; Hewitt ve Flett., 2002). Araştırmalar, mükemmeliyetçiliği birçok kötü sağlık sonucuyla ilişkilendirmiştir (Molnar vd., 2018). Giderek daha yaygın hale gelen (Curna ve Hill, 2019) özellikle uyumsuz mükemmeliyetçiliğin yeme bozuklukları, anksiyete bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk ve depresyon gibi duygu durum bozuklukları ile ilişkilendirilmiştir (Egan vd., 2011; Howel vd., 2016).

Mükemmeliyetçi kaygıların depresif belirtilerdeki artışları öngördüğü de gösterilmektedir (Smith vd., 2021). Psikolojik, duygusal ve sağlık işleyişine ilişkin sonuçları belirlemek için mükemmeliyetçiliğin belirli boyutları araştırılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin boyutlarının özellikle de sosyal mükemmeliyetçiliğin olumsuz sonuçlarına ilişkin bir meta-analiz, istikrarlı bir kimliğin oluşturulması ve geliştirilmesindeki sorunlar, düşük ve istikrarsız özsaygı, düşük öz yeterlilik, intihar düşüncesi veya girişimi, depresyon, anksiyete, tükenmişlik, uykusuzluk, narsistik kişilik bozukluğu ve Borderline kişilik bozukluğu gibi kötü zihinsel sağlık sonuçlarıyla bir bağlantıya işaret etti (Flett vd., 2022). Uyumsuz mükemmeliyetçilik stres ve diğer psikiyatrik belirtiler arasında pozitif ilişki bulunmuştur (Hewitt ve Flett, 1993; Limburg vd., 2016; Shikatan, vd., 2015). Üniversite öğrencileri arasında ruh sağlığı sorunları son beş ila on yılda neredeyse iki katına çıkmıştır (Duffy vd., 2019; Oswalt vd., 2018). Üniversite öğrencileri, üniversiteye gitmeyen aynı yaştaki akranlarına göre daha fazla zihinsel sağlık sorunu yaşamaktadır (Adlaf vd., 2011). Araştırmalar sürekli olarak psikolojik sıkıntı ve psikopatolojiyi mükemmeliyetçilik ile ilişkilendirmiştir (Egen vd., 2011; Limburg vd., 2017) ve birçok üniversite öğrencisi mükemmeliyetçi özellikler sergilemektedir (Curra ve Hill, 2017).

Mükemmeliyetçilik üniversite öğrencilerinde olumsuz psikolojik ve akademik sonuçlarla ilişkilendirilen, kişinin kendisini ve başkalarının eleştirel değerlendirilmeleriyle birlikte yüksek standartların peşinde koşmasıyla karakterize edilmektedir (Hamilton ve Schweitzer, 2000; Rice vd., 2015). Mükemmeliyetçiliğin depresyon, kaygı, intihar düşüncesi (Hamilton Schweitzer, 2000), zayıf akademik performans (Rice vd., 2015), tükenmişlik (Rice vd., 2015) gibi bazı psikolojik sıkıntıları yordadığı bulunmuştur (Chang, 2012; Hill ve Curran, 2016). Davis (1997), hem uyumlu hem uyumsuz mükemmeliyetçiliğin yüksek seviyelerinin, kişinin vücudunu değiştirmeye yönelik güçlü arzusun yanı sıra hem anoreksiya nevroz hem de bulimia nevrozının temel özellikleri olan yüksek düzeyde vücut küçümsemesiyle ilişkili olduğunu buldu. Bedenin aşağılanmasıyla ilgili bulgular, mükemmeliyetçilik ile yeme bozuklukları belirtileri arasındaki bağlantıyı açıkça ortaya koymaktadır.

Mükemmeliyetçiliğin sosyal anksiyete bozukluğu (Lavrenti vd., 2008), obsesif kompulsif bozukluk (Moretz ve McKay, 2009), yaygın anksiyete bozukluğu

(Fergus ve Wu, 2010), depresyon (Clara vd., 2007), yeme bozukluğu (Bardone-Cone vd., 2010) ve obsesif kompulsif bozukluk (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013) dahil olmak üzere psikopatolojide bir rol oynadığı söylenebilir. Aşırı hazırlık, Mükemmel performansı arzularak, bazı bireylerin farklı durumlara hazırlanmak için gerekenden fazla zaman harcamasına neden olabilir. Tekrarlanan davranışlar, Mükemmeliyetçiliği yüksek bireyler, görevler mükemmel bir şekilde tamamlanana kadar tekrar yapma zorunluluğu hissedebilirler. Aşırı güvene arayışı, Mükemmeliyetçi bireylerin mükemmel performansa fazlasıyla önem verdikleri göz önüne alındığında, bu bireylerin performanslarının yeterli olduğuna dair başkalarından da güvence almaları mümkündür.

Aşırı organizasyon, Mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek bireylerin, gerçekte yararlı olanın ötesinde, aşırı derecede organize oldukları durumlar olması da mümkündür. Ertelemek, Mükemmeliyetçiliği yüksek olan bireyler o kadar yüksek standartlara sahip olabilirler ki arzu ettikleri performansın gerisinde kalma ihtimali olan bir görev üzerinde çalışmaya başlama düşüncesi korkutucu veya bunaltıcı olabilir. Görevi kendi standartlarında tamamlayamama korkusu, erteleme olarak da bilinen, çalışmayı mümkün olan en son ana kadar bırakmaya neden olabilir.

Aşırı azim, mükemmeliyetçi bireyler gerçekte daha kısa sürede tamamlanabilecek bir göreve fahiş miktarda zaman harcayabilirler. Bu tür durumlarda, o kadar güçlü bir başarısızlık korkusu ya da başarı arzusu vardır ki bir görevi ya da projeyi tamamlamak için gerekenden daha fazla zaman harcanır. Çok çabuk vazgeçmek, Çok uzun süre ısrar etmenin aksine bazı mükemmeliyetçiler bir hedef ulaşamaz gözüktüğünde kendilerini başarısızlıktan koruma adına pes edebilirler. Kaçınma, Mükemmeliyetçi bireyler başarısızlık korkusunu uyandıran çeşitli durumlardan kendisinin ya da başkalarının beklentilerinin altında kalması ihtimalinden korumak için kaçınabilirler (McCabe-Bennett, 2014).

Zülfıkar ve Bibi (2022), yüksek başarılı öğrencilerde sınav kaygısının sahtekarlık olgusu ve mükemmeliyetçilik üzerindeki aracı rolünü incelemek amacıyla çalışma yapmışlardır. 250 katılımcıdan erkeklerin %44'ü kızların ise %48'i orta derecede ve sık sık sahtekarlık sendromu yaşadığını bildirdi. Benzer şekilde, yüksek başarı gösterenlerin %36.5' inin sınav kaygısı düşük, %50'sinin ise normal düzeydeydi. Mükemmeliyetçilik yeme bozuklukları belirtileri, kaygı ve depresyon

arasındaki dolaylı bağlantı tedavi ve iyileşme bağlamında daha fazla dikkat gerektirir (Castro vd., 2021). Araştırmalar ister yetişkinlerde ister ergenlerde olsun mükemmeliyetçiliği psikolojik tedavilere dahil etmenin en iyi yollarını bulmaya yönelmiştir (Lloyd, 2014). Araştırmacılar mükemmeliyetçilikte mevcut olabilecek ve yeme bozuklukları bağlamında araştırılan anksiyete belirtileriyle ilişkili olabilecek bilişsel şemaları araştırmıştır (Boone vd., 2013).

Çeşitli sonuçlarla bağlantılı çok boyutlu bir kişilik özelliği olan mükemmeliyetçilik, Batı ülkelerindeki genç yetişkinler arasında daha yaygın hale gelmeye başladı (Curran ve Hill, 2019; Gnilka vd., 2013). Mükemmeliyetçilikle ilgili kapsamlı literatür, mükemmeliyetçilerin yaşam tatmini azalması, öz saygının azalması, intihar düşüncesi ve daha yüksek ölüm oranları dahil olmak üzere çeşitli olumsuz sonuçlarla karşılaştığını göstermektedir (Dunkley vd., 2012; Fry ve Debats, 2009; Gaugreau vd., 2017; Smith vd., 2018). Üstelik dindar bireyler, din refahlarına müdahale eden farklı bir mükemmeliyetçilik biçimini deneyimliyorlar. Dindar mükemmeliyetçiler daha yüksek oranda titizlik, günahkar faaliyetlerden korkma (Allen vd., 2021), dini ve manevi mücadeleler (Wang vd., 2021), Tanrı ile ilişkilerinde kaygı (Allen vd., 2021) bildirmektedir. Tanrı'dan ve diğerlerinden algılanan beklentileri karşılayamama duygusuyla ilgili utanç (Allen vd., 2015; Wang vd., 2018) da duyulmaktadır. Ancak mükemmeliyetçilik çok yönlü bir özelliktir. Mükemmeliyetçilik üzerine yapılan çalışmaların çoğu olumsuz sonuçlara odaklanmış olsa da, bazı araştırmalar öz eleştirinin olmadığı durumlarda daha yüksek kişisel standartların daha olumlu sonuçlara yol açtığını göstermektedir. Yüksek kişisel standartlar, olumlu duygulanım, daha fazla yaşam memnuniyeti, artan dini bağlılık ve içsel dini yönelimlerle ilişkilendirilmiştir (Crosby vd., 2011; Steffen, 2014).

Bazı mükemmeliyetçiler olumlu sonuçlar bildirse de mükemmeliyetçilik genellikle çeşitli alanlarda refahın azalmasına (Stoeber ve Otto, 2006), yakın ilişkilerde memnuniyetin azalmasına (Gingres ve., 2020) kaygılı bağlanmanın artmasına (Chen vd., 2015) katkıda bulunmaktadır. Mükemmeliyetçiler kişiler arası ilişkilerde mücadele etme eğilimindedirler. Çünkü kendilerini başkalarına yabancılaştıran kendilerini koruyan davranışlara girerler. Örneğin bazı mükemmeliyetçiler, kendi içlerinde hakimiyet, uzak durma ve intikamcılığa yönelik eğilimler bildirmektedirler (Stoeber vd., 2021). Diğerleri düşmanlık veya itaatkarlık

kalıpları sergilerler ve bu da sırasıyla yakınlık ve sömürülebilirlik konusunda sorunlar neden olabilmektedir (Slaney vd., 2006). Mükemmeliyetçiler dini inanışlarıyla ilgili sorunlar da yaşamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin İslam, Yahudilik, Hristiyanlık Mormonizm, dahil olmak üzere başlıca dünya dinlerinin çoğunun takipçileri arasında olduğu rapor edilmektedir (Crosby vd., 2011; Husain vd., 2015; Sorotzkin, 1988; Worthington vd., 2021). Mükemmeliyetçilik ahlaki açıdan mükemmel bir yaşam sürmeyi vurgulayan dini gruplar tarafından örtülü olarak güçlendirilebilir (Sorotzkin, 1988).

Diğer dini gruplar, Tanrı'nın ve başkalarının onayının katı bir dini kurala uymakla kazanabileceğini açıkça öğretebilir. Mebane ve Ridley (1988), bu tür bir öğretimin mükemmeliyetçiler arasında sıklıkla aşırı korku, kaçınma ve ikiyüzlü davranışlarla sonuçlandığını belirtmektedir. Mükemmeliyetçiler zaten sosyal olarak izole edilmiş hissetme eğiliminde olduklarından, dini grupların beklentilerini karşılama konusunda algılanan başarısızlık onların aidiyet duygusunu daha da azaltabilir. Ortaya çıkan izolasyon dini inanışlarında aidiyet ve refah duygusu bulmayı bekleyen mükemmeliyetçiler için sorun olabilir.

Dindar mükemmeliyetçiler için dini refahın iki yönü sorunludur. Birincisi mükemmeliyetçilerin Tanrı'yı güvenilmez bir ilişkisel figür olarak görerek, güvensiz bağlanma stillerini Tanrı ile ilişkilerine yansıttıkları görülmektedir (Davis vd., 2021). İşleri daha da karmaşık hale getiren mükemmeliyetçilik, Tanrı'nın yüksek beklentiler dayattığını düşündürmektedir (Wang vd., 2018). İkincisi kendilerini dini gruptan soyutlanmış hissetmeleri mükemmeliyetçilerin dini refahını azaltabilir. Az sayıda çalışma, bireylerin bağlanma güvenliği açısından dini gruplarıyla nasıl ilişki kurduğunu incelemiştir. Bu çalışmalar, dini gruplarına güvensiz bağlılık hissedenlerin Tanrı'ya karşı daha fazla kaygı yaşayabileceğini, Tanrı'dan daha fazla kaçınabileceğini ve daha fazla yüksek olumsuz duygulanım yaşayabileceğini göstermektedir (Freeze, 2017; Knabb ve Pelletier, 2014).

1.3.4. Mükemmeliyetçi Kişilerin Özellikleri

Greenspon'un yaptığı araştırmaya göre mükemmeliyetçi bireylerin özellikleri şunlardır:

- ✓ Mükemmeliyetçilik, yapılmakta olan işlerin hatasız şekilde

gerçekleşmesidir.

✓ Mükemmeliyetçi kişiler huzursuzluk, nefret, kaygı, plansızlık gibi bozukluklarla ilişkilendirilebilir.

✓ Mükemmel olmak başarılı olunacağı anlamına gelmez. Yetenek ve çaba başarı üzerindeki en önemli etkenlerdir.

✓ Hem psikolojik açıdan iyi olup hem mükemmeliyetçi olunabilir. Mükemmeliyetçilik olumsuz çağrışımlara sebep olsa da bu kişiler başarılı da olabilir.

✓ Mükemmeliyetçiliğin derecesi farklılık gösterebilmektedir. Az mükemmeliyetçi ya da çok mükemmeliyetçi olunabilir.

✓ Mükemmeliyetçi bireyler aslında mükemmel olmak için değil kendini kabul ettir ebilmek için çaba sarf etmektedirler.

✓ Mükemmeliyetçiliğin bazı boyutlarında psikolojik açıdan problemlerle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Greenspon, 2008).

Barrow ve Moore (1983), yaptıkları çalışmalarında mükemmeliyetçi bireylerin özelliklerini şöyle sıralamıştır:

Mükemmeliyetçi kişilerde ya hep ya hiç düşüncesi sıklıkla görülmektedir.

✓ Kişiler benli saygısı gereği kesin kurallar belirlemektedirler. Bir şeyi yapmak istemek yerine yapmak zorunda olduklarını düşünmektedirler.

✓ Mükemmeliyetçi bireyler kendilerini ya çok başarılı ya da çok aşırı başarısız görmektedirler.

✓ Geleceğe çok fazla odaklanmaktadırlar. Bu durum da bazen başarılarını engelleme yönünde kendini gösterebilmektedir.

✓ Mükemmeliyetçi kişiler başarı durumunda kendini ödüllendirmekte yetersiz kalmaktadırlar.

✓ Elde edilen başarılar ve hedefler değerini yitirmekte, kendilerine sürekli yeni hedefler koymak daha cazip gelmektedir.

1.3.5. Mükemmeliyetçiliğin Kuramsal Temelleri

1.3.5.1. Psikanalitik Kuram

Bu kurama göre mükemmeliyetçilik başarının yüksek olması için katı standartlar belirleyen üstbenliğin çok abartılmış bir ifadesidir (Tuncer, 2006).

Psikalanitinin geliştiricisi olan Freud, üstbenlik olan süperegonun görevinin gerçeklerden ziyade ideallerle uğraşmak ve mükemmellik peşinde koşmak olduğunu belirtmiştir (Karahan ve Sardoğan, 2016; Corey, 2015). Süperegonun temellerinin çocukluk döneminde aile tarafından konulan kural ve yasakların içselleştirilmesi ile yerleştiği iddia edilmektedir (Geçtan, 2010; Horney, 2006).

Kurama göre psikoseksüel gelişim dönemlerinde mükemmeliyetçilik kavramı, anal döneme rastlamaktadır. Anal dönem, 1-3 yaşları arasında yaşanılan, ve tuvalet alışkanlıklarının kazanıldığı dönemdir (Yanbastı, 1996). Bu kouda araştırmalar yapan Freud'a göre mükemmeliyetçilik anal dönemde meydana gelen bir nevrozun göstergesidir (Lasota, 2005). Psikanalitik kurama göre anal dönemde ailesi tarafından sert bir muamele gören çocuk, mükemmeliyetçilik takıntısı geliştirmektedir. Ailenin rahat tavırlarının olduğu çocukta ise disiplinsiz ve dağınıklık meydana gelebilmektedir (Ayhan, 2007).

1.3.5.2. Bütüncül (Holistik) Yaklaşım

Horney (2006)' a göre mükemmeliyetçilik, kişinin kendisine yabancılaşmasına, kusurlu hissetmeye ve eleştirilmeye karşı korunabilmek amacıyla gösterdiği patolojik bir uyum sürecidir. Bu bakımdan mükemmeliyetçiler, özgüvensizlik sonucu oluşturduğu kişinin her zaman en iyi ve başarılı olması sayesinde bu güvensizliği yenebileceğini düşünmektedirler (Tuncer, 2006). Bu kurama göre çocuk, mükemmeliyetçiliği çevresinin ve ebeveynlerinin etkisi ile yaşadığı güvensizlik ve çaresizlik duygusu ile başa çıkabilmek için geliştirmiştir. Ailenin tutarsız tavırları, kurallar konusunda çocuğa baskı kurmaları, kardeşler arası kıskançlık çocuğun kişilik gelişiminde etkileri olmaktadır (Horney, 2006). Mükemmeliyetçi kişi aşırı düzenli, kelimeleri özenli seçen, planlarında dakik, ideallerine uymayan davranışları affetmeyen, kendine yaptırımlar uygulayan ve zamanla kendi benliğinden uzaklaşan biri olarak tasvir edilmektedir (Yanbastı, 1996).

1.3.5.3. Bireysel Psikolojik Yaklaşım

Adler (2004), üstünlük çabasının mükemmeliyetçiliği tetiklediğini ve her insanda bir miktarda kusursuzluk isteğinin olduğunu söylemektedir. Adler'e göre

insanı motive eden temel unsur “*Mükemmel olduğum sürece güvendeyim ve önemli olduğum sürece kabul görürüm.*” inancıdır (Corey, 2015). Bu kurama göre eksiklik duygusu ve üstünlük çabası mükemmeliyetçiliği meydana getiren önemli unsurlardır. Kişi eksik ve yetersiz olduğunu düşündüğü için bu eksikliğe karşı hep daha iyiye ulaşmak için üstünlük çabasına girmektedir (Karahan ve Sardoğan, 2016). Bu eksiklik duygusu insan yaşamının bir döneminde mutlaka yaşanır. Nedeni ise çocukluk döneminde çocuğun kendisini çevresi ile karşılaştırması sonu yetersiz hissetmesi ve çevreye olan bağımlılığından dolayı çaresizlik duygusudur. Bu duygulanımlar, üstünlük kurma çabasına dönüşürse mükemmeliyetçi hislere sebep olmakta ve sosyal uyumsuzluklar baş göstermektedir (Lasota, 2005). Normal çabalar gösteren bireyler ise aşağılık duygusu ile uygun bir şekilde baş edebilmekte, kişinin eksiklik duygusu üstünlük çabasına doğru olan uğraşısı sağlıklı bir şekilde olmazsa birey daha yoğun bir üstünlük gayreti içine girmektedir (Adler, 2000). Yaratılıştan sahip olunan mükemmellik, ulaşılabilir hedefler için kullanılırsa olumlu bir özellik kazanırken kusursuzluk ve gerçekçi olmayan hedefler için uğraşılırsa olumsuz bir durum haline gelmektedir (Adler, 2004).

Kuram içerisinde mükemmeliyetçilik sağlıklı ve sağlıklı olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Sağlıklı mükemmeliyetçiler, uyumlu ilişkiler edinir, gerçekçi olan amaçlar belirler ve sağlıklı baş etme yöntemleri kullanmaktadır. Sağlıksız mükemmeliyetçiler ise gerçekçi olmayan amaçlara ulaşabilmek için çaba gösterir, hata yapmaktan korkar, onaylanma ihtiyacı içindedir. Sosyal ilişkilerinde sorun yaşamaya ve kaybetmeye tahammülü olmadıkları için bencilce davranmaya yatkındırlar (Rice ve Preusser, 2002).

1.3.5.4. Bilişsel Davranışçı Yaklaşım

Beck, Bilişsel hataların mükemmeliyetçiliğin temelini oluşturduğunu, kişinin çocukluk döneminde başına gelen olayları olumlu ve olumsuz şekilde anlamlandırıldığını ve bu şekilde yetersiz ve yanlış bilgiye dayanarak yapılan çıkarımlarla ilişkilendirildiğini belirtmektedir. Bilişsel hataların kişinin kendisine, geleceğe ve dünyaya dair olumsuz düşüncelerin yer aldığı bilişsel üçlü adın verdiği oluşumdan kaynaklandığını belirtmektedir (Brown ve Beck, 2002).

Mükemmeliyetçilikle ilgili bazı bilişsel hatalar şu şekilde

örneklendirilmektedir:

✓ *Keyfi Çıkarılma - İrdeleme*: Bireyin elinde somut kanıtlar olmamasına rağmen olaylardan olumsuz sonuçlar çıkarmasıdır.

✓ *Seçici Soyutlama*: Olayın bütününe değil de olumsuz kısımlarına odaklanmaktır.

✓ *Mutlakıyetçi İkili Düşünme*: Ya hep ya hiç gibi uç kategoride değerlendirmektir.

✓ *Kişiselleştirme*: Kendisiyle alakası olmamasına rağmen olayları kendine bağlamasıdır.

✓ *Aşırı Genelleme*: Yaşanan bir olaydan hareketle genel çıkarımlarda bulunmaktır.

1.4. Mükemmeliyetçilik İle İlgili Çalışmalar

Kore kültüründe ebeveyn kontrolü, düşük ihmalin göstergesi olabilir (Kim ve Choi, 1994). Ergenler üzerindeki ebeveyn baskısı, daha iyi akademik başarı ve azalan suç oranlarıyla olumlu yönde ilişkilidir (Park ve Kim, 2004). Afrikalılarda mükemmeliyetçiliği inceleyen bir araştırma, tutarsızlığın benlik saygısıyla olumsuz, depresyonla ise olumlu yönde ilişkili olduğunu bulmuştur (Elion vd., 2012). Kişisel standartlar ve tutarsızlık, Latin popülasyonunda düşük benlik saygısı, depresif ve kaygı belirtileriyle önemli ölçüde ilişkilidir (Ortega vd., 2014).

Çok sayıda araştırma, klinik (Hewitt & Flett, 1993) ve klinik olmayan popülasyonlarda (Chang, 2006; Chang, Watkins, & Banks, 2004; Dunkley & Blankstein, 2000) mükemmeliyetçilik ve stres arasında pozitif korelasyonlar bulmuştur. Klinik dışı popülasyonları içeren araştırmalar, mükemmeliyetçiliğin stresi hafiflettiğini ve olumsuz duygulanım ve kaygı üzerinde doğrudan etkisi olduğunu bulmuştur (Flett, Hewitt, Blankstein ve Mosher, 1995; Flett, Hewitt ve Hallet, 1995; Friedman, 2000; Hewitt & Flett, 1993). Bu durum, mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan bireylerin yaşamdaki stresörlerden daha olumsuz etkilendiğini ve daha yüksek düzeyde kaygı ve daha düşük düzeyde öznel iyi oluş yaşadıklarını göstermektedir.

Mükemmeliyetçiliğin alana özgü bir yapı olarak incelenmesi, sosyal psikoloji literatüründe ilk kez Mitchelson ve Burns'ün (1998), 67 çalışan annenin iş yerinde ve

evde bildirdiği mükemmeliyetçilik düzeylerine ilişkin çalışmasıyla ortaya çıkmıştır. Takip çalışmasında Mitchelson (2009), işyeri ve aile sorumlulukları olan 288 yetişkinden oluşan bir örneklem arasında mükemmeliyetçilik düzeylerindeki farklılıkları incelemiştir. Mitchelson ve Burns'ün (1998) çalışmasında bildirilen bulgularla tutarlı olarak, sonuçlar alana özgü mükemmeliyetçilik görüşünü destekledi. Ancak çalışan annelerle yapılan önceki çalışmaların aksine katılımcıların evde işyerindekinden önemli ölçüde daha yüksek mükemmeliyetçilik standartları bildirdiler.

Rice ve Mirzadeh'in (2000) uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçiliğin bağlanma, depresyon ve akademik bütünleşme ilişkilerini incelenmiştir. Bu amaçla 178 (129 kadın, 49 erkek) lisans öğrencisinden veri toplanmıştır. Lojistik regresyon analizi sonucunda, anneye bağlanma puanları yüksek öğrencilerin uyumlu mükemmeliyetçi olma olasılıklarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Babaya güvenli bağlanmanın uyumlu mükemmeliyetçi olma olasılığını artırdığı gözlemlenmiştir. İkinci çalışmaya 218 üniversite öğrencisi katılmış, uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçi bireylerin akademik bütünleşme ve depresyon puanları arasındaki farklılıklar bağımsız örneklem t testi ile analiz edilmiştir. Buna göre uyumlu mükemmeliyetçiler uyumsuz mükemmeliyetçilere göre anlamlı ölçüde yüksek akademik bütünleşmeye sahip bulunmuştur. Depresyon puanlarının ise uyumsuz mükemmeliyetçilerden anlamlı ölçüde daha düşük olduğu ortaya konmuştur.

Stoeber ve Rambow (2007), ergen öğrencilerde mükemmeliyetçi kaygılar ile başarısızlık korkusu, bedensel yakınmalar ve depresif belirtiler arasında anlamlı pozitif ilişkiler bulmuştur. Bieling ve ark. (2003) psikoloji lisans öğrencileri arasında yüksek mükemmeliyetçilik kaygılarının sınav öncesi olumsuz duygulanımla pozitif yönde ilişkili olduğunu bildirmiştir. Stoeber ve ark. (2008) mükemmeliyetçi kaygıların bir yönü olan özeleştirinin, lisans öğrencileri arasında test performans öncesindeki öz yeterlik ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Mükemmeliyetçi çabaların ve mükemmeliyetçi kaygıların sporcuların uyumlu ve uyumsuz işleyişinde önemli bir rol oynadığı gösterilmiştir. Örneğin, artan mükemmeliyetçi çabalar, rekabetçi kadın artistik patenciler arasında olumlu tutumsal vücut imajı (Dunn vd., 2011), ABD Olimpiyat sporcuları arasında altın madalya başarısı (Gould vd., 2002) ile ilişkilendirilmiştir.

Mükemmeliyetçiliğin aile birliği ve esnekliği ile bağıntısını incelemeyi amaçlayan bir araştırma (Jamshidi vd., 2008), 164'ü erkek 149'u kız olmak üzere toplam 313 rehberlik okulu öğrencisi ile İran'da yürütülmüştür. Çoklu regresyon analizinden elde edilen sonuçlar aile birliğinin uyumlu mükemmeliyetçilikteki, aile esnekliğinin ise uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilikteki artışı tahmin ettiğini ortaya koymuştur. Öner ve Kırdök (2009), ön ergenlerin anne ve çocuk arasındaki ilişkiyi kabul edici ve reddedici algılama düzeylerine göre olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin farklılaşıp farklılaşmadıklarını incelemişlerdir. Araştırmanın sonucuna göre annelerinden sevgi gören ve nefret, ihmal, ilgisizlik düzeyleri düşük olan ön ergenlerin daha fazla olumlu mükemmeliyetçilik özellikleri gösterdikleri bulunmuştur. Ancak olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri açısından anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

(Craddock vd., 2009) Otoriter, denetleyici, besleyici olmayan ve izin vermeyen ebeveyn tarzları ve dengesiz aile sistemlerinin uyumsuz mükemmeliyetçilikle güçlü bir şekilde ilişkili olduğu, ancak uyumlu mükemmeliyetçilik ile ilişkili olmadığı hipotezleri test edilmiştir. Bu amaçla çalışmaya 264 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Bulgulara göre hem uyumlu hem de uyumsuz mükemmeliyetçilik iç içe geçmişlik ve otoriter ebeveynlik ile pozitif yönde ilişkili bulunurken, yalnızca uyumsuz mükemmeliyetçilik kopukluk, katılık ve ebeveyn psikolojik kontrolü ile pozitif ilişkiler göstermiştir. Ayrıca dengeli aile birliği ve ebeveyn bakımı, uyumsuz mükemmeliyetçilikle negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Ek olarak, aile kaosu da işlevsel mükemmeliyetçiliği negatif yönde tahmin ettiği belirlenmiştir.

McArdle (2010), yatılı akademik yaz kamplarına katılan 187 akademik açıdan yetenekli gençten oluşan bir örneklem arasında alana özgü mükemmeliyetçilik, algılanan yeterlilik ve algılanan görev değeri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışma yürütmüştür. McArdle, akademik açıdan yetenekli gençlerin spor alanına kıyasla okul alanında önemli ölçüde daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik bildirdiklerini buldu.

Craddock ve arkadaşları (2010) genel işlevsel ve işlevsel olmayan mükemmeliyetçiliğin etkilerini ölçerek aile katılığı, kopukluk ve iç içe geçmişlik gibi sağlıklı aile dinamikleri ile işlevsel olmayan dini mükemmeliyetçilik arasındaki

ilişkileri araştırmıştır. Bu doğrultuda Avustralya'daki bir üniversitede okuyan %71'i kadın, %29'u erkek olmak üzere 260 öğrenci çalışmaya alınmıştır. Bu öğrencilerin 76'sı dini olarak aktif olduğunu söylemiştir. Bu 76 kişi ağırlıklı olarak Hristiyan (%67) olup %8'i Budist, %7'si Hindu, %4'ü Yahudi, %3'ü Müslüman ve %11'i de diğer dinlere mensuptur. İlk olarak, korelasyon analizleri işlevsel olmayan dini mükemmeliyetçiliğin genel işlevsiz ve işlevsel mükemmeliyetçilikle olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Dini alt grupla yürütülen analizler ise iç içe geçmişlik, katılık ve kopukluğun işlevsel olmayan dini mükemmeliyetçilikle olumlu yöndeki ilişkisini ortaya koymuştur.

Altun ve Yazıcı (2010), yaptıkları araştırmada öğrencilerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik kişilik özellikleri ile ders başarıları arasındaki ilişkilerini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucunda öğrencilerin ders başarıları ile olumlu mükemmeliyetçilik özellikleri arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri arasında ise negatif yönde ilişki bulunmuştur.

Ergenlerde uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilikle ilişkili aile değişkenlerini araştıran çalışma (DiPrima vd., 2011) Gürcistan'daki bir ortaokulda okuyan 103'ü erkek 150'si kız 253 öğrenciyle yürütülmüştür. Öğrencilerin yaşları 11 ile 15 arasındadır. Sonuçlara göre, uyumlu mükemmeliyetçilerin, aile ortamlarının uyumsuz mükemmeliyetçilere göre birbirine daha bağlı olduklarını göstermiştir. Ayrıca uyumlu mükemmeliyetçilerin aileleri diğer grupların ailelerine göre daha esnek rol ilişkileri sergilemektedir. Uyumlu mükemmeliyetçilerin ailelerinin duygusal yakınlık yaşama ve birbirleriyle vakit geçirmekten keyif almalarının daha yüksek olduğubulunmuştur. Son olarak, daha yüksek ebeveyn bakımı, anne onayı algılama eğiliminde oldukları görülmüştür.

Mükemmeliyetçilik üzerine yapılan çalışmalar genellikle Kafkas Amerikalı örnekleri içermektedir (DiBartolo ve Rendon, 2012). Ancak mevcut çalışmalar mükemmeliyetçilikte bazı etnik benzerlikler ve farklılıklar tespit etmiştir. Örneğin Asyalı Amerikanların Avrupalılara göre daha düşük düzeyde kişisel refah, daha yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik yaşadıkları ortaya çıkmıştır (Chang ve Chang, 2009). Asyalı örnekleri içeren diğer çalışmalar, kişisel tutarsızlık ve aile farkındalığının Hintli uluslararası öğrencilerde depresyon ve kaygı ile ilişkili

olduğunu bildirmiştir (Slaney ve Yeung, 2015). Yoon ve Lau (2008) Ebeveyn odaklı ve karşılıklı bağımlılığın Asyalı öğrencilerde depresif belirtilerle ilişkili olduğunu bildirdi. Ebeveyn eleştirisi ve eylemlerle ilgili şüpheler, Türk örnekleminde intihar düşüncesi ve depresif belirtilerin güçlü yordayıcıydı (Muyan ve Chang, 2015). Bu bulgular, ebeveyn veya aile baskısının Asyalıların mükemmeliyetçilik düzeyleri üzerindeki belirgin etkisini ve bunun psikolojik zorluklarla ilişkisini göstermektedir.

İlhan ve Öner (2012) 8. Sınıflar üzerinde yaptıkları araştırmalarında mükemmeliyetçiliğin boyutlarının matematik sınav kaygısını yordama gücünü incelemişlerdir. Bulgulara göre matematik başarısını %24 etkilediğini ve en güçlü yordayıcının matematik kaygısı olduğunu belirtmişlerdir.

Camadan, Kahveci ve Yavaş (2013), çalışmalarında öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilik ile olumsuz otomatik düşünceleri arasındaki ilişkinin incelemeyi amaçlamışlardır. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sınıf Öğretmenliği Bölümü'nde öğrenim gören 243 öğretmen adayı araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın sonucunda öğretmen adaylarının olumlu mükemmeliyetçilik düşüncelerinin olumsuz otomatik düşünceleri olumsuz yönde anlamlı düzeyde etkilediği görülmüştür.

Öğretmen adaylarının olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin de olumsuz otomatik düşünceleri olumlu yönde etkilediği belirtilmiştir. Oğurlu ve arkadaşları (2015), üstün yetenekli öğrencilerin mükemmeliyetçilik özellikleri ile ebeveynlerinin çocuklarına karşı tutumları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla çalışma yürütmüşlerdir. Sonuç olarak üstün yetenekli bu çocukların olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık olmadığını saptamışlardır. Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özellikleri ile ebeveynlerinin tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır.

Kaya (2016), üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve affetme arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı rolünü incelemek amacıyla çalışma yapmıştır. İlişkisel tarama ve betimsel yöntemin kullanıldığı çalışmada örneklem olarak Atatürk Üniversitesi'nde öğrenim gören 622 öğrenci seçilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre affetme ile mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde ilişki olduğu ve affetme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide duygusal zekanın kısmi aracılık rolünün olduğu belirlenmiştir.

Furman (2017) çalışmasında mükemmeliyetçilik boyutlarının daha az affedici

tutum ve davranışlarla ilişkili olup olmadığını ve bu ilişkiye çatışmayı teşvik edici yüklemeler yapma eğiliminin aracılık edip etmediğini araştırmayı amaçlamıştır. Mükemmeliyetçiliğin affedici davranışla negatif yönde ilişkili olduğu ve çatışmayı teşvik eden yüklemelerin bu ilişkiye kısmen aracılık ettiğini bulmuştur.

Karayığit (2017), 392 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırmalarında mükemmeliyetçilik ve dindarlık arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma sonucunda olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ile dindarlık arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. İlahiyat fakültesinde okuyan öğrencilerin olumlu, Tıp Fakültesinde okuyan öğrencilerin olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri diğer öğrencilere göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.

Otrar ve diğerleri, 2018’de öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordayıcılığını incelemiştir. Araştırmanın sonucunda benlik algısı puanlarının mükemmeliyetçilik puanlarını anlamlı şekilde yordadığını ortaya çıkarmışlardır. Benlik algısı mutluluk alt ölçeğinin cinsiyete ve rehberlik hizmeti alma değişkenine göre anlamlı şekilde farklılaştığını bulmuşlardır. Olumlu ve olumsuz alt ölçeklerinde değişkenlerin hiçbir şekilde anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Kol (2020), 18-40 arasında yaş aralığı değişen, romantik ilişkisi olan yetişkinlerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri ile ilişkilerinde doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın bulgularına göre olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasında negatif yönde bir ilişki bulunmaktadır.

Atadokht ve Ebadi (2022), öğrencilerin akademik stres ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma yapmışlardır. Çalışmanın örneklemini Mohaghegh Ardabili Üniversitesi’nde 2019-2020 yılları arasında eğitim gören 370 lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Araştırmanın bulguları sonucunda olumsuz mükemmeliyetçilikle stres arasında pozitif yönlü ilişki, olumlu akademik duygular arasında negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Akademik stres ve olumsuz akademik duygular arasında pozitif yönlü, akademik stres ve psikolojik iyi oluş arasında ise negatif yönlü ilişki bulunmuştur.

Her ne kadar son araştırmalar affetmenin bağlantılarını inceleyemeye

başlamış olsa da çok az araştırma affetme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Mistler (2010), affetme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla çalışma yürütmüştür. 309 yetişkin birey araştırmaya katılmıştır.

Araştırmanın sonucunda affetme ile mükemmeliyetçilik arasında anlamlı bir ters ilişkiye işaret edilmiştir. Affetmeyle ilgili tutum ve inanışları ifade etme olasılığı en yüksek olan yetişkinler aynı zamanda mükemmeliyetçi olma olasılığı en düşük olanlardır.

Sarı (2011), çalışmasında lise son sınıfta öğrenim gören öğrencilerin mesleğe karar verme yeterliliklerini yordamada kontrol odağı, umut ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik özelliklerinin rolünü belirlemeyi amaçlamıştır. Araştırma kapsamında Trabzon ili Genel Lise, Fen Lisesi ve Anadolu Liselerinde son sınıfta okuyan 302 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Bulgulara göre umut, kontrol odağı ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik özelliklerinin mesleğe karar verme öz yeterliliklerini farklı düzeyde yordadığı tespit edilmiştir. Kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek mesleğe karar verme öz yeterliliği olduğu belirtilmiştir. Şehir merkezinde ikamet eden kişilerin kırsalda ikamet edenlere göre daha yüksek mesleğe karar verme öz yeterlilik seviyesine sahip olduğu belirtilmiştir. Fen lisesinde öğrenim gören öğrencilerin Anadolu liselerinde ve genel liselerde okuyanlara göre daha yüksek mesleğe karar verme öz yeterlilik düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Annesi yüksekokul mezunu olan öğrencilerin, annesi okur yazar olmayan öğrencilere göre daha yüksek mesleğe karar verme öz yeterlilikleri olduğu tespit edilmiştir.

Safarzadeh ve diğerleri (2011), Ahvaz İslami Azad Üniversitesi'nde öğrenim gören evli öğrencilerin affedicilik, mükemmeliyetçilik, yakınlık ile evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 100 kadın ve 100 erkek olmak üzere 200 örneklem ile çalışma yürütülmüştür. Araştırmanın sonuçlarına göre evlilik doyumu ile affetme arasında pozitif yönde bir ilişki, yakınlık ve evlilik doyumu arasında pozitif ilişki ve mükemmeliyetçilik ile evlilik doyumu arasında negatif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Ahmed Helal ve Abu Hamza (2012), Mısır'da öğrenim gören kolej öğrencilerinde öz saygı, mükemmeliyetçilik ve affedicilik arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya Tanta Üniversitesi'nde okuyan 105 öğrenci katılmıştır.

Bulgular, affetme ile mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde ilişki olduğunu gösterdi. Affetmeyle ilgili tutum ve inançları ifade etme olasılığı en yüksek olan katılımcılar aynı zamanda mükemmeliyetçi olma olasılığı en düşük olanlardı. Kadın ev erkek öğrenciler arasında fark bulunmamaktadır.

E.Brodar ve diğerleri (2015), lisans mezunu bir Hristiyan toplumda öz şefkatin mükemmeliyetçilik, affedicilik ve sosyal destek ilişkisini değerlendirmek için çalışma yapmışlardır. ABD’de laik bir üniversitede öğrenim gören, 129 Hristiyan lisans öğrencisi örneklem olarak araştırmaya katılmışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre öz şefkati düşük olanların, yüksek olanlara göre daha mükemmeliyetçi oldukları, daha az affedicilik ve daha düşük algılanan destek bildirdikleri ortaya çıkmıştır.

Furman ve diğerleri (2017), ikili mükemmeliyetçilik ile olumsuz romantik ilişki sonuçları arasında gözlemlenen ilişkiye katkıda bulunan altta yatan mekanizmaları keşfetmek amacıyla bir çalışma yürütmüşlerdir. Partner odaklı ve partner tarafından belirlenen mükemmeliyetçilerin, partnerlerinin davranışlarını çatışmayı teşvik edecek şekilde yorumlayıp yorumlamadıklarını ve böylece partnerlerini affetme konusunda onları daha az istekli hale getirip getirmediğini incelemek için iki çalışma yapılmıştır. Birinci çalışmada 137 kişilik gruba mükemmeliyetçilerin partnerlerinin istenmeyen davranışlara nasıl tepki vereceklerini beklediklerini araştırmak için varsayımsal senaryolar kullanıldı. Partner odaklı mükemmeliyetçiliğin, çatışmayı teşvik eden niteliklerin ve affetme isteğinin önde gelen yordayıcısı olduğunu ortaya koymuştur. 185 katılımcısı olan ikinci çalışmada ise katılımcılardan ilişkilerinde geçmişte yaşanan ve partnerlerinin hatalı olduğu bir ihlal hakkında anlatılar yazmaları istendi. Bulgular, hem partner odaklı hem de partner tarafından belirlenen mükemmeliyetçiliğin çatışmayı teşvik eden niteliklerle ilişkili olduğunu gösterdi. Hem çalışma 1 hem çalışma 2 için analizler, uyumsuz yükleme stiline mükemmeliyetçilik ile affetme arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini, öyle ki mükemmeliyetçilerin çatışmayı teşvik eden yüklemeler yapma olasılığının daha yüksek olduğunu ve dolayısıyla daha az affetmeye yol açtığını ortaya koymuştur.

Kashanaki ve diğerleri (2018), çalışmalarında mükemmeliyetçilik ile kişiler arası sorunlar arasındaki ilişkide affetme türlerinin aracılık rolünü belirlemeyi

amaçlamıştır. Tahran Üniversitesi'nde öğrenim gören 154 kadın ve 132 erkek olmak üzere 286 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre mükemmeliyetçilik boyutlarının affetme türleri ile arasında anlamlı negatif ilişkiye bulunmaktadır. Zar ve Swe (2020), Sagaing Üniversitesi'nde öğrenim gören lisansüstü öğrencilerinin affedicilik, mükemmeliyetçilik ve öz şefkatini incelemeyi amaçlamıştır. 310 erkek 444 kadın öğrenci olmak üzere 754 öğrenci araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre affetme ve mükemmeliyetçilik boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Sadece üç ve beşinci sınıf öğrencileri arasında sınıflara göre affetme ve mükemmeliyetçilik açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Affetme, mükemmeliyetçilik ve öz şefkat arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır.

Sarı ve Camadan (2021) çalışmalarında affetmeyi kontrol odağı ve mükemmeliyetçilik üzerinden açıklamayı amaçlamışlardır. Çalışmanın sonuçlarına göre dış kontrol odağının uyumlu mükemmeliyetçilik için negatif yönde anlamlı bir açıklayıcı faktör, uyumsuz mükemmeliyetçilik için ise pozitif yönde anlamlı bir açıklayıcı faktör olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca dış kontrol odağı affetmeyi olumsuz yönde açıklamıştır. Uyumlu mükemmeliyetçilik affetmeyi pozitif yönde açıklayıcı bir faktör, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise affetmeyi olumsuz açıklayıcı faktördür. Araştırmanın nitel sonuçlarında uyumlu mükemmeliyetçilik ve içsel kontrol odağı puanları yüksek olan katılımcıların çoğunun ifadelerinin affetme teması altında toplandığı, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise iç kontrol odağı puanları yüksek olan katılımcıların ise ifadelerinin affetme teması altında toplandığı anlaşılmaktadır. Dış kontrol odağı affetmeme teması altındadır.

Taşçıoğlu ve diğerleri (2021), priskomatik dermatoloji şikayeti olan hastalarda somatizasyon düzeyi ile ikili uyum, şükran, affedicilik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırmaya amaçlı örnekleme yöntemiyle seçilen 18 yaş ve üzeri, KKTC'de yaşayan, evli, psikomatik dermatoloji şikayeti olan hastalar katılmıştır. Araştırmanın bulgularına göre kadın cinsiyet, düşük eğitim düzeyi, göçmen olma, düşük ikili uyum, yüksek düzeyde tutarsızlıkla mükemmeliyetçilik, kendini ve durumları düşük affetme, düşük şükran düzeylerinin somatizasyon için risk faktörleri olduğu bulunmuştur. Kendini ve durumu affetme düşünceleri arttıkça somatizasyon düzeyi azalmaktadır. Uyumsuz

mükemmeliyetçiliğin somatizasyon puanı üzerinde yordayıcı etkisi bulunmaktadır.

Çerkez ve diğerleri (2023), çalışmalarında ebeveynlerin mükemmeliyetçilik, affetme, bilişsel çarpıtma ve öz şefkat düzeyleri arasındaki nedensel bağlantıları incelemeyi amaçlamışlardır. Kıbrıs'ın kuzeyinde yaşayan 384 ebeveyn araştırmaya katılmıştır. Araştırmanın sonuçları kendine şefkat ölçeği ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği puanları arasında, kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik olarak algılanan mükemmeliyetçilik dahil olmak üzere pozitif yönde korelasyon olduğunu göstermiştir.

Namvar ve Sandiyani (2023) , evli kişilerde affetme, minnettarlık ve bağımlılık üzerine yapılan çalışmalara dayanarak hastalıklı mükemmeliyetçilik seviyesini ölçmeyi amaçlayan bir çalışma yapmışlardır. 220 evli çift araştırmaya gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın bulguları evli kişilerde bağımlılık ve mükemmeliyetçilik bileşenleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir. Evli kişilerde affetme ve mükemmeliyetçilik arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tahir ve diğerleri (2024), çalışmalarında öz şefkat, mükemmeliyetçilik alt türleri ile kendini affetme arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamışlardır. 23-40 yaş aralığındaki 600 sağlık çalışanı araştırmaya katılmıştır. Sonuçlar, öz şefkat ve kendini affetmenin hem kendine yönelik mükemmeliyetçilik hem de sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir.

2. YÖNTEM

Araştırmanın bu kısmında, araştırmanın modeli, araştırma grubu, veri toplama araçları, toplanan verilerin hangi yöntemler kullanılarak incelendiğine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algılarının açıklanmasında çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin rolü incelenmiştir. Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama yöntemi, iki ya da daha fazla değişken arasında bir değişim olup olmadığını, oluyorsa bu değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan modeldir (Karasar, 2020). Araştırmanın bağımsız değişkeni çok boyutlu mükemmeliyetçilik olarak belirlenmiştir. Bağımlı değişken ise örgütsel affediciliktir.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırma grubu, 2022-2023 Eğitim- Öğretim yılı içerisinde Rize ve Trabzon ili ve ilçelerinde görev yapan devlete bağlı resmi anaokulu, ilkokul, ortaokul ve lise okul yöneticilerinden oluşmuştur. Araştırmada kolay örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Bu örnekleme yöntemine göre araştırmacı en ulaşılabilir yanıtlayıcılardan başlamak üzere örneklemini oluşturmaya başlar ya da en ulaşılabilir yanıtlayıcılardan başlamak üzere örnek üzerinde çalışır (Büyüköztürk, Çakmak, Karadeniz ve Demirel, 2008). Bu bağlamda 285 okul yöneticisinden veri toplanmıştır. Veri toplama süreci bizzat araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir.

2.3. Veri Toplama Araçları

Veri toplama sürecinde öncelikle ölçek sahiplerinden gerekli izinler alınmıştır. Veri toplama süreci için yine Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal ve Beşeri Etik Kurulundan (2022/216) ve Milli Eğitim Bakanlığı İl Milli Eğitim Müdürlüğünden, ayrıca okul müdürlüklerinden gerekli izinler alınmıştır. Bu araştırmada öğretmen ve okul müdürlerine araştırmacı tarafından hazırlanan “Demografik Bilgi Formu”, Karaman Kepenekçi ve Nayır (2015)

tarafından geliştirilen “Örgütsel Affedicilik Ölçeği” ve Frost ve arkadaşları (1990) tarafından hazırlanan, Mızrak (2006) tarafından uyarlanan “Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği” uygulanmıştır.

2.3.1. Demografik Bilgi Formu

Bu form araştırmacı tarafından geliştirilmiştir. Öncelikle geniş bir literatür taraması yapılmıştır. Daha sonra konuyla ilgili olabileceği düşünülen değişkenler forma dahil edilerek son hali için uzman görüşü alınmıştır. Demografik Bilgi Formu’nda katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, medeni durumları, kıdem ve okul türü ile ilgili sorular yer almaktadır.

2.3.2. Örgütsel Affedicilik Ölçeği

İlköğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin örgütsel affedicilik algılarını ölçmek için Karaman Kepenekçi ve Nayır (2015) tarafından geliştirilen “Örgütsel Affedicilik Ölçeği” kullanılacaktır. Ölçek 21 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin “Affediciliği Kabul”, “Affediciliği Gerekçelendirme” ve “Affediciliği Red” olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Affediciliği kabul boyutunda 10 madde, affediciliği gerekçelendirme boyutunda 6 madde ve affediciliği red boyutunda 5 madde yer almaktadır. Ölçekte yer alan 17, 18, 19, 20 ve 21. maddeler tersten kodlanarak analize dahil edilmiştir. Ölçekte her maddenin karşısında 5 ölçekli Likert tipi yanıt bölümü yer almaktadır. Bu bölüm 1: Hiçbir Zaman, 2: Nadiren, 3: Biraz, 4: Çoğu Zaman ve 5: Her Zaman biçiminde derecelendirilmiştir. Ölçeğin Cronbah’s Alpha katsayıları affediciliği kabul boyutunda .88, affediciliği gerekçelendirme boyutunda .73 ve affediciliği red boyutunda .67 olarak bulunmuştur. Ölçeğin toplam Cronbah’s Alpha katsayısı ise .87 olarak belirlenmiştir.

2.3.3. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Yetişkin bireylerde var olan mükemmeliyetçi kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla Hewitt ve Flett (1991) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Oral tarafından 1999 yılında gerçekleştirilmiştir. Ölçek, her maddede 1 “Kesinlikle katılıyorum” ve 7 “Kesinlikle katılmıyorum” yanıtları olacak şekilde yedili likert tipi bir ölçektir. Üç alt ölçekten oluşan ölçeğin her alt ölçeğinde

15 madde bulunmaktadır ve toplamda 45 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt ölçekleri; kendine yönelik mükemmeliyetçilik, sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliktir. Ölçekten alınan toplam puan 44-308 puan arasında değişmektedir. Oral (1999) tarafından gerçekleştirilen Türkçe'ye uyarlama çalışmasında, genel mükemmeliyetçilik ölçeğinin Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı .91 olarak bildirilmiştir. Cronbach Alpha iç tutarlık katsayısı; kendine yönelik mükemmeliyetçilik için .91 ve sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik için .80 ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik için .73 olarak bildirilmiştir. Madde toplam alt ölçek korelasyonları her bir madde için hesaplanmıştır ve kendine yönelik mükemmeliyetçilik için .20 ile .75, sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik için .22 ile .60 ve diğerlerine yönelik mükemmeliyetçilik için .31 ile .52 arasında değişmiştir.

2.4. Veri Analizi

Araştırma için toplanan verilerin analizinde SPSS 15.0 (Statistical Package For Social Sciences) programı kullanılmıştır. Bu çalışmada öncelikli olarak elde edilen verilerin parametrik standartlara uygunluğu incelenmiştir. Normallik varsayımının kontrol edilmesi için çarpıklık (Skewness) ve basıklık (Kurtosis) değerleri belirlenmiştir. Çarpıklık ve basıklık katsayılarının $|+10|$ ve $|-10|$ aralığında olması normal dağılımın varlığına kanıt olarak değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2015). Bu çalışmaya ait çarpıklık ve basıklık değerlerine Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1. Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

	Affetme (Toplam Puan)	Mükemmeliyetçilik (Toplam Puan)
Katılımcılar (N)		
Ortalama ($\bar{X}$)	54,91	35,00
Standart Sapma (SS)	9,46	13,38
Çarpıklık	-2,11	-,26
Çarpıklığın Standart Hatası	,16	,18
Basıklık	2,36	-,68
Basıklığın Standart Hatası	,22	,21

Verilerin normal dağılıma uygun olduğu anlaşıldıktan sonra, tanımlayıcı istatistik teknikleri ile değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, frekans ve yüzdelerik değerler bulunmuştur. Okul yöneticilerinin affedicilik ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Katsayısı tekniği kullanılmıştır. Mükemmeliyetçiliğin affediciliği ne düzeyde yordadığını belirlemek amacıyla doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Okul yöneticilerinin cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı bağımsız örneklem t testi ile incelenmiştir. Okul yöneticilerinin yaş, okul türü ve hizmet yılı göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığı tek yönlü varyans analizi (One Way ANOVA) testi ile incelenmiştir.

3. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde elde edilen verilerin analizine ve sonuçlarına yer verilmiştir.

3.1. Katılımcılara İlişkin Demografik Veriler

Tablo 2. Katılımcılara İlişkin Demografik Değişkenler

Değişken	Kategori	Frekans (F)	Yüzde(%)
Yaş	21- 30 yaş	65	22,8
	31-40 yaş	168	58,9
	41- 50 yaş	44	15,4
	51 yaş ve üzeri	8	2,8
Cinsiyet	Kadın	130	45,5
	Erkek	155	54,5
Medeni Hal	Evli	244	86,6
	Bekar	36	13,4
Hizmet Yılı	1- 10 yıl	43	15,2
	11- 20 yıl	103	36,4
	21 yıl ve üzeri	138	48,4
Okul Türü	Anaokulu	18	6,5
	İlkokul	55	19,8
	Ortaokul	75	26,9
	Lise	132	46,8

Tablo 2 incelendiğinde yaş değişkeninin 21-30 yaş arası 65 kişi (%22,8), 31-40 yaş arası 168 kişi (%58,9), 41-50 yaş arası 44 kişi (%15,4) ve 51 yaş ve üzeri 8 kişi (%2,8) şeklinde dağıldığı görülmektedir. Cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde kadın katılımcıların sayısı 130 (%45,5), erkek katılımcıların sayısının ise 155 (%54,5) olduğu belirlenmiştir. Medeni hal değişkenine göre katılımcılardan 244 kişinin (%86,6) evli, 36 kişinin (%13,4) bekar olduğu belirlenmiştir. Mesleki kıdem değişkenine göre katılımcıların dağılımı ise; 43 kişi (%15,2) 1-10 yıl hizmet süresi, 103 kişi (%36,4) 11-20 yıl hizmet süresi, 138 kişi (%48,4) 21 yıl ve üzeri hizmet süresi şeklinde dağıldığı görülmektedir. Yöneticilerin görev yaptığı okul türü

değişkenine göre dağılım incelendiğinde; anaokulu 18 kişi (%6,5), ilkokul 55 kişi (%19,8), ortaokul 75 kişi (%26,9) ve lise 132 kişi (%46,8) olduğu belirlenmiştir.

3.2. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için korelasyon analizi yapılmıştır. Yapılan analizinden çıkan sonuçlar değerlendirilirken, korelasyon katsayısının 0.70-1.00 arasında olması yüksek; 0.70-0.30 arasında olması orta; 0.30-0.00 arasında olması ise düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanmıştır

(Büyüköztürk, 2017:32). Analiz sonuçlarına Tablo 3’de yer verilmiştir.

Yapılan analiz sonucunda, okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algıları ile mükemmeliyetçilik düzeyleri arasında olumsuz yönde anlamlı ilişki olduğu ($r=-0,19$, $p<0.001$); alt boyutlarda ise kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r=-0,21$, $p<0.001$), sosyal mükemmeliyetçilik ($r=-0,10$, $p<0.001$) ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ($r=-0,24$, $p<0.001$) arasında olumsuz yönde anlamlı ilişkiler olduğu; buna karşın affediciliği red ile mükemmeliyetçilik (TP) ($r=-0,21$, $p<0.001$), kendine yönelik mükemmeliyetçilik ($r=-0,28$, $p<0.001$), sosyal mükemmeliyetçilik ($r=-0,31$, $p<0.001$) ve başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ($r=-0,29$, $p<0.001$) arasında olumlu yönde anlamlı ilişkiler olduğu anlaşılmaktadır.

Bu tabloya bakılarak okul yöneticilerinin mükemmeliyetçi algıları artıkça örgütsel affedicilik düzeylerinin azaldığı, ayrıca, mükemmeliyetçilik arttıkça affediciliği red düzeylerinin de arttığı görülmektedir.

Tablo 3. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları ve Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Özellikleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Analizi

Sonuçları								
Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8
1.Örgütsel Affedicilik (Toplam Puan)	1	,88**	,91**	,81**	-,19**	-,21**	-,10**	-,24**
2.Affediciliği Kabul		1	,90**	,87**	-,15**	-,19	-,12**	-,21**
3.Affediciliği Gerekçelendirme			1	,89**	-,19**	-,20**	-,17**	-,19**
4.Affediciliği red				1	,21	,28	,31**	,29**
5.Mükemmeliyetçilik (Toplam Puan)					1	,91**	,82**	,93**
6.Kendine yönelik mükemmeliyetçilik						1	,89**	,87**
7.Sosyal olarak mükemmeliyetçilik							1	,88**
8.Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik								1
Ortalama	54,91	21,87	19,08	17,95	35,00	16,17	18,91	17,09
	1	6	7	4	1	6	7	1
Standart Sapma	9,46	4,35	4,39	3,46	13,38	2,19	2,09	3,91

*p değeri 0.001 değerinde anlamlıdır

3.3. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Tarafından Açıklanması

Okul Yöneticilerinin örgütsel affedicilik algılarının açıklanmasında çok boyutlu mükemmeliyetçilik özelliklerini belirlemek için basit regresyon analizi yapılmıştır. Analize sonuçlarına Tablo 4'te yer verilmiştir.

Yapılan analiz sonuçlarına göre çok boyutlu mükemmeliyetçilik alt boyutlarından kendine yönelik mükemmeliyet ($\beta=0,31$, $t=3,65$, $p<0.05$), sosyal olarak mükemmeliyet ($\beta=0,23$, $t=2,28$, $p<0.05$) ve başkalarına yönelik mükemmeliyet ($\beta=0,22$, $t=2,56$, $p<0.05$) boyutlarının affedicilik algısını anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Söz konusu alt boyutlar birlikte, affetme algısının

toplam varyansının %23'ünü açıkladığı anlaşılmıştır ($F=22,56$, $sd=3$, $p<0.05$).

Tablo 4. Okul Yöneticilerinin affedicilik algılarının açıklanmasına yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Yordayıcı Değişkenler	B	Standart Hata B	β	F	sd	t	p
Sabit	1,60	,49		22,56	3	3,44	,000
Kendine yönelik mükemmeliyetçilik	,25	,12	,31			3,65	,001*
Sosyal olarak mükemmeliyetçilik	,03	,09	,23			2,28	,001*
Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik	,29	,13	,22			2,56	,001*

* $p<0.001$, $R=0,47$, $R^2=0,21$, Düzenlenmiş $R^2=0,23$

3.4. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Cinsiyet Değişkeni Arasındaki İlişki

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için t-testi yapılmış ve sonuçları tablo 6'de verilmiştir.

Yapılan t testi sonuçlarına göre, katılımcıların affediciliği kabul boyutunda anlamlı farklılık gösterdiği, buna göre kadınların ($\bar{X}=3.79$) affediciliği kabul noktasında erkeklerden ($\bar{X}=3.11$) daha yüksek anlamlı puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Örgütsel affedicilik ve cinsiyet değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik t testi sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t	Sd	p
1.Örgütsel Affedicilik (Toplam Puan)	Kadın	130	3,50	,40	,88	284	,318
	Erkek	155	3,42	,44			
2.Affediciliği Kabul	Kadın	130	3,79	,29	2,22	284	,003*
	Erkek	155	3,11	,46			
3.Affediciliği Gerekçelendirme	Kadın	130	3,53	,67	,77	284	,524
	Erkek	155	3,43	,69			
4.Affediciliği red	Kadın	130	3,45	,55	,80	284	,470
	Erkek	155	3,48	,61			

*p değeri 0.05 düzeyinde anlamlıdır

3.5. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Yaş Değişkeni Arasındaki İlişki

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için tek yönlü anova testi yapılmış ve sonuçları tablo 6’da verilmiştir.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların örgütsel affedicilik ($F=3,204$, $p<0.05$) ve affediciliği kabul ($F=3,653$, $p<0.05$) boyutlarında yaş değişkeni açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği anlaşılmıştır. Anlamlı farkın kaynağını belirlemek üzere Tukey Post Hoch istatistiğinden yararlanılmıştır. Buna göre 31- 40 yaş aralığında olan katılımcıların affedicilik düzeylerinin ($X=124,90$) 21- 30 yaş arasında olanların puanlarından ($X=114,13$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Ayrıca affediciliği kabul boyutunda da katılımcıların affedicilik düzeylerinin ($X=46,77$) 21- 30 yaş arasında olanların puanlarından ($X=41,23$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6. Örgütsel affedicilik ve yaş değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik Tek Yönlü ANOVA testi sonuçları

Değişken	Yaş değişkeni	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
1.Örgütsel affedicilik (Toplam Puan)	21- 30 yaş	65	114,13	21,34	3,203	,024*
	31-40 yaş	168	124,90	19,22		
	41- 50 yaş	44	132,13	26,26		
	51 yaş ve üzeri	8	123,44	17,88		
2.Affediciliği Kabul	21- 30 yaş	65	41,23	10,01	3,653	,019*
	31-40 yaş	168	46,77	8,54		
	41- 50 yaş	44	45,51	12,23		
	51 yaş ve üzeri	8	43,98	7,81		
3.Affediciliği Gerekçelendirme	21- 30 yaş	65	20,65	4,11	1,323	,167
	31-40 yaş	168	24,76	4,19		
	41- 50 yaş	44	21,33	4,21		
	51 yaş ve üzeri	8	22,43	2,99		
4.Affediciliği red	21- 30 yaş	65	19,57	3,66	1,126	,228
	31-40 yaş	168	20,33	3,32		
	41- 50 yaş	44	18,76	4,08		
	51 yaş ve üzeri	8	17,51	3,01		
	31-40 yaş	65	30,54	4,22		
	41- 50 yaş	168	28,77	3,22		
	51 yaş ve üzeri	44	29,43	3,76		

* $p < 0.05$

3.6. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Medeni Durum Değişkeni Arasındaki İlişki

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeyleri ile medeni hal değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için t-testi yapılmış ve sonuçları tablo 7’de verilmiştir.

Yapılan t testi sonuçlarına göre, katılımcıların affediciliği kabul boyutunda anlamlı farklılık gösterdiği, buna göre evli bireylerin ($\bar{X}=3.66$) affediciliği kabul noktasında bekârlardan ($\bar{X}=2.99$) daha yüksek anlamlı puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Örgütsel affedicilik ve medeni hal değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik t testi sonuçları

Değişken	Medeni hal	N	$\bar{X}$	SS	t	Sd	P
1.Örgütsel Affedicilik (Toplam Puan)	Evli	244	3,33	,38	,66	284	,220
	Bekar	36	3,21	,22			
2.Affediciliği Kabul	Evli	244	3,66	,31	2,34	284	,002*
	Bekar	36	2,99	,46			
3.Affediciliği Gerekçeleştirme	Evli	244	3,09	,54	,54	284	,754
	Bekar	36	2,87	,51			
4.Affediciliği red	Evli	244	2,65	,42	,65	284	,345
	Bekar	36	2,74	,31			

*p<0.05

3.7. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Okul Türü Değişkeni Arasındaki İlişki

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeylerinin çalışılan okul türü değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için tek yönlü anova testi yapılmış ve sonuçları tablo 8’de verilmiştir.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların örgütsel affedicilik ($F=2,765$, $p<0.05$) toplam boyutunda puanların çalışılan okul türü değişkeni açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği anlaşılmıştır. Anlamlı farkın kaynağını belirlemek üzere Tukey Post Hoch istatistiğinden yararlanılmıştır. Buna göre lise düzeyinde görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları ($\bar{X}=126,75$) anaokulu düzeyinde çalışan okul yöneticilerinden (104,11) anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 8. Örgütsel affedicilik ve okul türü değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik Tek Yönlü ANOVA testi sonuçları

Değişken	Okul Türü	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
1.Örgütsel affedicilik (Toplam Puan)	Anaokulu	18	104,11	20,22	2,765	,044*
	İlkokul	55	122,39	18,11		
	Ortaokul	75	124,18	25,22		
	Lise	132	126,75	16,77		
2.Affediciliği Kabul	Anaokulu	18	39,11	19,09	1,334	,478
	İlkokul	55	45,76	18,32		
	Ortaokul	75	44,32	17,12		
	Lise	132	44,89	16,54		
3.Affediciliği Gerekçendirme	Anaokulu	18	19,65	3,87	1,112	,324
	İlkokul	55	23,67	3,09		
	Ortaokul	75	20,22	3,10		
	Lise	132	21,32	3,88		
4.Affediciliği red	Anaokulu	18	18,46	2,55	1,096	,446
	İlkokul	55	19,23	2,43		
	Ortaokul	75	17,76	3,07		
	Lise	132	16,40	3,05		

* $p<0.05$

3.8. Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algıları İle Mesleki Kıdemleri Arasındaki İlişki

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeylerinin çalışılan mesleki kıdemleri değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için tek yönlü anova testi yapılmış ve sonuçları tablo 9’da verilmiştir.

Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların örgütsel affedicilik ($F=2,871$, $p<0.05$) toplam boyutunda ve affediciliğin kabulü alt boyutunda ($F=2,654$, $p<0.05$) kıdem değişkeni açısından anlamlı farkların olduğu görülmüştür. Anlamlı farkın kaynağını belirlemek üzere Tukey Post Hoch istatistiğinden yararlanılmıştır. Buna göre 21 yıl ve üzeri görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları ($\bar{X}=116,78$) 1-10 yıl görev yapanlardan ($\bar{X}=98,01$) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Affediciliğin kabulü boyutunda da, yine 21 yıl ve üzeri görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları ($\bar{X}=39,76$) 1-10 yıl görev yapanlardan ($\bar{X}=35,87$) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Tablo 9. Örgütsel affedicilik ve Mesleki Kıdem değişkeni arasındaki ilişkiye yönelik Tek Yönlü ANOVA testi sonuçları

Değişken	Mesleki Kıdem	N	$\bar{X}$	Ss	F	p
1.Örgütsel affedicilik (Toplam Puan)	1- 10 yıl	43	98,01	15,12	2,871	,031*
	11- 20 yıl	103	101,76	17,98		
	21 yıl ve üzeri	138	116,78	19,75		
2.Affediciliği Kabul	1- 10 yıl	43	35,87	11,24	2,654	,040*
	11- 20 yıl	103	37,61	13,65		
	21 yıl ve üzeri	138	39,76	15,66		
3.Affediciliği Gerekçelendirme	1- 10 yıl	43	16,75	2,65	1,099	,567
	11- 20 yıl	103	17,81	2,43		
	21 yıl ve üzeri	138	17,89	2,45		
4.Affediciliği red	1- 10 yıl	43	15,16	2,76	1,110	,782
	11- 20 yıl	103	16,79	2,38		
	21 yıl ve üzeri	138	17,98	2,61		

* $p < 0.05$

4. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın sonuçlarına, bulguların literatürdeki çalışmalarla sonuçlarının karşılaştırılmasına ve araştırmayla ilgili önerilere yer verilmiştir.

4.1. Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın sonuçlarına göre okul yöneticilerinin mükemmeliyetçi algıları artıkça örgütsel affedicilik düzeylerinin azaldığı, ayrıca, mükemmeliyetçilik arttıkça affediciliği red düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Örgütsel affedicilik, organizasyonlarda yaşanan haksızlık veya yanlış durumlar karşısında kin, suçlama ve öfkenin toplu şekilde terk edilmesi ve bunların yerine olumlu bakış açılarının kurulmasıdır (Cameron ve Caza, 2002). Şener ve Çetinkaya (2015)'ya göre örgütsel affedicilik, mesleki doyum ve yüksek motivasyonun artırılması gibi ortak ve genel faydalar edinilmesine imkan sağlamaktadır. Karaman, Kepenekçi ve Nayır (2015), örgütsel affediciliğin üç alt boyutu olduğunu ileri sürmüşlerdir. Affediciliği kabul, affediciliği gerekçelendirme ve affediciliği ret bu üç boyut oluşturmaktadır. Affediciliği kabul boyutunda kişiler affetmeyi erdem olarak görür ve haksızlığa karşı hoşgörülüdürler. Affediciliği gerekçelendirme boyutunda ise kişi haksızlığa uğradığı kişinin niyetini önemser ve insanlara hata payı tanır. Affediciliği ret boyutunda ise hata yapan kişi özür dilese bile affedilmez.

Mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek performans standartlarını kusursuz bir şekilde yakalama ve bu standartlara ulaşma eğilimini yansıtan çok boyutlu bir kişilik eğilimidir (Stoeber, 2011). Hewitt ve Flett'in (2002) çok boyutlu mükemmeliyetçilik modelini genişleten Stoeber (2014) kendine yönelik mükemmeliyetçilik, başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik üç ek boyutun ana hatlarını çizmektedir. Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, kişinin kendi içinde başarıya yönelik yüksek beklentileriyle ilgilidir. Bu boyut, mükemmel olmanın önemli olduğu fikriyle uyumlu içsel inançlar tarafından yönlendirilmektedir (Stoeber, 2014). Kendine yönelik mükemmeliyetçilik, diğerlerine yönelik mükemmeliyetçiliğe göre daha yüksek tükenmişlik riskiyle ilişkilendirilmiştir (Hewitt ve Flett, 2002; Hii vd., 2008; Hill ve Appleton, 2011) . Kendine yönelik

mükemmeliyetçilik, diğer mükemmeliyetçilik boyutlarından farklı olarak daha yüksek düzeyde öz saygı, vicdanlılık, hedefe ulaşma ve olumlu duygulanımlarla da ilişkilendirilmiştir (Hewitt ve Flett, 2004; Molnar vd., 2006; Powers vd., 2005).

Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilik, birinin başkalarını aşırı derecede eleştirmesi ve başkalarının mükemmel olmasını beklemesi anlamına gelir. Stoeber (2014) tarafından yapılan araştırma, başkalarına yönelik mükemmeliyetçiliği daha yüksek olan bireylerin, bakım, yakınlık ve sosyal gelişim ile bulunan olumsuz ilişki nedeniyle başkalarına destek olmak, mutluluk sağlamak veya yardım etmekle daha az ilgilendiklerini göstermektedir. Bu bireylerin başkalarını tanıma, başkalarının duygularını anlama ve başkalarıyla iyi geçinme olasılıkları da daha düşüktür (Stoeber, 2014). Başkalarına yönelik mükemmeliyetçilikte daha yüksek puan alan bireylerin sosyal baskınlık hedefleri geliştirme riski de daha yüksektir (Flett vd., 2016; Stoeber, 2014). Sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik, insanlar başkalarının kendileri için yüksek standartlar belirlediklerine ve bu standartların karşılanması gerektiğine inandıklarında ortaya çıkar. Bu boyut içsel motivasyonun azalması, olumsuz değerlendirilme korkusu ve başkalarından onay isteme ile de ilişkilidir (Hewitt ve Flett, 1991).

Yukarıdaki bilgilere ek olarak örgütsel affedicilik ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki ile ilgili literatür incelenmiştir. Konuyla ilgili olarak Mistler (2010) çalışma yapmış ve araştırmanın sonucunda affetme ve mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ters bir ilişkiye işaret etmiştir. Ona göre affetmeyle ilgili tutum ve inanışları ifade etme olasılığı en yüksek olan yetişkinler aynı zamanda mükemmeliyetçi olma olasılığı en düşük olanlardır.

Ahmed Helal ve Abu Hamza (2012), kolej öğrencilerinde öz saygı, mükemmeliyetçilik ve affedicilik arasındaki ilişkiyi incelemek için çalışma yapmışlardır. Araştırmaya göre affetme ve mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde ilişki bulunmaktadır. Affetmeyle ilgili tutum ve inanışları en iyi ifade edebilenler aynı zamanda mükemmeliyetçilik puanları en düşük olanlardı. Safarzadeh ve arkadaşları (2011), evli üniversite öğrencileriyle yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin affedicilik, mükemmeliyetçilik, yakınlık ve evlilik doyumu arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre evlilik doyumu ve affetme arasında pozitif yönde, yakınlık ve evlilik doyumu arasında

pozitif yönde ilişki ve mükemmeliyetçilik ile evlilik doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Zar ve Swe (2020), lisansüstü öğrencilerinin affedicilik, mükemmeliyetçilik ve öz şefkat puanlarını incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçlarına göre affetme ve mükemmeliyetçilik boyutlarında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Sadece üç ve beşinci sınıflara göre fark bulunmuştur.

Çerkez ve arkadaşları (2023), çalışmalarında ebeveynlerin mükemmeliyetçilik, affetme, bilişsel çarpıtma ve öz şefkat düzeyleri arasındaki nedensel bağlantıları incelemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre öz şefkat ve çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği puanları arasında, kendine göre mükemmeliyetçilik, başkalarına göre mükemmeliyetçilik ve sosyal olarak algılanan mükemmeliyetçilik dahil olmak üzere pozitif yönde korelasyon olduğunu göstermiştir. Tahir ve arkadaşları (2024), çalışmalarında öz şefkat, mükemmeliyetçilik alt türleri ile kendini affetme arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamışlardır. Sonuçlara göre öz şefkat ve kendini affetmenin hem kendine yönelik mükemmeliyetçilik hem de sosyal olarak belirlenmiş mükemmeliyetçilik ile olumsuz yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Kashanaki ve arkadaşları (2018), çalışmalarında mükemmeliyetçilik ile kişiler arası affetme türlerinin aracı rolünü belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırmanın sonuçlarına göre mükemmeliyetçilik boyutlarının affedicilik türleri ile arasında anlamlı negatif bir ilişki bulunmaktadır.

Sarı ve Camadan (2021) çalışmalarında affetmeyi kontrol odağı ve mükemmeliyetçilik üzerinden açıklamayı amaçlamışlardır. Çalışmanın sonuçlarına göre dış kontrol odağının uyumlu mükemmeliyetçilik için negatif yönde anlamlı bir açıklayıcı faktör, uyumsuz mükemmeliyetçilik için ise pozitif yönde anlamlı bir açıklayıcı faktör olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca dış kontrol odağı affetmeyi olumsuz yönde açıklamıştır. Uyumlu mükemmeliyetçilik affetmeyi pozitif yönde açıklayıcı bir faktör, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise affetmeyi olumsuz açıklayıcı faktördür. Araştırmanın nitel sonuçlarında uyumlu mükemmeliyetçilik ve içsel kontrol odağı puanları yüksek olan katılımcıların çoğunun ifadelerinin affetme teması altında toplandığı, uyumsuz mükemmeliyetçilik ise iç kontrol odağı puanları yüksek olan katılımcıların ise ifadelerinin affetme teması altında toplandığı anlaşılmaktadır. Dış kontrol odağı affetmeme teması altındadır. Furman (2017) çalışmasında mükemmeliyetçilik boyutlarının daha az affedici tutum ve davranışlarla

ilişkili olup olmadığını ve bu ilişkiye çatışmayı teşvik edici yüklemeler yapma eğiliminin aracılık edip etmediğini araştırmayı amaçlamıştır. Mükemmeliyetçiliğin affedici davranışla negatif yönde ilişkili olduğu ve çatışmayı teşvik eden yüklemelerin bu ilişkiye kısmen aracılık ettiğini bulmuştur. Kaya (2016), üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve affetme arasındaki ilişkide duygusal zekanın aracı rolünü incelemek amacıyla çalışma yapmıştır. İlişkisel tarama ve betimsel yöntemin kullanıldığı çalışmada örneklem olarak Atatürk Üniversitesi'nde öğrenim gören 622 öğrenci seçilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre affetme ile mükemmeliyetçilik arasında negatif yönde ilişki olduğu ve affetme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkide duygusal zekanın kısmi aracılık rolünün olduğu belirlenmiştir.

Araştırmada okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik algılarının bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi araştırmanın alt amacı olarak belirlenmiştir. Araştırmada demografik değişkenlere ilişkin ilk bulguya göre yaş ile örgütsel affedicilik arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre 31- 40 yaş aralığında olan katılımcıların affedicilik düzeylerinin, 21- 30 yaş arasında olanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca affediciliği kabul boyutunda da katılımcıların affedicilik düzeylerinin 21- 30 yaş arasında olanların puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir.

Literatür incelendiğinde, ortaya çıkan sonuçların Konstam ve arkadaşları (2001), Toussaint vd. (2008), Hantman ve Cohen (2010), Hayward ve Krause(2012), Worthington (2005), Subkoviak vd. (1995), Ghoemmaghani ve (2011) ve Akdemir (2019)'ın araştırmalarıyla benzerlik gösterdiği söylenebilir. Sarıçam (2021) 'a göre yaşlı yetişkinlerin genç yetişkinlere göre affedicilik puanları daha yüksek çıkmıştır. Steiner vd. (2011), yaş grupları arasında affetme eğilimi puan ortalamalarını karşılaştırmış; 20-39 yaş arası gençlerin puanları; 40-59 orta yaş yetişkinlerin; 60 ve üstü yaşlıların puanlarından daha düşük çıkmıştır. En yüksek affetme eğilimi 60 yaş ve üstü yaşlı yetişkinlerde gözlemlenmiştir.

Toussaint vd (2005) yaşlıların affedicilik puanlarının yüksek olma durumunu dindarlık ve maneviyatın yüksek olmasına dayandırmaktadır. Bir diğer olası nedeni ise toplumun yaşlılardan beklentisi ve yaşlılara yüklediği anlamdır (Lavretsky, 2010; Nuland, 2007). Hantman ve Cohen (2010)'e göre yaşlılar, stresli yaşam olaylarının

üstesinden gelmek için affediciliği benlik üstünlüğünü koruma mekanizması olarak kullanmaktadır (Balte ve Baltes, 1990).

Macaskill (2007), araştırmasında durumu affetme düzeyinin yaş ilerledikçe arttığı sonucunu elde ederek yaşı'n durumu affetme düzeyi için yordayıcı olduğunu bulmuştur. Khirizad (2016) araştırmasında affetme puan ortalamalarının yaş gruplarına göre farklılaştığını, 45 ve üzeri yaşa sahip olanların puanlarının 25-34 ve 35-44 yaş grubundakilere göre yüksek olduğu sonucunu elde etmiştir. Yurt içinde yaptığı araştırmasında Uysal (2015) da 21-40 yaş aralığındakilerin 20 yaş altındakilere göre daha affedici olduğunu tespit etmiştir. Yaş arttıkça affediciliğin artması araştırmacılara sosyo- duygusal seçicilik teorisi çerçevesinde değerlendirilebilir. Teoriye göre bireyler yaşları arttıkça kurdukları ilişkilerinde duygusal tatmini ön planda tutmakta ve yüksek duygusal tatmine sahip ilişkiler aramaktadır. Affetme de kurulan ilişkiyi güçlendirecek diğer özellikler gibi önem kazanır (Ayten ve Turan, 2017). Yaşın affedicilik üzerinde etkili olmasının yaşlıların gençlere göre daha tecrübeli olması, olaylara yaşı'n getirdiği zihinsel olgunluk ile bakabilmeleri ve soğukkanlı yaklaşabilmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Yetişkinlerin affedicilik puanları arasında fark olmadığını tespit eden araştırmalar da bulunmaktadır. Tekin (2021), Sivri (2019), Ayten (2009), Karaman-Kepenekçi ve Nayır (2015), Raddanadhan ve Todorrov (2010), Ermumcu (2014) ve Bayram (2020) yaptıkları araştırmalarında affedicilikle yaş arasında farklılık bulunmadığını belirtmişlerdir.

Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanlarının cinsiyete göre farklılaşp farklılaşmadığı araştırmanın bir diğer konusudur. Kadınların lehine anlamlı bir farklılık olduğu, yani kadın yöneticilerin erkeklere göre daha yüksek düzeyde affedicilik algısına sahip olduğu görülmüştür. Araştırmada özellikle anlamlılığıyla öne çıkan boyut affediciliği kabuldür. Yapılan t testi sonuçlarına göre, katılımcıların affediciliği kabul boyutunda anlamlı farklılık gösterdiği, buna göre kadınların affediciliği kabul noktasında erkeklerden daha yüksek anlamlı puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde kadınların erkeklere kıyasla affedicilik puanlarının daha yüksek olduğu başka araştırmalar da mevcuttur. Tekin (2021), Özkan (2016), Sivri (2019), Ayten (2013), Miller vd. (2008), Khirizad (2016), Kocaboz (2016),

Türkoğlu (2014), Konstam (2003), Toussaint vd. (2008), Exline vd (2004), Orathinkal vd. (2008), Çivan (2013) ve Hontman ve Cohen (2010) araştırmalarında kadınların daha yüksek affedicilik puanları elde ettiklerini bulmuşlardır. Bu farklılığın örneklem farklılığından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bir diğer sebebinin de kadın ve erkeklerin affedicilik ile ilgili düşünme şekillerinin farklı olduğundan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Root ve Exline (2011) erkeklerin affetmeyi bir görev olarak düşündüklerini, kadınların ise daha uzun vadeli düşünüp affetmeyi bir iyileşme süreci olarak gördüklerini ifade etmişlerdir. Bununla birlikte kadınların doğaları gereği annelik içgüdüleriyle hareket ederek daha merhametli davrandıkları düşünülebilir. Dönemin şartları gereği kadınların affetmeyi bir görev olarak öğrenmiş olması muhtemeldir.

Erkeklerin kadınlara göre affedicilik puanlarının yüksek bulunduğu araştırmalar da bulunmaktadır. Sönmez (2021), affediciliğin alt boyutlarından biri olan affediciliği kabul ve affediciliği red boyutlarında erkeklerin kadınlara göre daha yüksek puan aldıklarını belirtmiştir. Tangney vd. (2005) 'e göre affediciliğin alt boyutların biri olan kendini affetme boyutunda erkekler kadınlara göre daha yüksek puanlar elde etmiştir. Çetinkaya ve Şener (2016), Sidelinger vd. (2009) ve Ermumcu (2014) da bu sonuçları destekler nitelikte araştırma sonuçlarına ulaşmışlardır. Günümüzde erkeklere kadınlara karşı hoşgörünün sıklıkla vurgulanması, cinsiyetler arası ayrımcılığın azaltılması ve okul yöneticilerinin eğitim seviyesinin yüksek olması bu sonuçların nedenleri arasında gösterilebilir.

Affedicilik puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığını belirten çalışmalar da bulunmaktadır. Taysi (2007), Ayten (2009), Sarıçam (2021), Uysal (2015), Bayram (2020), Erdoğan (2018), Kahveci vd. (2012), Kotbaş ve Avcı (2018), Karaman- Kepenekçi ve Nayır (2016), Macaskill vd. (2002), Bayar (2015), Sayın (2017), Öztürk (2018) ve Akdemir (2019) cinsiyet açısından affedicilik ele alındığında anlamlı bir farklılığa ulaşamamışlardır.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulguya göre, katılımcıların medeni halleri dikkate alındığında bekar okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puan ortalamalarının evlilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Yapılan t testi sonuçlarına göre, katılımcıların affediciliği kabul boyutunda anlamlı farklılık gösterdiği, buna göre evli bireylerin affediciliği kabul noktasında bekarlardan daha

yüksek anlamlı puan ortalamasına sahip olduğu görülmüştür. Uysal (2015), Akın vd. (2012), Tekin (2021) ve Akdemir(2019) medeni durum açısından evlilerin bekarlara göre daha yüksek affedicilik puanlarına sahip olduklarını belirtmişlerdir. Toplumda sosyal bağları güçlü olan evli kişilerin daha iyi ilişkiler kurduğu söylenebilir. Bu durum da affedicilik puanlarını etkileyebilir. Ayten (2009), Taysi (2010), Khirizad (2016), Kraman-Kepenekçi ev Nyır (2015), Çardak (2012), Macaskill vd. (2002), Raddanadha ve Todorrov (2010), Bayar (2015), Sayın (2017), Öztürk (2018) ve Bayram (2020) araştırmalarında örgütsel affedicilik ile medeni durum arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır.

Araştırmada ulaşılan bir diğer bulguya göre, kıdem yani okul yöneticiliğinde geçen hizmet yılı değişkeni ile örgütsel affedicilik arasında anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların örgütsel affedicilik toplam boyutunda ve affediciliğin kabulü alt boyutunda kıdem değişkeni açısından anlamlı farkların olduğu görülmüştür. Buna göre 21 yıl ve üzeri görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları 1-10 yıl görev yapanlardan anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Affediciliğin kabulü boyutunda da, yine 21 yıl ve üzeri görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları 1-10 yıl görev yapanlardan anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

Öztürk (2018), Sönmez (2021) ve Bayram (2020) araştırmalarında örgütsel affedicilik puanlarının görev yapılan hizmet yılına göre değiştiğini bulmuşlardır. Bayram (2020) 'a göre 11-20 yıl arası görev yapan öğretmenlerin örgütsel affedicilik puanları 1-10 yıl görev yapanlara göre daha yüksektir. Bu sonuca görev süresinin artması ile birlikte tecrübe kazanılması ve olaylar karşısında daha olgun ve affedici davranmaları sebep olmuş olabilir. Ayrıca kişilik özellikleri ve örneklem sayısı ile da ilgili olabilir.

Kahveci ve arkadaşları (2018), Aydın (2021), Konan vd. (2020), Erdoğan (2018), Karaman- Kepenekçi ve Nayır (2016), Kurşunoğlu vd. (2010) 'ne göre affedicilik ile mesleki kıdem arasında farklılık bulunmamaktadır. Kahveci ve arkadaşları (2018), affediciliği gerekçelendirme boyutunda 11-20 yıl arası hizmet yılına sahip öğretmenlerin 21 yıl ve üzeri hizmet yılına sahip öğretmenlere göre affedicilik düzeylerinin daha düşük olduğu sonucuna varmıştır. Öğretmenlerin mesleki kıdemleri arttıkça kendilerine yapılan haksızlıkları hoşgörü ile karşılama

oranının da arttığı ifade edilmektedir. Araştırmada ulaşılan bulguya göre ise, okul türü açısından bakıldığında, örgütsel affedicilik ile aralarında anlamlı farklılık bulunmaktadır. Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların örgütsel affedicilik toplam boyutunda puanların çalışılan okul türü değişkeni açısından anlamlı farklılıklar gösterdiği anlaşılmıştır. Buna göre lise düzeyinde görev yapan okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik puanları anaokulu düzeyinde çalışan okul yöneticilerinden anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bayram (2020) ve Öztürk (2018) çalışmalarında okul türü ile affedicilik arasında fark olduğunu belirtmişlerdir.

Aydın (2021) araştırmasında affediciliği red boyutunda ortaokul öğretmenlerinin ilkokul öğretmenlerine göre daha fazla affedici davranışlara sahip olduklarını bulmuştur. Benzer şekilde Konan ve Nazlı (2018) tarafından yapılan araştırmada öğretmenlerin affedicilik düzeyleri ile okul kademesi değişkeni arasında anlamlı farklar görülmüş, lise öğretmenlerinin ilkokul öğretmenlerine göre daha yüksek düzeyde örgütsel affedicilik puanlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Farklı yaş gruplarına eğitim verilmesi bunun nedeni olabilir. Lise öğrencilerinin hayatını etkileyecek disiplin cezalarının sicillerine ve psikolojik durumlarına zarar vereceği için eğitimciler tarafından affedildikleri sebepler arasında sayılabilir. Zira lise öğrenimi kişiliklerinin olgunlaşması ve geleceğe atılan önemli bir adım olduğu için affedilmeleri onlar için olumlu bir örnek olacağı düşünülmektedir.

4.2. Öneriler

1. Araştırmanın çalışma grubu Trabzon ve Rize ili ve ilçelerindeki okullarla sınırlıdır. Araştırma daha büyük bir coğrafyada tekrar uygulanabilir.
2. Çalışmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Okul yöneticilerinin affedicilik algıları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki nitel veya karma yöntem kullanılarak incelenebilir.
3. Çalışma okul müdürlerinin görüşleri çerçevesinde yapılmıştır. Eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin örgütsel affedicilik ve mükemmeliyetçilik ile ilgili görüşleri alınarak çalışma yapılabilir.
4. Çalışma, farklı eğitim kademelerinde ve özel okullarda da karşılaştırılmalı olarak yapılabilir.
5. Okul yöneticileri ve öğretmenlerin kişilik özellikleri ile affetme davranışı arasındaki ilişki incelenebilir.

KAYNAKÇA

- Abu-Nimer, M., & Nasser, I. (2013). Forgiveness in the Arab and Islamic contexts. *Journal of Religious Ethics*, 41, 474-494.
- Adlaf, E. M., Gliksman, L., Demers, A., & Newton-Taylor, B. (2001). The prevalence of elevated psychological distress among Canadian undergraduates: Findings from the 1998 Canadian Campus Survey. *Journal of American College Health*, 50(2), 67-72.
- Adler, A. (1956). The neurotic disposition. In: Ansbacher, H. L. és Ansbacher, R. R. (szerk.): The individual psychology of Alfred Adler. Harper, New York. 239–262.
- Ahmed, E., & Braithwaite, J.B. (2005). Forgiveness, shaming, shame, and bullying. The Australian and New Zealand *Journal of Criminology*, 38, 298- 323.
- Ahmed, E., & Braithwaite, J.B. (2006). Forgiveness, reconciliation, and shame: Three key variables in reducing school bullying. *Journal of Social Issues*, 62, 347- 370.
- Akhtar, S. (2002). Forgiveness: Origins, Dynamics, Psychopatology, And Technical Relevance. *Psychoanalytic Quarterly*, 71 (2), 175 – 212.
- AAkhtar, S., & Barlow, J. (2018). Forgiveness therapy for the promotion of mental well-being: A systematic review and meta-analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 19(1), 107–122.
- Akın, M., Özdevecioğlu, M. ve Ünlü, O. (2012). Örgütlerde İntikam Niyeti ve Affetme Eğiliminin Çalışanların Ruh Sağlıkları İle İlişkisi. *Amme İdaresi Dergisi*, 45 (1), 77-97.
- Allen, G. E. K., Norton, A., Pulsipher, S., Johnson, D., & Bunker, B. (2021). I worry that I am almost perfect! Examining relationships among perfectionism, scrupulosity, intrinsic spirituality, and psychological well-being among Latter-Day Saints. *Spirituality in Clinical Practice*. Advance online publication.
- Al- Mabuk, R. H., Enright, R. D., & Cardis, P. A. (1995). Forgiveness education with parentally love- deprived late adolescents. *Journal of Moral Education*, 24, 427- 444.
- Altuntaş, S. (2018). Ergenlerde iyi oluşun yordayıcısı olarak yaşamda anlam, minnettarlık ve affedicilik. *Yayımlanmamış Doktora Tezi*. İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Amit, K., & Bar-Lev, S. (2015). Immigrants' sense of belonging to the host country: The role of life satisfaction, language proficiency, and religious motives. *Social*

Indicators Research, 124(3), 947–961.

- Argus, G., & Thompson, M. (2008). Perceived social problem solving, perfectionism, and mindful awareness in clinical depression: An exploratory study. *Cognitive Therapy and Research*, 32, 745-757.
- Armour, M.P., & Umbreit, M.S. (2005). The paradox of forgiveness in restorative justice. In E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 491-503). New York, USA: Routledge.
- Asici, E. (2013). *Öğretmen adaylarının affetme özelliklerinin öz-duyarlık ve benlik saygısı açısından incelenmesi* (Master's thesis, Dokuz Eylül Üniversitesi (Turkey)).
- Assor, A., Roth, G., & Deci, E. L. (2004). The emotional costs of perceived parents' conditional regard: A self-determination theory analysis. *Journal of Personality*, 72(1), 47–88
- Atadokht, A., & Ebadi, M. (2022). The Mediating Role of Academic Emotions and Psychological Well-Being in the Relationship between Perfectionism and Academic Stress in Students. *Journal of Applied Psychological Research*, 13(2), 283-302.
- Auerbach, Y. (2005). Conflict resolution, forgiveness and reconciliation in material and identity conflicts. *Humboldt Journal of Social Relations*, 41-80.
- Ayten, A. (2009). “Affedicilik ve Din: Affetme Eğilimi ve Dindarlıkla İlişkisi Üzerine Ampirik Bir Araştırma”. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 0 (2014): 111-128.
- Ayten, A. (2012). How Religion Promotes Forgiveness: The Case Of Turkish Muslims. *Archive for the Psychology of Religion*, 34(3), 411–425.
- Bardone-Cone, A. M. (2007). Self-oriented and socially prescribed perfectionism dimensions and their associations with disordered eating. *Behaviour Research and Therapy*, 45(8), 1977-1986.
- Baumeister, R.E., Exline, J.J., & Sommer, K.L. (1998). The victim role, grudge theory, and two dimensions of forgiveness. E.L.Worthington (Ed.), *Dimensions of Forgiveness: Psychological Research and Theological Speculations* (pp.79-107). Philadelphia: The Templeton Foundation Pres.
- Bausell, RB (1986). Yaşlılarda sağlık arama davranışı. *Gerontolog*, 26, 556–559.
- Bayar, Ö. (2015). *Romantik İlişkilerde Aldatma ve Affetme: Empatinin Rolü*.
- Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Berry, J.W., Worthington, E.L., O'Connor, L.E., Parrott, L., ve Wade, N.G. (2005).

- Bağışlayıcılık, İntikamcı Ruminasyon ve Duygusal Özellikler. *Kişilik Dergisi*, 73(1), 183–226.
- Berry, Jack W., Worthington, Everett L. J., O'Connor Lynn E.; Parrott III, Les., Wade Nathaniel G. "Forgivingness, Vengeful Rumination, and Affective Traits", *Journal of Personality* 73:1, 2005, s. 184-226, February.
- Besser A, Flett GL, Hewitt PL, Guez J 2008. Perfectionism, and cognitions, affect, self-esteem, and physiological reactions in a performance situation, *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 26: 206– 228.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1373-1385.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Bong, M., Hwang, A., Noh, A., & Kim, S. I. (2014). Perfectionism and motivation of adolescents in academic contexts. *Journal of educational psychology*, 106(3), 711.
- Boone, L., Braet, C., Vandereycken, W., & Claes, L. (2013). Are maladaptive schema domains and perfectionism related to body image concerns in eating disorder patients? *European Eating Disorders Review*, 21(1), 45-51.
- Brodar, K. E., Crosskey, L. B., & Thompson Jr, R. J. (2015). The relationship of self-compassion with perfectionistic self-presentation, perceived forgiveness, and perceived social support in an undergraduate Christian community. *Journal of Psychology and Theology*, 43(4), 231-242.
- Budak, B. (1999). *Lise Öğrencilerinde Algılanan Sosyal Destek Düzeyi İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Samsun.
- Bugay, A. ve Demir, A. (2011). Hataya İlişkin Özelliklerin Başkalarını Affetmeyi Yordaması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (35) , 8-15 .
- Bugay, A. ve Demir, A. (2012). Affetme Artırılabilir Mi?: Affetmeyi Geliştirme Grubu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (37), 96-106.
- Bugay, A., & Demir, A. (2011). Hataya İlişkin Özelliklerin Başkalarını Affetmeyi Yordaması. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(35).
- Burnette, J. L., McCullough, M. E., Van Tongeren, D. R., & Davis, D. E. (2012). Forgiveness results from integrating information about relationship value and exploitation risk. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(3), 345-356.
- Camadan, F. (2014). *Üniversite öğrencilerinde gözlenen saldırganlık eğilimlerinin*

açıklanmasına dönük bir model (Doctoral dissertation, Doktora Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi).

- Camadan, F., & Sari, S. V. (2021). Forgiveness, Locus of Control, and Perfectionism: A Mixed Method Study. *International Journal of Progressive Education*, 17(1), 210-231.
- Camadan, F., Kahveci, G., & Yavas, T. (2013). Analysis of the relation between perfectionism and negative automatic thoughts with structural equation model. *The Anthropologist*, 16(1-2), 273-283.
- Cameron, K., & Caza, A. (2002). Organizational and leadership virtues and the role of forgiveness. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 9(1), 33-48.
- Campbell, A. (2017). Forgiveness and reconciliation as an organizational leadership competency within restorative transitional justice instruments. *International Journal of Servant Leadership*, 1-40.
- Carlisle, R. D., & Tsang, J. A. (2013). The virtues: Gratitude and forgiveness. Carlisle, R. D., & Tsang, J. A. (2013). The virtues: Gratitude and forgiveness. In K.
- I. Pargament (Ed.), *APA handbook of psychology, religion, and spirituality* (Vol. 1: Context, theory, and research, pp. 423-437). Washington, DC: American Psychological Association.
- Castro, T. F., Miller, K., Araújo, M. X., Brandão, I., & Torres, S. (2021). Emotional processing in recovered anorexia nervosa patients: A 15 year longitudinal study. *European Eating Disorders Review*, 29(6), 955-968.
- Chan, L. K. (2018). Parental influence on perfectionism among Chinese gifted children in Hong Kong. *The SAGE handbook of gifted and talented education*, 196-211.
- Chang, E. C. (1998). Cultural differences, perfectionism, and suicidal risk in a college population: Does social problem solving still matter? *Cognitive Therapy and Research*, 22(3), 237-254.
- Chang, E. C. (2006). Perfectionism and dimensions of psychological well-being in a college student sample: A test of a stress-mediation model. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(9), 1001-1022.
- Chang, E. C., Watkins, A., & Banks, K. H. (2004). How Adaptive and Maladaptive Perfectionism Relate to Positive and Negative Psychological Functioning: Testing a Stress-Mediation Model in Black and White Female College Students. *Journal of Counseling Psychology*, 51(1), 93-102.
- Chen, C., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2015). Preoccupied attachment, need to belong, shame, and interpersonal perfectionism: An investigation of the perfectionism social disconnection model. *Personality and Individual*

Differences, 76, 177-182.

- Childs, J. H. & Stoeber, J. (2010) Self-oriented, other-oriented, and social prescribed perfectionism in employees: Relationships with burnout and engagement. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 25(4), 269-281.
- Cleare, S., Gumley, A., & O'Connor, R. C. (2019). Self-compassion, self-forgiveness, suicidal ideation, and self-harm: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 26(5), 511-530.
- Cockell, S. J., Hewitt, P. L., Seal, B., Sherry, S., Goldner, E. M., Flett, G. L., & Remick, R. (2002). Trait and self-presentational dimensions of perfectionism among women with anorexia nervosa. *Cognitive Therapy and Research*, 26, 745-758.
- Conner, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new Resilience Scale: The Conner-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76-82.
- Copeland-Linder, N., Johnson, S.B., Haynie, D.L., Chung, S., & Cheng, T.L. (2011). Retaliatory attitudes and violent behaviours among assault-injured youth. *Journal of Adolescent Health*, 50, 215-220.
- Coyle, C. T., & Enright, R. D. (1997). Forgiveness intervention with postabortion men. *Journal of consulting and clinical psychology*, 65(6), 1042.
- Craddock, A. E., Church, W., & Sands, A. (2009). Family of origin characteristics as predictors of perfectionism. *Australian Journal of Psychology*, 61(3), 136-144.
- Crosby, J. M., Bates, S. C., & Twohig, M. P. (2011). Examination of the relationship between perfectionism and religiosity as mediated by psychological inflexibility. *Current Psychology*, 30(2), 117-129.
- Curran, T., & Hill, A. (2017). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin*, 145(4), 410-429.
- Çardak, M. (2012). *Affedicilik Yönelimli Psiko-Eğitim Programının Affetme Eğilimi, Belirsizliğe Tahammülsüzlük, Psikolojik İyi Oluş, Sürekli Kaygı ve Öfke Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Çerkez, Y., Demir, S., & Uzun, G. Ö. (2023). Navigating The Complexities of Parenting: The Interconnectedness of Forgiveness, Perfectionism, and Self-Compassion. *International Journal of Positivity & Well-Being (IJPW)*, 27-41.
- Çoban, K. (2019). *Lise öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve affedicilik tutumlarının akran zorbalığını yordaması*, yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan University (Turkey)).

- Çolak, T. S., & Güngör, A. (2021). Examining the relationship between gratitude and rumination: The mediating role of forgiveness. *Current psychology*, 40(12), 6155-6163.
- Da Silva, S. P., vanOyen Witvliet, C., & Riek, B. (2017). Self-forgiveness and forgivenessseeking in response to rumination: Cardiac and emotional responses of transgressors. *The Journal of Positive Psychology*, 12(4), 362-372. DOI: 10.1080/17439760.2016.1187200.Pierro vd., 2021).
- Davidson, M. M., Lozano, N. M., Cole, B. P., & Gervais, S. J. (2013). Associations between women's experiences of sexual violence and forgiveness. *Violence and Victims*, 28(6), 1041–1054.
- Davis, D. E., DeBlaere, C., Hook, J. N., Burnette, J., Van Tongeren, D. R., Rice, K. G., & Worthington Jr, E. L. (2015). Intergroup forgiveness of race-related offenses. *Journal of Counseling Psychology*, 62(3), 402.
- Davis, D. E., Ho, M. Y., Griffin, B. J., Bell, C., Hook, J. N., Van Tongeren, D. R., DeBlaere, C., Worthington Jr., E. L., & Westbrook, C. J. (2015). Forgiving the self and physical and mental health correlates: A meta-analytic review. *Journal of Counseling Psychology*, 62(2), 329-335. DOI: 10.1037/cou0000063.
- Davis, E. B., Moriarty, G. L., & Mauch, J. C. (2013). God images and God concepts: Definitions, development, and dynamics. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(1), 51–60.
- Davis, J.R. & Gold, G.J. (2010). An examination of emotional empathy, attributions of stability, and the link between perceived remorse and forgiveness. *Personality and Individual Difference*, 50, 392-397.
- Davis, M. (2006). Empathy. In J. E. Stets & J. H. Turner (Eds), *Handbook of the sociology of emotions* (pp.443-466). NY: Springer Science + Business Media, LLC.
- Davis, M., Sheidow, A., Zajac, K., & McCart, M. (2012). Prevalence and impact of substance use among emerging adults with serious mental health conditions. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 35(3), 235-243.
- Davis, W. E., Hicks, J. A., Schlegel, R. J., Smith, C. M., & Vess, M. (2015). Authenticity and self-esteem across temporal horizons. *The Journal of Positive Psychology*, 10(2), 116-126.

- Diamond, S., & Ronel, N. (2019). From bondage to liberation: The forgiveness case of holocaust survivor Eva Mozes Kor. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 28(8), 996-1016.
- DiBartolo, P. M., & Rendón, M. J. (2012). A critical examination of the construct of perfectionism and its relationship to mental health in asian and african americans using a cross-cultural framework. *Clinical Psychology Review*, 32(3), 139-152.
- DiBlasio, F. A., & Proctor, J. H. (1993). Therapists and the clinical use of forgiveness. *American journal of family therapy*, 21(2), 175-184.
- DiBlasio, F.A. (1998). Nesiller Arası Aile Terapisinde Karar Temelli Affetme Müdahalesinin Kullanımı. *Aile Terapisi Dergisi*, 20 (1), 77-94.
- Duffy, M. E., Twenge, J. M., & Joiner, T. E. (2019). Trends in mood and anxiety symptoms and suicide-related outcomes among U.S. undergraduates, 2007-2018: Evidence from two national surveys. *Journal of Adolescent Health*, 65(5), 590-598.
- Duggi, D. B., & Kamble, S. V. (2014). Decisional and emotional forgiveness in people of three religious groups in India. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 5(1), 24.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., & Berg, J. L. (2012). Perfectionism dimensions and the fivefactor model of personality. *European Journal of Personality*, 26, 233-244.
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Halsall, J., Williams, M., & Winkworth, G. (2000). The relation between perfectionism and distress: Hassles, coping, and perceived social support as mediators and moderators. *Journal of Counseling Psychology*, 47(4), 437-453.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R. (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of personality and social psychology*, 84(1), 234.
- Dunn, J. G. H., Dunn, J. C., Gotwals, J. K., Vallance, J. K. H., Craft, J. M., & Syrotuik, D. G. (2006). Establishing construct validity evidence for the Sport Multidimensional Perfectionism Scale. *Psychology of Sport and Exercise*. 7, 57-79.
- Egan, S. J., Wade, T. D., & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: A clinical review. *Clinical psychology review*, 31(2), 203-212.
- Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences*, 33, 921-935.
- Enns, M., Cox, B., & Clara, I. (2005). Perfectionism and neuroticism: A longitudinal

- study of specific vulnerability and diathesis-stress models. *Cognitive Therapy and Research*, 29(4), 463-478.
- Enright, R. D., Gassin, E. A. Ve Wu, C. (1992). Forgiveness: A developmental view. *Journal of Moral Education*, 21, 99-114
- Enright, R.D. ve Fitzgibbons, R.P. (2000). *Helping Clients Forgive: An Empirical Guide for Resolving Anger and Restoring Hope*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Enright, R.D., Santos, M.J. ve Al-Mabuk, R. (1989). Bağışlayıcı olarak ergen. *Ergenlik Dergisi*, 12 (1), 95-110.
- Enright, R.D., ve The Human Development Study Group (1994). Piaget on the Moral Development of Forgiveness: Identity or Reciprocity. *Human Development* , 37, 63-80.
- Enright, R.D., ve The Human Development Study Group (1996). Counseling within the forgiveness triad: On Forgiving, Receiving Forgiveness, and Selfforgiveness. *Counseling and Values*, 40(2), 107-126.
- Ermumcu, E. (2014). *Evli Çiftlerde Bağışlama Sürecinin Bağlanma, Stresle Başa Çıkma, Empati ve Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Esposito, R. M., Stoeber, J., Damian, L. E., Alessandri, G., & Lombardo, C. (2019). Eating disorder symptoms and the 2 × 2 model of perfectionism: Mixed perfectionism is the most maladaptive combination. *Eating and Weight Disorders*, 24(4), 749–755.
- Exline, J. J., Root, B. L., Yadavalli, S., Martin, A. M., & Fisher, M. L. (2011). Reparative behaviors and self-forgiveness: Effects of a laboratory-based exercise. *Self and Identity*, 10(1), 101-126.
- Exline, J. J., Yali, A. M., & Lobel, M. (1999). When God disappoints: Difficulty forgiving God and its role in negative emotion. *Journal of health psychology*, 4(3), 365-379.
- Exline, J.J., Baumeister, B.J., Bushman, B.J., Campbell, W.K., ve Finkel, E.J. (2004). Too Proud to Let Go: Narsissistic Entitlementas as a Barrier To Forgiveness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 894- 912.
- Fehr, R., Gelfand, M. J., & Nag, M. (2010). The road to forgiveness: A meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological Bulletin*, 136(5), 894-914.
- Fenell, D. (1993). Characteristics of long-term first marriages. *Journal of Mental Health Counseling*, 15, 446–460.

- Fergus, T. A., & Wu, K. D. (2010) Do symptoms of generalized anxiety and obsessivecompulsive disorder share cognitive processes? *Cognitive Therapy and Research*, 34, 168-176.
- Field, C., Zander, J., & Hall, G. (2013). "Forgiveness is a present to yourself as well": An intrapersonal model of forgiveness in victims of violent crime. *International Review of Victimology*, 19(3), 235–247.
- Fincham, F. D. (2000). The Kiss of the Porcupines: FromAattributing Responsibility to Forgiving. *Personal Relationships*, 7, 1-23.
- Fincham, F. D., & May, R. W. (2020). Divine, interpersonal and self-forgiveness: Independently related to depressive symptoms?. *The Journal of Positive Psychology*, 15(4), 448-454.
- Fincham, F. D., Beach S. H. R. ve Davila J. (2007). Longitudinal Relations Between Forgiveness and Conflict Resolution in Marriage. *Journal of Family Psychology*. 21, (3), 542–545.
- Fincham, F.D., Hall, J.H., ve Beach, S.R.H. (2005). "Till Lack of Forgiveness Do Us Part": Forgiveness in Marriage. In E.L. Worthington (Ed.) *Handbook of Forgiveness* (pp.207-226). New York: Wiley.
- Fincham, F.D., Jackson, H., ve Beach, S.R.H. (2005). Transgression Severity and Forgiveness: Different Moderators for Objective and Subjective Severity. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24 (6), 860-875.
- Fincham, F.D., Paleari, F.G., ve Regalia, C. (2002). Forgiveness in Marriage: The Role of Relationship Quality, Attributions and Empathy. *Personal Relationships*, 9, 27-37.
- Fincham, Frank D., Hall, Julie H., Beach, Steven R.H.; (2005). "Till Lack of Forgiveness Dous Part. Forgiveness in Marriage" In E.L. Worthington (Ed.), *Handbook of Forgiveness*, s.207- 226, New York: Wiley.
- Fitzgibbons, R.P. (1986). The Cognitive and Emotive Uses of Forgiveness in the Treatment of Anger. *Psychotherapy*, 23 (4), 629-633.
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P. L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 20(2), 85-94.
- Flett, G. L., Galfi-Pechenkov, I., Molnar, D. S., Hewitt, P. L., & Goldstein, A. L. (2012). Perfectionism, mattering, and depression: A mediational analysis. *Personality and Individual Differences*, 52(7), 828-832.
- Flett, G. L., Greene, A., & Hewitt, P. L. (2004). Dimensions of Perfectionism and Anxiety Sensitivity. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(1), 39- 57.

- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Blankstein, K. R., & Gray, L. (1998). Psychological distress and the frequency of perfectionistic thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(5), 1363.
- 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: Perfectionism and eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 13(1), 61-70.
- Freedman, S. R., & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of consulting and clinical psychology*, 64(5), 983.
- Freedman, S. R., & Enright, R. D. (1996). Forgiveness as an intervention goal with incest survivors. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(5), 983–992.
- Freedman, S. ve Knupp, A. (2003). The Impact of Forgiveness on Adolescent Adjustment to Parental Divorce. *Journal of Divorce ve Remarriage*, 39(1-2), 135- 165.
- Freedman, S., & Chang, W.-C. R. (2010). An analysis of a sample of the general population's understanding of forgiveness: Implications for mental health counselors. *Journal of Mental Health Counseling*, 32(1), 5–34.
- Freedman, S., & Zarifkar, T. (2016). The psychology of interpersonal forgiveness and guidelines for forgiveness therapy: What therapists need to know to help their clients forgive. *Spirituality in Clinical Practice*, 3(1), 45–58.
- Freeze, T. A. (2017). Attachment to church congregation: Contributions to well-being over and above social support. *Journal of Psychology and Theology*, 45(4), 304–314.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive therapy and research*, 14, 449-468.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
- Fry, P. S., & Debats, D. L. (2009). Perfectionism and the five-factor personality traits as predictors of mortality in older adults. *Journal of Health Psychology*, 14(4), 513-524.
- Furman, C. R., Luo, S., & Pond Jr, R. S. (2017). A perfect blame: Conflict-promoting attributions mediate the association between perfectionism and forgiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 111, 178-186.
- Gaudreau, P. (2019). On the distinction between personal standards perfectionism and excellencism: A theory elaboration and research agenda. *Perspectives on Psychological Science*, 14(2), 197–215.

- Ghaemmaghani, P., Allemand, M., ve Martin, M. (2011). Forgiveness in Younger, Middle-Aged and Older Adults: Age and Gender Matters. *Journal of Adult Development*, 18(4), 192-203
- Ghassami, M., Ashghari, A., Shaeeri, M. R., Soltaninejad, Z., & Safarinejad, M. R. (2014). Psychometric properties of the female sexual distress scale-revised among a sample of nonclinical Iranian women. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 18(4), 293- 299.
- Gilman, R., Rice, K. G., & Carboni, I. (2014). Perfectionism, perspective taking, and social connection in adolescents. *Psychology in the Schools*, 51(9), 947-959.
- Glynn Owens, R., & Slade, P. D. (2008). So perfect it's positively harmful? Reflections on the adaptiveness and maladaptiveness of positive and negative perfectionism. *Behavior Modification*, 32(6), 928-937.
- Gnilka, P. B., Ashby, J. S., & Noble, C. M. (2013). Adaptive and maladaptive perfectionism as mediators of adult attachment styles and depression, hopelessness, and life satisfaction. *Journal of Counseling & Development*, 91(1), 78–86.
- Gordon, K.C., Burton, S., & Porter, L. (2004). Predicting the intentions of women in domestic violence shelters to return to partners: does forgiveness play a role? *Journal of Family Psychology*, 18(2), 331-338.
- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2002). Psychological Characteristics and Their Development in Olympic Champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 172–204.
- Graham, A. R., Sherry, S. B., Stewart, S. H., Sherry, D. L., McGrath, D. S., Fossum, K. M., & Allen, S. L. (2010). The existential model of perfectionism and depressive symptoms: A short-term, four-wave longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 57(4), 423.
- Griffin, B. J., Lavelock, C. R., & Worthington, E. L. (2014). On earth as it is in heaven: Healing through forgiveness. *Journal of Psychology and Theology*, 42(3), 252- 259
- Gumus, I., & KIŞLAK, Ş. (2019). The predictive role of forgiveness and the level of repetitive thinking on mental health and marital adjustment in married individuals. *Dusunen Adam-Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32(3).
- Gunnestad, A., Morreaunet, S., & Onyango, S. (2015). An international perspective on value learning in the kindergarten-exemplified by the value forgiveness. *Early Child Development and Care*, 185(11-12), 1894-1911.
- Halgin, R. P., & Leahy, P. M. (1989). Understanding and treating perfectionistic college students. *Journal of Counseling & Development*, 68(2), 222–225.

- Hall, B. B., Webb, J. R., & Hirsch, J. K. (2020). Spirituality and suicidal behavior: The mediating role of self-forgiveness and psychache. *Psychology of Religion and Spirituality*, 12(1), 36–44.
- Hall, J.H. ve Fincham, F.D. (2005). Self-Forgiveness: The Stepchild of Forgiveness Research. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(5), 621-637.
- Hall, J.H., ve Fincham, F.D. (2006). Relationship dissolution following infidelity: The roles of attributions and forgiveness. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25, 508-522.
- Hamacheck, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27-33.
- Hamilton, T. K., & Schweitzer, R. D. (2000). The cost of being perfect: Perfectionism and suicide ideation in university students. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 34, 829-835.
- Han, C., Li, F., Lian, B., Vencúrik, T., & Liang, W. (2022). Relationships between Perfectionism, Extra Training and academic performance in Chinese Collegiate athletes: Mediating role of achievement motivation. *International journal of environmental research and public health*, 19(17), 10764.
- Handley, A. K., Egan, S. J., Kane, R. T., & Rees, C. S. (2015). A randomised controlled trial of group cognitive behavioural therapy for perfectionism. *Behaviour Research and Therapy*, 68, 37–47.
- Hargrave, T. D. (1994). Families and forgiveness: A theoretical and therapeutic framework. *The family journal*, 2(4), 339-348.
- Hargrave, T. D., & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of marital and family therapy*, 23(1), 41-62.
- Hart II, J. M. (2021). Implicit theories as a moderator between religious commitment and forgiveness among Muslims experiencing a religious identity offense.
- Haslip, M. J., Allen-Handy, A., & Donaldson, L. (2019). How do children and teachers demonstrate love, kindness and forgiveness? Findings from an early childhood strength-spotting intervention. *Early Childhood Education Journal*, 47(5), 531- 547.
- Hebl, J. H., & Enright, R. D. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training* 30(4), 658-667.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456–470.

- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Besser, A., Sherry, S. B., & McGee, B. (2003a). Perfectionism is multidimensional: A reply to Shafran, Cooper and Fairburn. *Behaviour Research and Therapy*, 41(10), 1221-1236.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Mikail, S. F., Kealy, D., & Zhang, L. C. (2017). The Perfectionism Social Disconnection Model. *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications*. Routledge.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., & Caelian, C. (2006). Trait Perfectionism Dimensions and Suicidal Behavior. In T. E. Ellis (Ed.), *Cognition and suicide: Theory, research, and therapy* (p. 215–235). *American Psychological Association*.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003b). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(6), 1303.
- Hewitt, P. L., Flett, G., Turnbull-Donovan, W., & Mikail, S. (1991). The Multidimensional Perfectionism Scale: Reliability, validity, and psychometric properties in psychiatric samples. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 3(3), 464-468.
- Hewitt, P. L., Habke, A. M., Lee-Baggley, D. L., Sherry, S. B., & Flett, G. L. (2008). The impact of perfectionistic self-presentation on the cognitive, affective, and physiological experience of a clinical interview. *Psychiatry*, 71(2), 93-122.
- Hewitt, P. L., Mikail, S., Flett, G., Tasca, G., Flynn, C., Deng, X., Kaldas, J., & Chen, C. (2015). Psychodynamic/interpersonal group psychotherapy for perfectionism: Evaluating the effectiveness of a short-term treatment. *Psychotherapy*, 52(2), 205-217.
- Hewitt, P. L., Smith, M., Deng, X., Chen, C., Ko, A., Flett, G., & Patterson, R. (2020). The perniciousness of perfectionism in group therapy for depression: A test of the Perfectionism Social Disconnection Model. *Psychotherapy*, 52(2), 206-218.
- Hill A. P., & Curran, T. (2016). Multidimensional perfectionism and burnout: A metaanalysis. *Personality and Social Psychology Review*, 20(3), 269-288.
- Hill, A. P., & Appleton, P. R. (2011). The predictive ability of the frequency of perfectionistic cognitions, self-oriented perfectionism, and socially prescribed perfectionism in relation to symptoms of burnout in youth rugby players. *Journal of Sports Sciences*, 29, 695-703.
- Hill, E. W. (2001). Understanding Forgiveness as Discovery: Implications for Marital and Family Therapy. *Contemporary Family Therapy*, 23, 369-384.
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.

Huang, I., Short, M. A., Bartel, K., O'Shea, A., Hiller, R. M., Lovato, N., ... &

Gradisar, M. (2020). The roles of repetitive negative thinking and perfectionism in explaining the relationship between sleep onset difficulties and depressed mood in adolescents. *Sleep Health*, 6(2), 166-171.

Hurst, K., & Zimmer-Gembeck, M. (2015). Focus on perfectionism in female adolescent anorexia nervosa. *The International Journal of Eating Disorders*, 48(7), 936-941.

Husain, A., Nishat, A., & Jahan, M. (2015). Spiritual personality as related to perfectionism among undergraduate students. *Indian Journal of Psychological Science*, 6(1), 1-5.

Jeter, W. K., & Brannon, L. A. (2018). 'I'll make it up to you': Examining the effect of apologies on forgiveness. *The Journal of Positive Psychology*, 13(6), 597-604.

Joo, M., Terzino, K. A., Cross, S. E., Yamaguchi, N., & Ohbuchi, K. (2019). How does culture shape conceptions of forgiveness? Evidence from Japan and the United States. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 50(5), 676-702.

Kahveci, G. (2019). Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin affedicilik algıları ve örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişki. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(2), 449-473

Kahveci, G., Bahadır, E., & Kandemir, İ. K. (2019). Okul yöneticilerinin toksik liderlik davranışları ile öğretmenlerin örgütsel bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 52(1), 225-249.

Kahveci, G., Kotbaş, S., & Avcı, T. (2018). Ortaöğretim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin affedicilik algıları ve örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişki. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(2), 449-473.

Karaman Kepenekçi, Y., & Nayır, K. F. (2015). Örgütsel Affedicilik Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Öğretmenlerin Örgütsel Affediciliğe İlişkin Görüşleri. *Mersin University Journal of the Faculty of Education/Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3).

Karasar, N. (2013). Bilimsel araştırma yöntemi (25.Basım). Ankara: Nobel Akademi Yayınevi.

Karasar, N. (2018). Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar, İlkeler, Teknikler. 2.Basım Nobel Yayınevi: Ankara.

Karayığit, N. (2017). Mükemmeliyetçilik ve dindarlık ilişkisi üzerine bir araştırma.

- Karremans, J. C., & Van Lange, P. A. M. (2004). Back to caring after being hurt: The role of 49 forgiveness. *European Journal of Social Psychology*, 34(2), 207-227.
- Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., Ouwerkerk, J.W., ve Kluwer, E.S. (2003). When Forgiving Enhances Psychological Well-Being: The Role of Interpersonal Commitment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84 (5), 1011-1026.
- Karremans, J.C., Van Lange, P.A.M., ve Holland, R.W. (2005). Forgiveness and its Associations With Prosocial Thinking, Feeling, Doing Beyond The Relationship With The Offender. *Personality and Social Psychology*, 31, 1315-1326.
- Kashanaki, H., Besharat, M. A., & Rajabian Tabesh, F. (2018). The mediating role of forgiveness on the relationship between dimensions of perfectionism and interpersonal problems.
- Kawamura, K. Y., Frost, R. O., & Harmatz, M. G. (2002). The relationship of perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 317-327.
- Kets de Vries, M. F. R. (2013) The art of forgiveness: Differentiating transformational leaders, faculty & research working paper. Fontainebleau Cedex: INSEAD.
- Kim, H. G., Kuendig, J., Prasad, K., & Sexter, A. (2020). Exposure to racism and other adverse childhood experiences among perinatal women with moderate to severe mental illness. *Community Mental Health Journal*, 56, 867-874
- Kim, H. Y. (2020). An Existentialist Analysis of Forgiveness and Gratitude. *HUNGARIAN PHILOSOPHICAL REVIEW*, 64(1), 117-125.
- Knabb, J. J., Pelletier, J., & Grigorian-Routon, A. (2014). Towards a psychological understanding of servanthood: An empirical investigation of the relationship between orthodox beliefs, experiential avoidance, and self-sacrificial behaviors among Christians at a religiously affiliated university. *Journal of Psychology and Theology*, 42, 269-283.
- Kol, K. (2020). *Olumlu olumsuz mükemmeliyetçilik ile ilişki doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Konan N. ve Nazlı K. (2018). Okul yöneticilerinin örgütsel affedicilik düzeyleri. Bingöl üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi, 8(8), 127-145
- Kothari, R., Barker, C., Pistrang, N., Rozental, A., Egan, S., Wade, T., Allcott-Watson, H., Andersson, G., & Shafran, R. (2019). A randomised controlled trial of guided internet based cognitive behavioural therapy for perfectionism: Effects on psychopathology and transdiagnostic processes. *Journal of*

- Kour, D., & Sood, S. (2018). Forgiveness as a buffer against incivility among teachers. *International Journal of Research and Analytic Reviews*, 5(3), 623-627.
- Krause, N. ve Ellison, C.G. (2003). Tanrı'dan Affetme, Başkalarını Affetme Ve Geç Yaşamda Psikolojik İyi Olma. *Bilimsel Din Araştırmaları Dergisi*, 42(1), 77-93.
- Krause, N., ve B. Ingersoll-Dayton. (2001). "Religion and the Process of Forgiveness in Late Life." *Review of Religious Research* 42 (3): 252–276.
- Langman, L., & Chung, M. C. (2013). The relationship between forgiveness, spirituality, traumatic guilt, and posttraumatic stress disorder (PTSD) among people with addiction. *Psychiatric Quarterly*, 84(1), 11–26.
- LaSota, M. T. (2005). *Perfectionism and the role of self-esteem*. University of Nevada, Las Vegas.
- Lawler, K., Younger, J., Piferi, R., Billington, E., Jobe, R., Edmondson, K., & Jones, W. (2003). A Change of Heart: Cardiovascular Correlates of Forgiveness in Response to Interpersonal Conflict. *Journal of Behavioral Medicine*, 26(5), 373-393.
- Lawler-Row, K. A., ve Piferi, R. L. (2006). The forgiving personality: Describing a life well lived? *Personality and Individual Differences*, 41(6), 1009–1020.
- Lee, Y. J., & Anderman, E. M. (2020). Profiles of perfectionism and their relations to educational outcomes in college students: The moderating role of achievement goals. *Learning and Individual Differences*, 77, 101813.
- Leonard, N. H., & Harvey, M. (2008). Negative perfectionism: Examining negative excessive behavior in the workplace. *Journal of Applied Psychology*, 38(3), 585-610.
- Levinson, C. A., Brosof, L. C., Vanzhula, I. A., Bumberry, L., Zerwas, S., & Bulik, C. M. (2017). Perfectionism group treatment for eating disorders in an inpatient, partial hospitalization, and outpatient setting: Perfectionism group. *European Eating Disorders Review*, 25(6), 579-585.
- Li, S., Zhang, L., Shangguan, C., Wang, X., Li, X., & Lu, J. (2021). The influence of relationship closeness and desire for forgiveness on interpersonal forgiveness. *International Journal of Psychophysiology*, 167, 38-46.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S. és Egan, S. J. (2016): The Relationship Between Perfectionism and Psychopathology: A Meta-Analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 73. 10. sz. 1301–1326.

- Lin, y., Worthington, E. L., Griffin, B. J., Greer, J. L., Opare- Henaku, A., Lovelock, C. R., Hook, J. N., Ho, M. Y., & Muller, H. (2014). Efficacy of REACH forgiveness across cultures. *Journal Of Clinical Psychology*, 70(9), 781–793
- Lopez, J., Serrano, M. I., Gimenez, I., & Noriega, C. (2021). Forgiveness interventions for older adults: A review. *Journal of Clinical Medicine*, 10(9), 1866.
- Lutjen, L. J., Silton, N. R., & Flannelly, K. J. (2012). Religion, forgiveness, hostility and health: A structural equation analysis. *Journal of Religion and Health*, 51(2), 468–478.
- Macaskill, A. (2007). Exploring Religious Involvement, Forgiveness, Trust and Cynicism. *Mental Health, Religion & Culture*, 10 (3), 213.
- Macaskill, A. (2012). Differentiating Dispositional Self-Forgiveness From Otherforgiveness: Associations With Mental Health And Life Satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 31(1), 28-50
- Madsen, S., Hammond, S. (2008) Forgiveness as an individual, group, and organizational competency: A literature review and comments. Western Academy of Management. California: Oakland.
- Maltby, J., Day, L. ve Barber, L. (2005). Bağışlama Ve Mutluluk. Hedonik Ve Eudaimonik Mutluluk Arasındaki Ayrımı Kullanarak Affetmenin Farklı Bağlamları. *Mutluluk Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 1-13.
- Maltby, J., Macaskill, A., ve Day, L. (2001). Failure to Forgive Self and Others: A Replication Between Forgiveness, Personality, Social Desirability and General Health. *Personality and Individual Differences*, 30, 881-885.
- Marsay, G., Atitsogbe, K. A., Ouedraogo, A., Nsubuga, H., Pari, P., Kossi, E. Y., Park, C. M., & Solberg, V. S. H. (2021). The importance of social emotional learning skills in assisting youth to successfully transition into the professional world. *African Journal of Career Development*, 3(1).
- Marshall, J. L. (2014). The politics of apology and forgiveness. *Pastoral Psychology*, 63, 489-501.
- Mastrocola, K. (2023, January 26). Expert Advice: How Can I Stop Beating Myself Up? Women's World. <https://www.womansworld.com/posts/mental-health/expertadvice-how-do-i-stop-beating-myself-up>.
- McArdle, S. (2010). Exploring domain-specific perfectionism. *Journal of Personality*, 78(2), 493-508.
- McCabe-Bennett, H., Cassin, S. E., & Antony, M. M. (2014). Naturalistic observation of perfectionistic behaviours. *Unpublished Master's thesis, Ryerson University, Toronto, Ontario, Canada*.

- McConnell, J. M. (2018). Eternal sunshine of the spotless mind? Mortality salience, death-thought accessibility, and self-forgiveness. *Basic and Applied Social Psychology*, 40(6), 341–373.
- McCullough, M.E., ve Witvliet, C.V. (2002). The Psychology of Forgiveness. In C.R. Snyder ve S.L. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* (pp. 446-458). New York: Oxford University Press.
- McCullough, M. E. ve Worthington Jr, E. L. (1999). Religion and the Forgiving Personality. *Journal of Personality*, 67(6), 1141-1164.
- McCullough, M. E., Bellah, C., Kilpatrick, S., & Johnson, J. L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(5), 601–610.
- McCullough, M. E., Worthington Jr, E. L., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 73(2), 321.
- McCullough, M.E. (2000). Forgiveness as Human Strength: Theory, Measurement, and Links To Well-Being. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19 (1), 43-55.
- McCullough, M.E., Bellah, C.G., Kilpatrick, S.D., & Johnson, J.L. (2001). Vengefulness: Relationships with forgiveness, rumination, well-being, and the big five. *Personality and Social Psychology*, 27(5), 601-610.
- McCullough, M.E., Pargament, K.I., ve Thoresen, C.E. (2000). The Psychology of Forgiveness. In M. E. McCullough, K.I. Pargament ve C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.1- 14). New York: *Guilford pres.*
- McCullough, M.E., Racha , K.C., Sandage, S.J., Worthington, E.L., Brown, S.W., ve Hight, T.L. (1998). Interpersonal Forgiving in Close Relationships: II. Theoretical Elaboration and Measurment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 1586-1603.
- McNulty, J. K. (2010). Forgiveness Increases The Likelihood Of Subsequent Partner Transgression In Marriage. *Journal of Family Psychology*, 24(6), 787-790.
- Mebane, D. L., & Ridley, C. R. (1988). The role-sending of perfectionism: Overcoming counterfeit spirituality. *Journal of Psychology and Theology*, 16(4), 332–339.
- Messay, B., Dixon, L. J. ve Rye, M. S. (2012). The Relationship Between Quest Religious Orientation, Forgiveness, and Mental Health. *Mental Health, Religion & Culture*, 15(3), 315–333.
- Methikalam, B., Wang, K. T., Slaney, R. B., & Yeung, J. G. (2015). Asian values, personal and family perfectionism, and mental health among Asian Indians in

- the United States. *Asian American Journal of Psychology*, 6(3), 223–232
- Miller, A. J., Worthington, E. L., ve Mcdaniel, M. A. (2008). Gender and Forgiveness: A Meta-Analytic Review and Research Agenda. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 27(8), 843-876
- Mistler, B. A. (2010). *Forgiveness, perfectionism, and the role of self-compassion*. University of Florida.
- Molnar, D. S., Reker, D. L., Culp, N. A., Sadava, S. W., & DeCourville, N. H. (2006). A mediated model of perfectionism, affect, and physical health. *Journal of Research in Personality*, 40, 482-500.
- Molnar, D. S., Sirois, F. M., Flett, G. L., Janssen, W. F., & Hewitt, P. L. (2018). Perfectionism and health: The roles of health behaviors and stress-related processes. In J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 200–221). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Moretz, M. W., & McKay, D. (2009). The role of perfectionism in obsessive-compulsive symptoms: “Not just right” experiences and checking compulsions. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 640-644.
- Moretz, M. W., & McKay, D. (2009). The role of perfectionism in obsessive-compulsive symptoms: “Not just right” experiences and checking compulsions. *Journal of Anxiety Disorders*, 23, 640-644.
- Mullet, E., Barros, J., Frongia, L., Usaï, V., Neto, F., & Shafighi, S. R. (2003). Religious involvement and the forgiving personality. *Journal of Personality*, 71(1), 1-19.
- Mullet, E., Girard, M., ve Bakhshi, P. (2004). Conceptualizations of Forgiveness. *European Psychologist*, 9 (2), 78-86.
- Mullet, E., Riviere, S. & Munoz Sastre, M.T. (2007). Cognitive processes involved in blame and blame-like judgments and in forgiveness and forgiveness-like judgments. *The American Journal of Psychology*, 120(1), 25-46.
- Murphy, J. G. (1982). Forgiveness and resentment. *Midwest Studies in Philosophy*, 7, 503- 516.
- Murphy, J. G. (2003). *Getting even: Forgiveness and its limits*. New York: Oxford University Press.
- Murphy, J. G., & Hampton, J. (1988). *Forgiveness and mercy*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Muyan, M., & Chang, E. C. (2015). Perfectionism as a predictor of suicidal risk in Turkish college students: Does loneliness contribute to further risk? *Cognitive Therapy and Research*, 39, 776-784.

- Naismith, I., Zarate Guerrero, S., & Feigenbaum, J. (2019). Abuse, invalidation, and lack of early warmth show distinct relationships with self-criticism, self-compassion, and fear of self-compassion in personality disorder. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 26(3), 350–361.
- Namvar, H., & Sandiyani, N. J. (2023). Prediction of Morbid Perfectionism (Maximization) Based on Forgiveness, Appreciation and Dependency in Married People.
- Nealis, L. J., Sherry, S. B., Sherry, D. L., Stewart, S. H., & Macneil, M. A. (2015). Toward a better understanding of narcissistic perfectionism: Evidence of factorial validity, incremental validity, and mediating mechanisms. *Journal of Research in Personality*, 57, 11-25
- Neto, F. & Mullet, E. (2004). Personality, self-esteem, and self construal as correlates of forgivingness. *European Journal of Personality*, 18(1), 15-30.
- New International Version.[NIV]. (2018). Bible Hub. <https://biblehub.com>. (Original work published 1978).
- Ohbuchi, K., Kameda, M., ve Agarie, N. (1989). Apology as Aggression Control: Its Role in Mediating Appraisal of and Response to Harm. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56 (2), 219-227.
- Oostenbroek, J., & Vaish, A. (2019). The emergence of forgiveness in young children. *Child Development*, 90(6), 1969-1986
- Orathinkal, J., Vansteenwegen, A., Burggraeve, R., (2008). Are Demographics Important For Forgiveness? The Family Journal: *Counselling and Theraphy for Couples and Families*, 16 (1), 20-27.
- Orcutt, H. K., Pickett, S. M., & Pope, E. B. (2008). The relationship of offense-specific forgiveness to posttraumatic stress disorder symptoms in college students. *Journal of Aggression, Maltreatment, and Trauma*, 16(1), 72–91.
- Ortega, N. E., Wang, K. T., Slaney, R. B., Hayes, J. A., & Morales, A. (2014). Personal and familial aspects of perfectionism in Latino/a students. *The Counseling Psychologist*, 42(3), 406–427.
- Orth, U., Berking, M., Walker, N., Meier, L.L., & Znoj, H. (2008). Forgiveness and psychological adjustment following interpersonal transgressions: A longitudinal analysis. *Journal of Research in Personality*, 42, 365-385.
- Öğülmüş, S. (2006). Okullarda şiddet ve alınabilecek önlemler. *Eğitime Bakış*, 2 (7), 16- 24.
- Öksüz, Y., & Öztürk, M. B. (2017). Sınıf Öğretmeni Adaylarının Bağışlama İstekliliğinin Çeşitli Değişkenler Açısından Değerlendirilmesi: *OMÜ Örneği. TÜBAV Bilim Dergisi*, 10(1), 114-125.

- Özgür, H., & Eldeleklioğlu, J. (2017). REACH affetme modelinin Türk kültürü üzerinde etkililiğinin incelenmesi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 98-112.
- Pacht, A. (1984). Reflections on perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386.
- Pargament, K. I., & Rye, M. S. (1998). Forgiveness as a method of religious coping.
- In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness* (pp. 59-78). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Paulhus, D. L. & Williams, K. M. (2002). The dark triad of personality: Narcissism, Machiavellianism, and psychopathy. *Journal of Research in Personality*, 36, 556-563.
- Peetz, J., Davydenko, M., & Wohl, M. J. A. (2021). The cost of self-forgiveness: Incremental theorists spent more money after forgiving the self for past overspending. *Personality and Individual Differences*, 179.
- Pierro, A., Pica, G., Giannini, A. M., Higgins, E. T., & Kruglanski, A. W. (2018). Letting myself go forward past wrongs: How regulatory modes affect self-forgiveness. *PloS One*, 13(3). doi:10.1371/journal.pone.0193357.
- Porterfield, K. A., & Lindhout, A. (2014). Healing in forgiveness: A discussion with Amanda Lindhout and Katherine Porterfield, Ph. D. *European Journal of Psychotraumatology*, 5, 1–8.
- Powell, W., Banks, K. H., & Mattis, J. S. (2017). Buried hatchets, marked locations: Forgiveness, everyday racial discrimination, and African American men's depressive symptomatology. *American Journal of Orthopsychiatry*, 87(6), 646.
- Pronk, T. M., Karremans, J. C., Overbeek, G., Vermulst, A. A., & Wigboldus, D. H. (2010). What it takes to forgive: When and why executive functioning facilitates forgiveness. *Journal of personality and social psychology*, 98(1), 119.
- Rasmussen, K. R., Stackhouse, M., Boon, S. D., Comstock, K., & Ross, R. (2019). Metaanalytic connections between forgiveness and health: The moderating effects of forgiveness-related distinctions. *Psychology & Health*, 34(5), 515–534.
- Raj, P., Paul, A., Elizabeth, C. S., & Padmakumari, P. (2016). Mental health through forgiveness: Exploring the roots and benefit. *Cognet Psychology*, 3
- Raudasoja, M., Sorkkila, M., & Aunola, K. (2023). Self-esteem, socially prescribed perfectionism, and parental burnout. *Journal of Child and Family Studies*, 32(4), 1113-1120.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment.

- Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238–250.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238–250.
- Rice, K., Ashby, J., & Slaney, R. (2007). Perfectionism and the five-factor model of personality. *Assessment*, 14(4), 385–398.
- Richardson, C. M., Rice, K. G., & Devine, D. P. (2014). Perfectionism, emotion regulation, and the cortisol stress response. *Journal of Counselling Psychology*, 61(1), 110-118.
- Ripley, J. S., & Worthington Jr, E. L. (2002). Hope- focused and forgiveness- based group interventions to promote marital enrichment. *Journal of Counseling & Development*, 80(4), 452-463.
- Roloff, M. E., Soule, K.P., & Carey, C. M., 2001. Reasons for remaining in a relationship and responses to relational transgressions. *Journal of Social and Personal Relationships*. 18, pp. 362-385.
- Rudolph, S., Flett, G., & Hewitt, P. (2007). Perfectionism and deficits in cognitive emotion regulation. *Journal of Rational Emotive and Cognitive Behavior Therapy*, 25(4), 343- 357.
- Rye, M. S. ve Pargament, K. I. (2002). Forgiveness and Romantic Relationships in College: Can it Heal The Wounded Heart?.*Journal of Clinical Psychology*, 58, 419–441.
- Rye, M. S., Loiacono, D. M., Folck, C. D., Olszewski, B. T., Heim, T. A., & Madia, B. P. (2001). Evaluation of the psychometric properties of two forgiveness scales. *Current Psychology: Developmental, Learning, Personality, Social*, 20, 260-277.
- Rye, M. S., Pargament, K. I., Amir Ali, M., Beck, G. L., Dorff, E. N., Hallisey, C., . .
- Williams, J. G. (2000). Religious perspectives on forgiveness. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice*. New York, NY: The Guilford Press.
- Safarzadeh, S., Esfahaniasl, M., & Bayat, M. R. (2011). The relationship between forgiveness, perfectionism and intimacy and marital satisfaction in Ahwaz Islamic Azad University Married Students. *Middle-East Journal of Scientific Research*, 9(6), 778-784.
- Sagar, S. S., & Stoeber, J. (2009). Perfectionism, fear of failure, and affective responses to success and failure: The central role of fear of experiencing shame and embarrassment. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(5), 602–627.

- Saltzman, KM ve Holahan, CJ (2002). Sosyal destek, öz yeterlilik ve depresif belirtiler: Bütünleştirici bir model. *Sosyal ve Klinik Psikoloji Dergisi*, 21, 309-322
- Sandage, S. J., & Williamson, I. (2015). Forgiveness in cultural context. In J. Everett L. Worthington (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 41-55). NY: Routledge.
- Sandage, S. J., Hill, P. C., & Vang, H. C. (2003). Toward a multicultural positive psychology: Indigenous forgiveness and Hmong culture. *The Counseling Psychologist*, 31(5), 564-592.
- Sandage, S. J., Hill, P. C., & Vang, H. C. (2003). Toward a Multicultural Positive Psychology: The Counseling Psychologist, 31(5), 564-592.
- Sari, S. V. (2011). *Lise son sınıf öğrencilerinin mesleğe karar verme özyeterliliklerinin yordanmasında umut, kontrol odağı ve çok boyutlu mükemmeliyetçiliğin rolü*, Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü
- Schultz, J. M., Altmaier, E., Ali, S., & Tallman, B. (2014). A study of posttraumatic spiritual transformation and forgiveness among victims of significant interpersonal offences. *Mental Health, Religion, and Culture*, 17(2), 122-135
- Scobie, E. D., & Scobie, G. E. W. (1998). Damaging events: The perceived need for forgiveness. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 28(4), 373-402.
- Scobie, E.D., ve Scobie, G.E.W. (1998). Damaging Events: The Perceived Need for Forgiveness. *Journal of the Theory of Social Behaviour*, 28, 373-401.
- Scull, N. C. (2015). Forgiveness, revenge, and adherence to Islam as moderators for psychological wellbeing and depression among survivors of the 1990 Iraqi invasion of Kuwait. *Journal of Muslim Mental Health*, 9(1).
- Seo, E. H. (2008). Self-efficacy as a mediator in the relationship between self-oriented perfectionism and academic procrastination. *Social Behavior and Personality*, 36(6), 753- 764.
- Sezgin, F., & Erdoğan, O. (2018). Humility and forgiveness as predictors of teacher self-efficacy. *Educational Research and Reviews*, 13(4).
- Shafran, R., & Mansell, W. (2001). Perfectionism and psychopathology: A review of research and treatment. *Clinical Psychology Review*, 21(6), 879-906.
- Shafran, R., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (2002). Clinical perfectionism: A cognitivebehavioural analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 773-791.
- Shafran, R., Egan, S.J., & Wade, T.D. (2010). *Overcoming perfectionism: a self-help guide using cognitive-behavioural techniques*. London, UK; Constable &

Robinson.

- Shafran, R., Wade, T. D., Egan, S. J., Kothari, R., Allcott-Watson, H., Carlbring, P., Rozental, A., & Andersson, G. (2017). Is the devil in the detail? A randomised controlled trial of guided internet-based CBT for perfectionism. *Behavior Research and Therapy*, 95, 99- 106.
- Shahidi, S., Zaal, B. ve Mazaheri, M.A. (2012). İranlı Evli Bireylerde Bağlanma Stili ve Akraba Evliliği İle İlgili Affetme. *Psikolojik Raporlar*, 110 (2), 489-500.
- Sherry, S. B., & Hall, P. A. (2009). The perfectionism model of binge eating: Tests of an integrative model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(3), 690.
- 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.
- Shikatani, B., Antony, M. M., Cassin, S. E. & Kuo, J. R. (2015). Examining the role of perfectionism and intolerance of uncertainty in postevent processing in social anxiety disorder. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 38(2), 297–306.
- Shryock, K., & Meeks, S. (2020). Sense of belonging, religious activity, and well-being in longterm care residents. *Innovation in Aging*, 4(Suppl. 1), 385.
- Sironic, A., & Reeve, R. A. (2015). A combined analysis of the Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), Child and Adolescent Perfectionism Scale (CAPS), and Almost Perfect Scale—Revised (APS-R): Different perfectionist profiles in adolescent high school students. *Psychological Assessment*, 27(4), 1471–1483.
- Sivri, F. Z. (2019). *Yetişkinlerde affedicilik, iyimserlik ve öznel zindelik arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi / Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Slade, P. D., Owens, R. G. (1998), “A Dual Process Models of Perfectionism Based On Reinforcement Theory”, *Behavior Modification*, 22, 372-390.
- Smith, H. F. (2002). A footnote on Forgiveness. *Psychoanalytic Quarterly*, 71:327-329.
- Sorotzkin, B. (1998). Understanding and treating perfectionism in religious adolescents. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 35(1), 87– 95.
- Steffen, P. R. (2014). Perfectionism and life aspirations in intrinsically and extrinsically religious individuals. *Journal of Religion and Health*, 53(4), 945–958.
- Stewart, M. A., & De George-Walker, L. (2014). Self-handicapping, perfectionism,

- locus of control and self-efficacy: A path model. *Personality and Individual Differences*, 66, 160-164.
- Stoeber (Ed.), *The Psychology of Perfectionism: Theory, Research, Applications* (pp. 200–221). London, UK: Routledge.
- Stoeber, J. (2011). Perfectionism, efficiency, and response bias in proof-reading performance: Extension and replication. *Personality and Individual Differences*, 50, 426-429.
- Stoeber, J. (2014). How other-oriented perfectionism differs from self-oriented and socially prescribed perfectionism. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 36(2), 329-338.
- Stoeber, J., & Damian, L. (2014). The Clinical Perfectionism Questionnaire: Further evidence for two factors capturing perfectionistic strivings and concerns. *Personality and Individual Differences*, 61, 38-42.
- Stoeber, J., & Eysenck, M. (2008). Perfectionism and efficiency: Accuracy, response bias, and invested time in proof-reading performance. *Journal of Research in Personality*, 42(6), 1673-1678.
- Stoeber, J., & Hadjivassiliou, A. (2020). Perfectionism and aggression following unintentional, ambiguous, and intentional provocation. *Current Psychology*.
- Stoeber, J., Hutchfield, J., & Wood, K. (2008). Perfectionism, self-efficacy, and aspiration level: Differential effects of perfectionistic striving and self-criticism after success and failure. *Personality and Individual Differences*, 45, 323-327.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295–319.
- Stoeber, J., Lalova, A. V., & Lumley, E. J. (2020). Perfectionism, self-compassion, and subjective well-being: A mediation model. *Personality and Individual Differences*, 154, 109708.
- Stoeber, J., Madigan, D. J., Damian, L. E., Esposito, R. M., & Lombardo, C. (2017). Perfectionism and eating disorder symptoms in female university students: The central role of perfectionistic self-presentation. *Eating and Weight Disorders*, 22(4), 641–648.
- Stoeber, J., Noland, A., Mawenu, T., Henderson, T., & Kent, D. (2017). Perfectionism, social disconnection, and interpersonal hostility: Not all perfectionists don't play nicely with others. *Personality and Individual Differences*, 119, 112-117.
- Stoeber, Joachim, & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being.

- Stornae, A. V., Rosenvinge, J. H., Sundgot-Borgen, J., Pettersen, G., & Friburg, O. (2019). Profiles of perfectionism among adolescents attending specialized elite and ordinary lower secondary schools: A Norwegian cross-sectional comparative study. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-12.
- Strabbing, J. T. (2020) Forgiveness and reconciliation. *Australasian Journal of Philosophy*, 98(3), 531-545.
- Strelan, P. (2007). Who forgive Others, Themselves and Situations? The Roles of Narcissism, Guilt, Self-esteem and Agreeableness. *Personality and Individual Differences* 42, 259-269.
- Strelan, P. (2020). The stress-and-coping model of forgiveness: Theory, research, and the potential of dyadic coping. In E. L. Worthington & N. G. Wade (Eds.), *Handbook of forgiveness* (2nd ed.) (pp. 63-73). Routledge.
- Strelan, P., McKee I., Calic, D., Cook, L., ve Shaw, L. (2013). For Whom Do We Forgive? A Functional Analysis Of Forgiveness. *Journal of the International Association for Relationship Research*, 20, 124-139.
- Stricker, J., Buecker, S., Schneider, M., & Preckel, F. (2019). Multidimensional perfectionism and the Big Five personality traits: A meta-analysis. *European Journal of Personality*, 33(1).
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C. R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., ve Sarinopoulos, I. (1995). Measuring İnterpersonal Forgiveness in Late Adolescence and Middle Adulthood. *Journal of Adolescence*, 18(6), 641-655.
- Subkoviak, M. J., Enright, R. D., Wu, C.-R., Gassin, E. A., Freedman, S., Olson, L. M., & Sarinopoulos, I. (1995). Measuring interpersonal forgiveness in late adolescence and middle adulthood. *Journal of Adolescence*, 18(6), 641-655. DOI: 10.1006/jado.1995.1045
- Suddarth, Barbara H., & Slaney, R. B. (2001). An Investigation of the Dimensions of Perfectionism in College Students. *Measurement & Evaluation in Counseling & Development* (American Counseling Association), 34(3), 157.
- Şahin, M. (2013). *Affedicilik ile Psikolojik İyi Olma Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya
- Şener, E., & Çetinkaya, F. F. (2015). Bir liderlik özelliği olarak affetme ve örgütsel düzeyde etkileri üzerine bir inceleme. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(4), 24-42.
- Tahir, A., Malik, A., Saddique, A., Sajjad, A., Majeed, M., Ashraf, M., ... & Zafar, J. (2024). Relationship Between Perfectionism And Self-Forgiveness:

Mediating Role Of Self-Compassion Among Health Care Professionals. *Kurdish Studies*, 12(4), 1206-1216.

Taşcıoğlu, G., Çakıcı, E., & Cirhinlioğlu, F. G. (2021). Somatization level among psychosomatic dermatology patients: Relationship with dyadic adjustment, gratitude, forgiveness, and perfectionism. *Alpha Psychiatry*, 22(3), 165.

Taysi, E. (2000). Benlik Saygısı, Arkadaşlardan ve Aileden Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileriyle Yapılan Bir Çalışma. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Taysi, E. (2007). *İkili İlişkilerde Bağışlama: İlişki Kalitesi ve Yüklemelerin Rolü*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Tchanturia, K., Larsson, E., & Adamson, J. (2016). Brief group intervention targeting perfectionism in adults with anorexia nervosa: Empirically informed protocol. *European Eating Disorders Review*, 24(6), 489-493.

Thompson, L.Y., Snyder, C.R., Hoffman, L., Micheal, S.T., Rasmussen, H.N., Billings, L.S., et al. (2005). Dispositional Forgiveness of Self, Others, and Situations. *Journal of Personality*, 73(2), 313-359.

Topbaşoğlu, T. (2016). *Yaşam Doyumunun Yordayıcısı Olarak Öfke Ve Affetme: Affetmenin Düzenleyici Rolü*. Yüksek Lisans Tezi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Toussaint, L. L., & Williams, D. R. (2008). National survey results for protestant, catholic, and nonreligious experiences of seeking forgiveness and of forgiveness of self, of others, and by God. *Journal of Psychology and Christianity*, 27(2), 120-130.

Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A., & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a US probability sample. *Journal of Adult Development*, 8(4), 249-257.

Toussaint, L. L., Worthington, E. L., & Williams, D. R. (2015). Concluding thoughts: Summary and integration, models, and research agendas. *Forgiveness and health: Scientific evidence and theories relating forgiveness to better health*, 289-301.

Toussaint, L., & Webb, J. R. (2005). Gender differences in the relationship between empathy and forgiveness. *The Journal of Social Psychology*, 145(6), 673-685.

Toussaint, L., Gall, A. J., Cheadle, A., & Williams, D. R. (2020). Editor choice: Let it rest: Sleep and health as positive correlates of forgiveness of others and self-forgiveness. *Psychology & Health*, 35(3), 302-317.

Toussaint, L., Worthington Jr, E. L., Cheadle, A., Marigoudar, S., Kamble, S., & Büssing, A. (2020). Efficacy of the REACH forgiveness intervention in

- Indian college students. *Frontiers in Psychology*, 11, 671.
- Tripathi, A., & Mullet, E. (2010). Conceptualizations of forgiveness and forgivingness among Hindus. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 20, 255-266.
- Tsang, J., McCullough, M.E., ve Fincham, F.D. (2006). The Longitudinal Association Between Forgiveness and Relationship Closeness and Commitment. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25 (4), 448- 472.
- Upenieks, L. (2021). Through him and with him? A longitudinal study of how god-mediated control beliefs shape the relationship between divine forgiveness and physical health in later life. *Journal of Aging and Health*, 33(7-8), 504-517.
- Uysal, V. (2015). Genç Yetişkinlerde Affetme Eğilimleri ve Dinî Yönelim/Dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 48(48), 35-56. doi: 10.15370/muifd.27953.
- Uysal, V. (2015). Genç yetişkinlerde affetme eğilimleri ve dinî yönelim/dindarlık. *Marmara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 48, 35-56. DOI: 10.15370/muifd.27953
- Valdez, C. E., & Lilly, M. M. (2019). Modes of processing trauma: Self-compassion buffers affective guilt. *Mindfulness*, 10(5), 824–832.
- Vall, E., & Wade, T. D. (2017). Predictors and moderators of outcomes and readmission for adolescent inpatients with anorexia nervosa: *A pilot study*. *Clinical Psychologist (Australian Psychological Society)*, 21(2), 143-152.
- Van der Walt, J., de Muynck, B., Broer, N., Wolhuter, C., & Potgieter, F. (2018). The need for and possibility of a Christian forgiveness education in schools. *Journal of Research on Christian Education*, 27(1), 101-118.
- Veale, D., Gournay, K., Dryden, W., Boocock, A., Shah, F., Willson, R., & Walburn, J. (1996). Body dysmorphic disorder: a cognitive behavioural model and pilot randomised controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 34(9), 717-729.
- Wade, N. G., Johnson, C. V. ve Meyer, J. E. (2008). Understanding Concerns About Interventions to Promote Forgiveness: A Review of The Literature. *Psychotherapy*, 45 (1), 88-102.
- Wang, K. T. (2010). The family almost perfect scale: development, psychometric properties, and comparing Asian and European Americans. *Asian American Journal of Psychology*, 1(3), 186.
- Wang, Y., Chung, M. C., & Fang, S. (2021). Post-traumatic distress and burnout among Chinese school teachers: The mediating role of forgiveness. *Frontiers*

in *Psychology*, 12, 642-926.

- Webb, J. R., & Toussaint, L. L. (2020). Forgiveness, well-being, and mental health. In E. L. Worthington & N. G. Wade (Eds.), *Handbook of forgiveness*, 2nd ed. (pp. 188–197). Routledge/Taylor & Francis Group.
- Webb, J. R., Hirsch, J. K., & Toussaint, L. (2011). Forgiveness and alcohol problems: A review of the literature and a call for intervention-based research. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 29(3), 245–273.
- Webb, J. R., Hirsch, J. K., & Toussaint, L. (2015). Forgiveness as a positive psychotherapy for addiction and suicide: Theory, research, and practice. *Spirituality in Clinical Practice*, 2(1), 48–60.
- Webb, J. R., Toussaint, L., & Conway-Williams, E. (2012). Forgiveness and health: Psychospiritual integration and the promotion of better healthcare. *Journal of Health Care Chaplaincy*, 18, 57–73.
- Webb, J. R., Toussaint, L., & Dula, C. S. (2014). Ritualistic, theistic, and existential spirituality: Initial psychometric qualities of the RiTE measure of spirituality. *Journal of Religion and Health*, 53(4), 972-985.
- Wei, H., & Ran, Y. J. (2017). Male versus female: How the gender of apologizers influences consumer forgiveness. *Journal of Business Ethics, Online first*.
- Welch, H. A., Agras, W. S., Lock, J., & Halmi, K. A. (2020). Perfectionism, anorexia nervosa, and family treatment: How perfectionism changes throughout treatment and predicts outcomes. *The International Journal of Eating Disorders*, 53(12), 2055-2060.
- Wenzel, M., Turner, J.K., & Okimoto, T.G. (2010). How acts of forgiveness restore a sense of justice: Addressing status/power and value concerns raised by transgressions. *European*, 40, 401-417.
- Witvliet, C. V. O., Phipps, K. A., Feldman, M. E., & Beckham, J. C. (2004). Posttraumatic Mental and Physical Health Correlates of Forgiveness and Religious Coping in Military Veterans. *Journal of Traumatic Stress*, 17(3), 269-273.
- Wohl, M. J., & Thompson, A. (2011). A dark side to self-forgiveness: Forgiving the self and its association with chronic unhealthy behaviour. *British Journal of Social Psychology*, 50(2), 354-364.
- Worthington Jr, E. L., & Cowden, R. G. (2017). The psychology of forgiveness and its importance in South Africa. *South African Journal of Psychology*, 47(3), 292-304.
- Worthington, E. (2021). Research. Everett Worthington Commonwealth Professor Emeritus Virginia Commonwealth University.

- Worthington, E. (Ed.). (2006). *Handbook of forgiveness* (1st ed.). Routledge.
- Worthington, E. L., & DiBlasio, F. (1990). Promoting mutual forgiveness within the fractured relationship. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 27(2), 219–223.
- Worthington, E. L., Witvliet, C., Pietrini, P., & Miller, A. J. (2007). Forgiveness, health, and well-being: A review of evidence for emotional versus decisional forgiveness, dispositional forgivingness, and reduced unforgiveness. *Journal of Behavioral Medicine*, 30(4), 291–302.
- Worthington, E.L. Jr. (2005a). More questions about forgiveness: Research agenda for 20052015. In E. L. Worthington Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 557-73). New York, NY: Routledge.
- Worthington, E.L.(1998). An empathy-humility-commitment model of forgiveness applied within family dyads. *Journal of Family Therapy*, 20, 59-76.
- Worthington, E.L., Sandage, S.J., & Berry, J.W. (2000). Group interventions to promote forgiveness: What researchers and clinicians ought to know. In M.E. McCullough, K.I. Pargament & C.E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, Research and Practice* (pp.228-254). New York: Guilford pres.
- Worthington, EL, Sandage, SJ ve Berry, JW (2000). Affetmeyi teşvik etmek için grup müdahaleleri: Araştırmacıların ve klinisyenlerin bilmesi gerekenler. ME McCullough, K.Pargament, & C.Thoreson (Eds.), *Affetme: Teori, araştırma ve uygulama* (s. 228–253). New York: Guilford.
- Worthington, Everett, WADE, Nathaniel G.; “ The Social Psychology of Unforgiveness and Forgiveness and Implications for Clinical Practice”, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18, 1999, s. 385–418.
- Wu, Q., Chi, P., Zeng, X., Lin, X., & Du, H. (2019). Roles of anger and rumination in the relationship between self-compassion and forgiveness. *Mindfulness*, 10(2), 272– 278.
- Wu, T.-F., & Wei, M. (2008). Perfectionism and negative mood: The mediating roles of validation from others versus self. *Journal of Counseling Psychology*, 55(2), 276–288
- Yao, D. J., & Chao, M. M. (2019). When forgiveness signals power: Effects of forgiveness expression and forgiver gender. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 45(2), 310– 324.
- Yao, S., Chen, J., Yu, X. ve Sang, J. (2017). Mediator roles of interpersonal forgiveness and self-forgiveness between self-esteem and subjective well-being. *Current Psychology*, 36(3), 585-592.
- Yoon, J., & Lau, A. S. (2008). Maladaptive perfectionism and depressive symptoms among Asian American college students: contributions of interdependence

and parental relations. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 14(2), 92.

Yucel, M., & Vaish, A. (2021). Eliciting forgiveness. *Wiley Interdisciplinary Reviews, Cognitive Science*. *Online Article*. <https://doi.org/10.1002/wcs.1572>

Zar, K. T. T., & Swe, T. (2020). Forgiveness, perfectionism and self-compassion of undergraduate students from sagaing university of education. *Journal of the Myanmar Academy of Arts and Science*, 18, 659-675.

Zhang, H., Hook, J. N., Farrell, J. E., Mosher, D. K., Captari, L. E., Coomes, S. P., Van Tongeren, D. R., & Davis, D. E. (2019). Exploring social belonging and meaning in religious groups. *Journal of Psychology and Theology*, 47(1), 3–19.



EKLER

Ek-1. Araştırma İzni



T.C.
TRABZON VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-82438636-605.99-64306869
Konu : Araştırma İzni (Meryem ÖZDEMİR)

25.11.2022

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi: Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Rektörlüğünün 10.11.2022 tarihli ve 7248 sayılı yazısı.

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Yönetimi Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisi Meryem ÖZDEMİR'in "**Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Açıklanmasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Rolü**" konulu tez çalışması kapsamında ilimiz genelinde anaokulu, ilkököl, ortaokul ve, liselerde görev yapan gönüllü okul yöneticileriyle uygulama yapma isteği Müdürlüğümüzce uygun görülmüş olup, olur ve ölçeklerin üniversite tarafından çıktı alınıp araştırmacıya verilmesi, ilçe millî eğitim müdürlüklerince ilgili okullara duyuru yapılması hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Hüseyin Burak FETTAHOĞLU
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:
1-Valilik Oluru (1 sayfa)
2-Mühürlü Örnekler (7 sayfa)

DAĞITIM:

Gereği:

- Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Rektörlüğüne
(Lisansüstü Eğitim Enstitüsü)

Bilgi :

- 18 İlçe Kaymakamlığına
(İlçe Millî Eğitim Müdürlükleri)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres : Trabzon İl Millî Eğitim Müdürlüğü Strateji Geliştirme Şubesi (Ar-Ge Birimi)
Telefon No : 0 (462) 223 55 52
E-Posta: argetrabzon@gmail.com
Kep Adresi : meb@ts01.kep.tr

Belge Doğrulama Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys>
Bilgi için: Fatma ER
Unvan : Öğretmen
Faks:4622302094

İnternet Adresi: <http://trabzonarge.meb.gov.tr>

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://evrakaorgu.meb.gov.tr> adresinden 66fe-faa7-38af-95a0-9519 kodu ile teyit edilebilir.

Ek-2. Ölçek İzinleri

ben 7 Ağu

alıcı:

↩ ...

İyi akşamlar hocam. Yüksek lisans tezim için Örgütsel affedicilik ölçeğinizi kullanmak istiyorum. Saygılarımla

Yasemin Karaman Kepenekci 7 Ağu

alıcı: ben

↩ ...

Merhaba Meryem Özdemir,
Yüksek lisans tezinizde Doc. Dr. Funda Nayır ile birlikte geliştirmiş olduğumuz Orgurltsel Affedicilik ölçeğini kullanabilirsiniz.
Kolaylıklar dilerim.

7 Ağu 2021 Cmt 20:57 tarihinde MERYEM ÖZDEMİR < > şunu yazdı:
İyi akşamlar hocam. Yüksek lisans tezim için Örgütsel affedicilik ölçeğinizi kullanmak istiyorum. Saygılarımla

ben 18 Ağu

alıcı:

↩ ...

İyi günler hocam. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Yönetimi Teftiş ve Planlaması bölümünde yüksek lisans yapıyorum. Tezimde kullanmak üzere Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik ölçeği için izin talep ediyorum.

Çağan MIZRAK 18 Ağu

alıcı: ben

↩ ...

Tabii ki. Kolay gelsin.

18 Ağu 2021 Çar 11:20 tarihinde MERYEM ÖZDEMİR < > şunu yazdı:
İyi günler hocam. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Yönetimi Teftiş ve Planlaması bölümünde yüksek lisans yapıyorum. Tezimde kullanmak üzere Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik ölçeği için izin talep ediyorum.

Ek-3. Örgütsel Affedicilik Ölçeği

ÖRGÜTSEL AFFEDİCİLİK ÖLÇEĞİ					
	Hiçbir Zaman	Nadiren	Biraz	Çoğu Zaman	Her Zaman
<i>Çalıştığınız kurumu göz önünde tutarak aşağıdaki ifadelere ne ölçüde katıldığınıza ilişkin değerlendirmenizi yaparken "Hiçbir Zaman"dan, "Her Zaman"a doğru ilerleyen cevap seçeneklerini kullanınız.</i>					
Okul ortamında meslektaşlarımla ilişkilerimde;					
1. Bana yapılan haksızlığı affettiğimde kendimi daha iyi hissederim.	1	2	3	4	5
2. Kendimi iyi hissetmek için bana yapılan haksızlığı affetmeyi tercih ederim.	1	2	3	4	5
3. Bana yapılan haksızlık tekrarlandığında bile affederim.	1	2	3	4	5
4. Bana haksızlık yapan kişiye karşı hoşgörülü davranırım.	1	2	3	4	5
5. Bana yapılan haksızlığı affetmenin erdemli bir davranış olduğunu düşünürüm.	1	2	3	4	5
6. Bana haksızlık yapıldığında bunu zamana bırakarak yatışmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
7. Affedici insanların güçlü bir kişiliğe sahip olduğuna inanırım.	1	2	3	4	5
8. Bana yapılan haksızlığı geçmişte bırakırım.	1	2	3	4	5
9. Eğer ilk kez oluyorsa bana yapılan haksızlığı affederim.	1	2	3	4	5
10. Bana haksızlık yapan kişiye ihtiyaç duyduğunda yardımcı olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
11. Bana yapılan haksızlığın nedenlerini anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
12. Bana haksızlık yapıldığında karşı tarafın niyetine bakarım.	1	2	3	4	5
13. Bana haksızlık yapıldığında bunu yapan kişiyi anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
14. Bana karşı yapılan haksızlığın karşı tarafın kişiliğinden kaynaklanıp kaynaklanmadığını anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
15. Bana yapılan haksızlığın, yaptığım bir yanlışa karşılık olup olmadığını anlamaya çalışırım.	1	2	3	4	5
16. İlişkilerimde herkese belli bir hata payı tanırım.	1	2	3	4	5
17. Bana haksızlık yapan kişiyi hayatımdan silerim.	1	2	3	4	5
18. Bana haksızlık yapan kişi özür bile dilese affetmem.	1	2	3	4	5
19. Bana haksızlık yapıldığında bu davranışın karşılığını benzer şekilde vermek isterim.	1	2	3	4	5
20. Bana haksızlık yapan kişiye küserim.	1	2	3	4	5
21. Bana yapılan haksızlığı unutmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5

Ek-4. Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

ÇOK BOYUTLU MÜKEMMELİYETÇİLİK ÖLÇEĞİ (ÇBMÖ-H)							
Aşağıda kişilik özellikleri ve davranışlara ilişkin bir dizi ifade bulunmaktadır. Her ifadeyi okuduktan sonra o görüşe ne kadar katıldığınızı belirtin. Kesinlikle katılıyorsanız 7 rakamını, kesinlikle katılmıyorsanız 1 rakamını işaretleyiniz. Bu iki görüş arasındaki görüşlerinizi rakamlardan sizce en uygun olanını yuvarlak içine alarak ifade edebilirsiniz. Eğer bir ifade ile ilgili fikriniz yoksa ya da kararsızsanız 4 rakamını işaretleyiniz.							
Maddeler	Hiç Katılmıyorum	Çoğunlukla Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Tümüyle Katılıyorum
	1	2	3	4	5	6	7
1. Bir iş üzerinde çalıştığımda, iş kusursuz olana kadar rahatlayamam.	1	2	3	4	5	6	7
2. Başkalarını kolay pes ettikleri için eleştirmem.	1	2	3	4	5	6	7
3. Yakınlarımla başarılı olmaları gerekmez.	1	2	3	4	5	6	7
4. Arkadaşlarımla en iyisinden aşağısına razı oldukları için pek eleştirmem.	1	2	3	4	5	6	7
5. Başkalarının benden beklentilerini karşılamakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Amaçlarımdan bir tanesi yaptığım her şeyde mükemmel olmaktır.	1	2	3	4	5	6	7
7. Başkaları yaptıkları her şeyin en iyisini yapmalıydılar.	1	2	3	4	5	6	7
8. İşlerimde asla mükemmelliği hedeflemem.	1	2	3	4	5	6	7
9. Çevremdekiler benim de hata yapabileceğimi kolayca kabul ederler.	1	2	3	4	5	6	7
10. Bir yakınımın yapabileceğinin en iyisini yapmamış olması benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5	6	7
11. Bir işi ne kadar iyi yaparsam çevremdekiler daha da iyisini yapmamı beklerler.	1	2	3	4	5	6	7
12. Mükemmel olma ihtiyacını çok az hissederim.	1	2	3	4	5	6	7
13. Yaptığım bir şey kusursuz değilse, çevremdekiler tarafından yetersiz bulunur.	1	2	3	4	5	6	7
14. Olabildiğim kadar mükemmel olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
15. Giriştiğim her işte mükemmel olmam çok önemlidir.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-4 (Devam). Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Maddeler	Hiç Katılmıyor	Çoğunlukla Katılmıyor	Biraz Katılmıyor	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Tümüyle Katılıyorum
	1	2	3	4	5	6	7
17. Yaptığım her şeyde en iyi olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7
19. Çevremdeki insanlar için çok yüksek standartlarım yoktur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Kendim için mükemmelden daha azını kabul edemem.	1	2	3	4	5	6	7
21. Başkalarının benden hoşlanması için her konuda üstün başarı göstermem gerekmez.	1	2	3	4	5	6	7
22. Kendilerini geliştirmek için uğraşmayan kişilere değer vermem.	1	2	3	4	5	6	7
23. Yaptığım işte hata bulmak, beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5	6	7
24. Arkadaşılarımdan çok şey beklemem.	1	2	3	4	5	6	7
25. Benim için başarı başkalarını memnun etmek için daha çok çalışmak anlamına gelir.	1	2	3	4	5	6	7
26. Birisinden bir iş yapmasını istersem, o işi mükemmel yapmasını beklerim.	1	2	3	4	5	6	7
27. Yakınlarımla hata yapmasına tahammül edemem.	1	2	3	4	5	6	7
28. Hedeflerimi belirlemede mükemmeliyetçiyimdir.	1	2	3	4	5	6	7
29. Değer verdiğim kişiler beni hiçbir zaman hayal kırıklığına uğratmamalıdır.	1	2	3	4	5	6	7
30. Başarısız olduğum zamanlar bile başkaları yetersiz olduğumu düşünmezler.	1	2	3	4	5	6	7
31. Başkalarının benden çok şey beklediğini düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
32. Her zaman yapabileceğimin en iyisini yapmaya çalışmalıyım.	1	2	3	4	5	6	7
33. Bana göstermeseler bile, hata yaptığım zaman diğer insanlar bana çok bozulurlar.	1	2	3	4	5	6	7
34. Yaptığım her şeyde mükemmel olmak zorunda değilim.	1	2	3	4	5	6	7
35. Ailem benden mükemmel olmamı bekler.	1	2	3	4	5	6	7
36. Kendime yüksek hedefler koymam.	1	2	3	4	5	6	7
37. Annem ve babam hayatımın her alanında en başarılı olmamı pek beklemezler.	1	2	3	4	5	6	7
38. Sıradan insanlara değer veririm.	1	2	3	4	5	6	7
39. İnsanlar benden mükemmelden aşağısını kabul etmezler.	1	2	3	4	5	6	7

Ek-4 (Devam). Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

Maddeler	Hiç Katılmıyorum	Çoğunlukla Katılmıyorum	Biraz Katılmıyorum	Kararsızım	Biraz Katılıyorum	Çoğunlukla Katılıyorum	Tümüyle Katılıyorum
	1	2	3	4	5	6	7
41. İnsanlar benden verebileceğimden fazlasını beklerler.	1	2	3	4	5	6	7
42. Okulda veya işte her zaman başarılı olmalıyım.	1	2	3	4	5	6	7
43. Bir arkadaşımın elinden gelenin en iyisini yapmamaya çalışmaması benim için önemli değildir.	1	2	3	4	5	6	7
44. Hata yapsam bile, etrafımdaki insanlar yetersiz ve beceriksiz olduğumu düşünmezler.	1	2	3	4	5	6	7
45. Çevremdekilerin yaptığı her şeyde üstün başarı göstermelerini pek beklemem.	1	2	3	4	5	6	7

ETİK KURUL KARARI



T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU

DEĞERLENDİRME RAPORU

Toplantı Tarihi : 21/10/2022
Toplantı K. Sayısı : 2022/216

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü Yüksek Lisans Öğrencisi Meryem ÖZDEMİR'in "Okul Yöneticilerinin Örgütsel Affedicilik Algılarının Açıklanmasında Çok Boyutlu Mükemmeliyetçiliğin Rolü" isimli projesi kapsamında yürütülecek çalışmalar için izin talebi kurulumuzca değerlendirilmiş olup;

- ☒ Etik açıdan uygun bulunmuştur.
- ☐ Etik açıdan uygun bulunmamıştır.
- ☐ Etik açıdan önerilen değişikliklerin yapılmasıyla uygun bulunmuştur.



Prof. Dr. Nebi GÜMÜŞ
Başkan