



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Sosyal Psikoloji Bilim Dalı

**BENLİĞE YÖNELİK TEHDİDİN BENLİĞİ YÜCELTME VE
KORUMA İLE İLİŞKİSİ: KENDİNİ BELİRLEME KURAMI
AÇISINDAN BİR İNCELEME**

Asiye YILDIRIM

Doktora Tezi

ANKARA, 2015

BENLİĞE YÖNELİK TEHDİDİN BENLİĞİ YÜCELTME VE KORUMA İLE
İLİŞKİSİ: KENDİNİ BELİRLEME KURAMI AÇISINDAN BİR İNCELEME

Asiye YILDIRIM

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Psikoloji Anabilim Dalı
Sosyal Psikoloji Bilim Dalı

Doktora Tezi

Ankara, 2015

KABUL VE ONAY

Asiye Yıldırım tarafından hazırlanan "Benliğe Yönelik Tehdidin Benliği Yüceltme ve Koruma ile İlişkisi: Kendini Belirleme Kuramı Açısından Bir İnceleme" başlıklı bu çalışma, 24.06.2015 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Orhan Aydın (Başkan)



Prof. Dr. Deniz Şahin (Danışman)



Prof. Dr. Nebi Sümer



Prof. Dr. Melike Sayıl



Doç. Dr. Ahmet Uysal

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Yusuf Çelik
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin/raporumun kâğıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin/Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim/Raporum sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin/Raporumun 3 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin/raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

24.06.2015



Asiye YILDIRIM

Sevgili anneme ve babama...

TEŞEKKÜR

Doktora eğitimime devam ettiğim altı yıllık süre boyunca, hem akademik hem de özel yaşamımda bana katkıları veya paylaştığımız deneyimler için pek çok kişiye minnettarlık hissetmekteyim. Öncelikle, yüksek lisans eğitimimden itibaren beni her zaman destekleyen, bana inanan ve sabırla yol gösteren değerli tez danışmanım Prof. Dr. Deniz Şahin'e özel olarak teşekkür ederim. Yine, lisansüstü eğitimime başladığım ilk günden itibaren, öğrencisi olduğum için kendimi şanslı saydığım değerli hocam Prof. Dr. Orhan Aydın'a benim için harcadığı emeği, benden esirgemediği desteği ve ilgisi ile bu tez çalışmasına sağladığı önemli katkılar için çok teşekkür ederim. Tez çalışmamı yürüttüğüm süre boyunca, verdiği geribildirimler ile hem bu çalışmanın şekillenmesine büyük katkı sağlayan hem de beni motive eden, tanışmaktan büyük mutluluk duyduğum değerli hocam Prof. Dr. Nebi Sümer'e desteği ve ilgisi için çok teşekkür ederim. Ayrıca, bu çalışmayı değerlendirmeyi kabul eden Prof. Dr. Melike Sayıl ve Doç Dr. Ahmet Uysal hocalarıma değerli yorumları ve önerileriyle katkı sağladıkları için teşekkür borçluyum.

Doktora sürecini akademik olarak zenginleşen biçimde yaşamamı sağlayan ve özel yaşamımda derinlere kök salan bir dostluğu paylaştığım yol arkadaşlarım Gonca Çiffiliz Kınay ve Mine İlhan Öner'e ne kadar teşekkür etsem azdır. Onların dostlukları bu süreçteki en önemli kazançlarım arasında yer almaktadır. Ayrıca hem birlikte çalıştığımız zorlu zamanlardaki destekleri ve İstanbul'dan Ankara'ya gelemediğim zamanlarda gösterdikleri koşulsuz yardım çabaları için hem de özel yaşamımda iyi/kötü tüm zamanlarımda yanımda oldukları için değerli dostlarıma minnettarım.

Bu çalışmanın sonuçlanmasına kadar uzanan eğitim yaşamım boyunca, beni yapmak istediklerim konusunda yüreklendiren, gerekli desteği koşulsuz biçimde sağlayan ve bana her zaman inanan sevgili anneme, artık göremesem de varlığını yanımda hissettiğim babama, kardeşlerime ve eşime teşekkür

borçluyum. Ayrıca ailem olarak gördüğüm, birlikte büyüdüğüm Ezgi Besikci'ye ve Esra Aydınli'ya hem zamandan ve mekândan bağımsızlaşan dostluğumuz hem de özverili yaklaşımlarıyla her zaman benim yanımda oldukları için minnettarım. Ayrıca varlıkları benim için iş arkadaşlığının ötesinde önem taşıyan değerli arkadaşlarım Dilek Arlı Çil, Barış Özdemir, Meral Bozdemir, Kuntay Arcan ve Esra Köten'e destekleri için içtenlikle teşekkür ederim.

Lisansüstü eğitim konusunda beni yüreklendiren ve yaşama bakış açımı derinden etkileyen hocam Prof. Dr. Selim Hovardaoğlu'na sonsuz teşekkürler. Ayrıca, tez çalışmam ile ilgili her türlü soruma mutlaka yanıt veren ve desteklerini benden esirgemeyen Dr. Savaş Ceylan'a ve Dr. Yeliz Kındap Tepe'ye çok teşekkür ederim. Bu çalışmaya dâhil olmaya gönüllü olan tüm öğrencilerime de teşekkür borçluyum.

Doktora sürecime maddi katkıda bulunan TÜBİTAK BİDEB 2211 Yurtiçi Lisansüstü Burs Programı'na teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

YILDIRIM, Asiye. *“Benliğe Yönelik Tehdidin Benliği Yüceltme ve Koruma ile İlişkisi: Kendini Belirleme Kuramı Açısından Bir İnceleme”*, Doktora Tezi, Ankara, 2015.

Bu araştırmada, benliği yüceltme ve koruma, Kendini Belirleme Kuramı bağlamında tanımlanan temel psikolojik ihtiyaçlar açısından incelenmiştir. Araştırma bir korelasyonel ve bir deneysel olmak üzere iki çalışmadan oluşmaktadır. Birinci çalışmada, benliği yüceltme ve korumanın temel psikolojik ihtiyaçların doyumu (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) ve psikolojik uyuma işaret eden genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkileri incelenmiştir. İkinci çalışmada ise benliğe yönelik bir tehdidin benliği koruma stratejisi üzerindeki etkisi ve temel psikolojik ihtiyaçların bu etkiyi azaltıp azaltmadığı incelenmiştir.

Birinci çalışma kapsamında, üç ön çalışma yürütülmüş ve ihtiyaç doyumu ile benliği yüceltme ve koruma stratejileri ölçeklerinin Türk kültüründe geçerlik ve güvenilirliği değerlendirilmiştir. Asıl çalışmada ise yaşları 18 ile 26 arasında değişen 531 (365 kadın, 166 erkek) üniversite öğrencisinden veri toplanmıştır. Asıl çalışmanın bulguları, benliği yüceltme ve korumanın hem temel psikolojik ihtiyaçlar ile hem de psikolojik uyum göstergeleriyle farklı yönde ilişkilerinin olduğunu göstermiştir. Benliği yüceltme her bir temel ihtiyacın doyumu, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, özel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlükle olumlu yönde ilişkilidir. Diğer yandan, benliği koruma temel ihtiyaçların doyumu ve genel benlik değeri ile ters yönde ilişkili iken, koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile olumlu yönde ilişkilidir. Ayrıca, benliği korumanın koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkisi, benliği yüceltmenin bu değişkenlerle ilişkisine kıyasla, anlamlı biçimde çok daha güçlüdür.

İkinci çalışmada ise benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildiriminin benliği koruma stratejisi üzerindeki etkisi ve temel ihtiyaçların desteklenmesinin düzenleyici rolü incelenmiştir. Temel psikolojik ihtiyaçlar hem bilişsel hazırlama görevi hem de ihtiyaç doyumunun ölçümü yoluyla ele alınmıştır. Üç ön çalışma ile temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine yönelik bilişsel hazırlama görevi oluşturulmuştur. Asıl deneyin örnekleme yaşları 18 ile 23 arasında değişen 122 öğrenciden (82 kadın, 40 erkek) oluşmaktadır. Elde edilen bulgular başarısızlık geribildiriminin bellekte olumsuz bilginin ihmalini ortaya çıkardığını göstermiştir. Ancak, temel ihtiyaçların düzenleyici rolüne ilişkin denence desteklenmemiştir. Diğer taraftan, temel ihtiyaç doyumunun yüksek olduğu koşulda, başarı geribildirimi alan bireylerin merkezi olumlu özellikleri daha fazla hatırladıkları gözlenmiştir.

Genel olarak iki çalışmanın bulguları, Kendini Belirleme Kuramı'nın temel psikolojik ihtiyaçlar ile savunucu süreçler arasında öngördüğü ilişkiye pek destek sağlamamaktadır. Ancak bu ihtiyaçların benliği yüceltme açısından önemli olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca, özellikle benliği yüceltmenin psikolojik uyum açısından işlevsel olduğu görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: benliği yüceltme, benliği koruma, kendini belirleme kuramı, temel psikolojik ihtiyaçlar, psikolojik uyum, benlik değeri, belirsizliğe tahammülsüzlük, öznel iyi olma hali, benlik tehdidi, bellekte olumsuz bilginin ihmali

ABSTRACT

YILDIRIM, Asiyе. *“The Link between Self-Threat and the Strategies of Self-Enhancement and Self-Protection: An Investigation on the basis of Self-Determination Theory”*, Ankara, 2015.

In this research involving an experimental and a correlational study, self-enhancement and self-protection were examined with respect to basic psychological needs defined in Self-Determination Theory. In the correlational study, the associations of self-enhancement and self-protection with basic need satisfaction (autonomy, competence and relatedness) and psychological adjustment variables such as global self-esteem, contingent self-esteem, subjective well-being and intolerance of uncertainty were explored. In the experimental study, the effect of self-threat on mnemonic neglect as a self-protection strategy and the moderating role of basic psychological needs in this link were examined.

In the first study, three preliminary studies were conducted in order to assess the reliability and validity of the Turkish versions of both need satisfaction and self-enhancement/self-protection strategies scales. In the main study, data were collected from 531 undergraduate students (365 female, 166 male) between the ages of range 18 and 26.

Results from the main study revealed that self-enhancement and self-protection were differently related to basic need satisfaction and the indicators of psychological adjustment. Accordingly, self-enhancement was positively correlated with satisfaction of each psychological need, global self-esteem, contingent self-esteem, subjective well-being and intolerance of uncertainty. On the other hand, self-protection was negatively associated with need satisfaction and global self-esteem, but positively associated with contingent self-esteem and intolerance of uncertainty. Moreover, correlations between self-protection

and both of contingent self-esteem and intolerance of uncertainty were significantly stronger than correlations between self-enhancement and these variables.

In the second study, the effect of failure feedback as a self-threat on a self-protection strategy named as mnemonic neglect and moderating role of basic psychological needs in this relationship were examined. In order to manipulate each of these basic needs, a priming task was generated through three preliminary studies. The sample of the main experiment consisted of 122 students (82 female, 40 male) who ranged from 18 to 23 in age. Results from the main experiment indicated that failure feedback influenced mnemonic neglect which means poorer recall of central negative behaviors. On the other hand, the moderating role of basic needs (both primed and measured) was absent in terms of self-protection. Unexpectedly, it was found that basic need satisfaction moderated the effect of success feedback on selective recall of central positive behaviors. In other words, after success feedback rather than failure feedback more central positive behaviors were recalled only at the high in need satisfaction.

In general, the findings of two studies did not support the link between basic need satisfaction and self-protection as proposed by Self-Determination Theory. But these results indicated that basic psychological need satisfaction could be essential for self-enhancement. The results also revealed that self-enhancement could be functional for psychological adjustment.

Key Words: self-enhancement, self-protection, self-determination theory, basic psychological needs, psychological adjustment, self-esteem, intolerance of uncertainty, subjective well-being, self-threat, mnemonic neglect

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
ADAMA	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	x
TABLolar DİZİNİ	xiv
ŞEKİLLER DİZİNİ	xvi
EKLER DİZİNİ	xvii
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ	1
1.1. BENLİĞİ YÜCELTMENİN	4
1.1.1. Benliği Yüceltme Evrensel ve Uyumsal mıdır?	9
1.1.2. Benliği Yüceltme ile Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler	13
1.1.3. Benliği Yüceltmeye Yönelik Stratejiler	17
1.1.3.1. Bellekte Olumsuz Bilginin İhmali Stratejisi	21
1.1.4. Benliğe Yönelik Tehditler ile Benliği Yüceltme	24
1.2. BENLİĞE YÖNELİK BİR TEHDİT: BAŞARISIZLIK GERİBİLDİRİMİ	25
1.2.1. Başarısızlık Geribildirimini	30
1.3. KENDİNİ BELİRLEME KURAMI	32
1.3.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar	34
1.3.1.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler	39
1.3.1.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Benliği Yüceltmeye Yönelik Tepkiler	42
1.3.1.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Benlik Tehdidi İlişkisi	45
1.4. ARAŞTIRMANIN AMACI	48
BÖLÜM 2	56
BİRİNCİ ÇALIŞMA	56
2.1. YÖNTEM	57
2.1.1. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçlarına İlişkin Uyarılama Çalışmaları	57

2.1.1.1. Birinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması	57
2.1.1.1.1. Katılımcılar	57
2.1.1.1.2. Veri Toplama Araçları	58
2.1.1.1.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	58
2.1.1.1.2.2. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği	59
2.1.1.1.2.3. Demografik Bilgi Formu	59
2.1.1.1.3. İşlem	59
2.1.1.1.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular	60
2.1.1.2. İkinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin Gözden Geçirilmesi	68
2.1.1.2.1. Katılımcılar	68
2.1.1.2.2. Veri Toplama Araçları	69
2.1.1.2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)	69
2.1.1.2.2.2. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği	69
2.1.1.2.2.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği	69
2.1.1.2.2.4. Demografik Bilgi Formu	70
2.1.1.2.3. İşlem	70
2.1.1.2.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular	70
2.1.1.3. Üçüncü Ön Çalışma: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması	76
2.1.1.3.1. Katılımcılar	76
2.1.1.3.2. Veri Toplama Araçları	77
2.1.1.3.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği	77
2.1.1.3.2.2. Sosyal İstenirlik Ölçeği	78
2.1.1.3.2.3. Demografik Bilgi Formu	79
2.1.1.3.3. İşlem	79
2.1.1.3.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular	79
2.1.2. Birinci Asıl Çalışma: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Bazı Diğer Kişisel Özelliklerle İlişkilerini İnceleme	86
2.1.2.1. Katılımcılar	86
2.1.2.2. Veri Toplama Araçları	87
2.1.2.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği	87
2.1.2.2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)	88
2.1.2.2.3. Koşula Bağlı Benlik Değeri	90
2.1.2.2.4. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği	90
2.1.2.2.5. Öznel İyi Olma Hali Ölçeği	90
2.1.2.2.6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği	91
2.1.2.3. İşlem	91

2.2. BULGULAR	92
2.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma ile Diğer Değişkenler Arası Korelasyon	
Bulguları	92
2.3. TARTIŞMA	96
BÖLÜM 3	108
İKİNCİ ÇALIŞMA	108
3.1. YÖNTEM	109
3.1.1. Deneyde Kullanılan Görevlere İlişkin Ön Çalışmalar	109
3.1.1.1. Birinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Bilişsel Hazırlama	
Görevinin Denenmesi	109
3.1.1.1.1. Katılımcılar	109
3.1.1.1.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler	110
3.1.1.1.3. Veri Toplama Araçları	111
3.1.1.1.3.1. Kelime Tamamlama Testi	111
3.1.1.1.4. İşlem	111
3.1.1.1.5. Birinci Ön Çalışmanın Bulguları	112
3.1.1.2. İkinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlara Yönelik Çağrışım	
Kelimelerine İlişkin Niteliksel Araştırma	115
3.1.1.2.1. Katılımcılar	115
3.1.1.2.2. Veri Toplama Araçları	116
3.1.1.2.3. İkinci Ön Çalışmanın Bulguları	116
3.1.1.3. Üçüncü Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Yenilenen Bilişsel	
Hazırlama Görevinin Denenmesi	118
3.1.1.3.1. Katılımcılar	118
3.1.1.3.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler	119
3.1.1.3.3. Veri Toplama Araçları	119
3.1.1.3.3.1. Kelime Tamamlama Testi	119
3.1.1.3.4. İşlem	120
3.1.1.3.5. Üçüncü Ön Çalışmanın Bulguları	120
3.1.2. İkinci Asıl Çalışma: Başarısızlık Geribildiriminin Benliği Yüceltme Stratejisi	
Üzerindeki Etkisinde Temel Psikolojik İhtiyaçların Düzenleyici Rolü	123
3.1.2.1. Katılımcılar	123
3.1.2.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler	124
3.1.2.3. Veri Toplama Araçları	124
3.1.2.3.1. Bellekte Olumsuz Bilginin İhmalî Ölçümü	124
3.1.2.3.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği_Yeni Form	126
3.1.2.3.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği	127
3.1.2.4. İşlem	127

3.2. BULGULAR	130
3.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Bilişsel Hazırlama Görevinin Kontrolüne İlişkin Bulgular	131
3.2.2. Başarı/Başarısızlık Geribildirimi ile Temel Psikolojik İhtiyaçların Etkisine İlişkin Varyans Analizi Bulguları	133
3.2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçların Düzenleyici Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları	137
3.3. TARTIŞMA	140
3.3.1. Varyans Analizi Bulgularının Tartışılması	140
3.3.2. Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması	143
BÖLÜM 4	146
GENEL TARTIŞMA	146
4.1. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI	154
4.2. SONUÇ VE ÖNERİLER	155
KAYNAKÇA	158
EKLER	188
ÖZGEÇMİŞ	220

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği için temel bileşenler analizi ve paralel analiz sonucu elde edilen öz değerlerinin karşılaştırılması	64
Tablo 2: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin maddelerine ilişkin temel bileşenler analizi sonuçları	66
Tablo 3: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'ne ilişkin madde toplam korelasyonu, ortalama, standart sapma ve madde çıktığında Cronbach Alfa değerleri.....	67
Tablo 4: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form) için temel bileşenler analizi ve paralel analiz sonucu elde edilen öz değerlerinin karşılaştırılması.....	71
Tablo 5: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin (Yeni Form) maddelerine ilişkin temel bileşenler analizi sonuçları	73
Tablo 6: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin yeni formuna (26 maddelik) ilişkin madde toplam korelasyonu, ortalama ve standart sapma değerleri.....	74
Tablo 7: Alt boyutlar arasındaki ve alt boyutların benlik değeri ve sosyal istenirlik değişkenleriyle arasındaki korelasyon katsayıları.....	75
Tablo 8: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği için Temel Bileşenler Analizi ve Paralel Analiz Öz değerlerinin Karşılaştırılması	80
Tablo 9: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin alt boyutlarının birbiriyle ve sosyal istenirlik ile arasındaki korelasyon katsayıları.....	83
Tablo 10: Değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri.....	93
Tablo 11: Özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçları ile diğer değişkenler arası korelasyon katsayıları	94
Tablo 12: Temel psikolojik ihtiyaçların puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri	113
Tablo 13: Deneyde koşullara göre kelimelerin tamamlanma frekansları	115
Tablo 14: Temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkin frekansları en yüksek olan kelimeler	117
Tablo 15: Kelime tamamlama görevinde yapılan değişiklikler.....	119

Tablo 16: Temel psikolojik ihtiyaçların puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri	120
Tablo 17: Deneyde gruplara göre kelimelerin tamamlanma frekansları	122
Tablo 18: Bellekte olumsuz bilginin ihmalini lçme amaçlı davranış listesi	126
Tablo 19: Değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri.....	130
Tablo 20: Tamamlanan kelimelere ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri	131
Tablo 21: Deneyde gruplara göre kelimelerin tamamlanma frekansları	132
Tablo 22: Benlik tehdidi ve temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesi değişkenlerinin, merkezi olumsuz özellikler ile olumsuz özellikler üzerindeki etkileri	133

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının grafik gösterimi.....	62
Şekil 2: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form) doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının grafik gösterimi	89
Şekil 3: Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi	114
Şekil 4: Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi	121
Şekil 5: Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi	132
Şekil 6: Koşullara göre merkezi olumsuz özelliklerin ortalamalarının grafiksel gösterimi	134
Şekil 7: Düzenleyici değişken analizi kapsamında sınanması planlanan model	136
Şekil 8: Merkezi olumlu özelliklerin yordanmasında benlik tehdidi ile ihtiyaç doyumunun etkileşimi.....	139

EKLER DİZİNİ

EK 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin orijinal maddeleri ve maddelerin bulunduğu alt boyutlar	188
EK 2: Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği	189
EK 3: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)	190
EK 4: Sosyal İstenirlik Ölçeği.....	191
EK 5: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin orijinal maddeleri ve maddelerin bulunduğu alt boyutlar.....	192
EK 6: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin ön çalışma sonucunda elde edilen 4 faktörlü yapısı	195
EK 7: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nde herhangi bir faktörde yer almayan maddeler.....	197
EK 8: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği 'ne ilişkin iki faktörlü yapı.....	198
EK 9: Koşula Bağlı Benlik Değeri Ölçeği	200
EK 10: Öznel İyi Olma Hali Ölçeği	201
EK 11: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği.....	202
EK 12: Araştırma Amaçlı Çalışma için Aydınlatılmış Onam Formu	203
EK 13: Temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin orijinal formu	204
EK 14: Değişimleme kontrolünde kullanılan kelime tamamlama testinin orijinal formu.....	208
EK 15: Temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin uyarlanmış formu.....	209
EK 16: Birinci ön çalışmada Değişimleme kontrolü için kullanılan kelime tamamlama testi.....	213
EK 17: Asıl deneyde kullanılan kelime tamamlama testi.....	215
EK 18: Deneysel Çalışmada Kullanılan Aydınlatılmış Onam Formu	216
EK 19: Metinde geçen bazı Türkçe kavramların İngilizce karşılıkları.....	217
EK 20: Etik Kurul Onay Yazısı	218
EK 21: Orijinallik Raporu	219

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Benlik konusu sosyal psikoloji alanında çeşitli kuramsal görüşler çerçevesinde ele alınan ve görgül araştırmalarla incelenen bir konudur. Bu bağlamda, benliğin yapısı, işlevleri, benlik düzenleme ve benliği değerlendirme gibi yönleri üzerine açıklamalar getirilmeye çalışılmaktadır. Güdüsel bir yönü bulunan benliği değerlendirme hem felsefi hem de sosyal psikolojik açıklamalarda ele alınan bir konu olmuştur (Sedikides ve Strube, 1997). İnsanların benlik kavramlarına ilişkin öznel ve değer yüklü yargılarda bulunmaları benliği değerlendirme sürecinin bir ürünüdür (Sedikides ve Strube, 1995). Benliği değerlendirme araştırmalarında, bu süreçte yer alan güdüler, bu güdüleri tetikleyen koşullar, bu güdülerin yaygınlığı ve bütünsel biçimde ele alınıp alınamayacağı konuları üzerinde durulmuştur. Bu çalışmada ise benliği değerlendirme sürecinde yer alan benliği yüceltme ve koruma güdüleri doğrultusunda kullanılan stratejiler ile bu stratejilerin olası öncülleri ve bu öncüllerle ilişkisini düzenleyen olası etkenler üzerinde durulacaktır.

Benliği doğru şekilde tanımlayan, tutarlılık gösteren ve olumlu bir nitelik taşıyan inançlara sahip olmanın birey için ona yarar sağlayan ve uyumsal bir yönü bulunmaktadır (Baumeister, 1998). Ancak benliğe ilişkin bu inançlar güdüsel etkenlere bağlı biçimde gelişmektedir. İnsanlar benlikleri ile ilgili daha kesin, olumlu ve benliklerine yönelik hâlihazırda var olan inançlarını doğrulayan türde bilgi arayışındadırlar (Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998; Sedikides ve Gregg, 2003, 2008). Birey için olumlu bir benlik kavramına sahip olmak ve bu açıdan benliği değerlendirme süreci önemlidir. Sedikides ve Strube (1995, 1997), benliği değerlendirme süreci kapsamında, dört güdünün öneminden

bahsetmiş ve ilgili araştırmaları özetlemişlerdir. Bu dört güdü, benliği yüceltme, benliği doğrulama, benliğe değer biçme ve benliği geliştirme güdüleridir.

Bu güdülerden benliği yüceltme bireyin benlik kavramının olumluluğunu sağlama ve bu benlik kavramını olumsuz nitelikte bilgiden koruma güdüsünü yansıtmaktadır (Sedikides ve Strube, 1995, 1997). Benliği doğrulama ise benlikle bağlantılı olumlu veya olumsuz tanımlamalar ile benliğe ilişkin yeni gelen bilgiler arasındaki tutarlılığı devam ettirme güdüsüne karşılık gelmektedir. Bu tür bir tutarlılık bireye kontrol hissi ve sosyal çevreye yönelik tahmin gücü sağlamaktadır. Diğer yandan, benliğe değer biçme ise benlikle ilgili bilgilerin benliği, olumlu ya da olumsuz yönleriyle, doğru şekilde tanımlamaya yönelik güdüdür (Sedikides, 2007; Trope, 1986). Benliğe değer biçmenin benlikle ilgili daha tanımlayıcı bilgi sağlaması açısından bireyde belirsizliği azaltan bir yönü bulunmaktadır. Bu nedenle, birey açısından onu daha iyi tanımlayan görevler (diagnostic) ile daha doğru bilgi sağlayan geribildirimler istenmektedir.

Son olarak, benliği geliştirme güdüsü bireyin özelliklerini, becerilerini, yeteneklerini, sağlık durumunu ve iyi olma halini geliştirme yönünde güdülenmesine karşılık gelmektedir (Sedikides ve Hepper, 2009; Sedikides ve Strube, 1997). Bireyin olumlu deneyimlere, benliğin onaylanması veya algılanan kontrol gibi psikolojik kaynaklara sahip olması, onun benlik tehditlerine karşı daha dirençli olmasını ve böylece benliği geliştirme yönünde çaba göstermesini sağlamaktadır (Sedikides ve Hepper, 2009). Dahası, benliği yüceltme ya da koruma yönündeki amaçlara hâlihazırda ulaşılmış olması, bireyin deneyimlerini benliği geliştirme yönünde kullanmasına zemin hazırlamaktadır (Sedikides, 2009; Sedikides ve Hepper, 2009).

Sedikides'e (1993, 2007) göre bu güdülerden benliği yüceltme ve koruma bilişsel, duygusal ve davranışsal doğurguları açısından çok daha güçlü güdülerdir. Bu bağlamda, bazı araştırma bulguları bireyin kendisini daha iyi tanımlayan bilgiden ziyade, olumlu benlik görüşünü destekleyen görevleri tercih ettiğini göstermiştir (örn., Sedikides, 1993; Sedikides ve Green, 2000). Benzer

şekilde, benliği doğrulama yerine benliği yüceltme ve korumaya hizmet eden bilgilerin tercih edildiğine ilişkin bulgular da söz konusudur (Green ve Sedikides, 2004; Sedikides, 1993). Ancak diğer yandan, Kwang ve Swann (2010) meta-analiz çalışmaları sonucu elde ettikleri bulgular çerçevesinde, benliği yüceltme ile benliği doğrulama güdülerinin farklı koşullar altında (reddedilme riski gibi) daha öncelikli hale geldiğine vurgu yapmaktadırlar.

Bireyin benlikle ilgili bilgilere ulaşma, bu bilgileri yorumlama ve değerlendirme gibi bilişsel süreçlerinde bazı yanlılıklar gerçekleşmektedir (Kunda, 1990). Bu tür yanlılıkların temel nedeni, bireyin benlikle ilişkili bilgilerinin daha olumlu bir nitelik kazanmasını veya hâlihazırda var olan görüşlerinin devamını sağlamaktır. Birey, benlikle ilişkili bilgileri bilişsel düzeyde yanlı bir biçimde işleme donanımına sahiptir. Ancak bu yanlı bilgi işleme sürecinde güdülenmenin de önemli bir rolü bulunmaktadır. Taylor ve Brown (1988), bu yanlı bilgi işleme sürecini “olumlu yanılsamalar” şeklinde kavramsallaştırmış ve benliğe ilişkin gerçekçi olmayan olumlu görüşler, abartılı şekilde kişisel kontrol algılama ve gerçekçi olmayan iyimserlik türünde yanlılıklardan bahsetmişlerdir. Bu tür yanılsamalar, birey için bilişsel, duygusal ve sosyal düzeyde işlevseldir ve onun psikolojik iyi olma hali (well-being) açısından uyumsal niteliktedir.

Birey kendisine ilişkin olumlu inançlarını devam ettirmesine ve hatta bazen benlik imgesinin daha olumlu bir içerik kazanmasına yardımcı olan bazı stratejilere başvurur. Bazen nesnel gerçeklikle pek uyumlu olmayan biçimde, bireyin kendisi hakkındaki bilgiyi daha yanlı değerlendirmesi yoluyla bu süreç kendini göstermektedir. Bu yanlı değerlendirme süreci bireyin benliğine ilişkin olumlu değerlendirmelere ulaşma ve olumsuz değerlendirmelerden kaçınma yönündeki eğilimlerini yansıtmaktadır (Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998; Sedikides ve Gregg, 2003, 2008).

Bireyin benliği söz konusu olduğunda, yanlı şekilde davrandığı ve bu tür tepkilerin birey için uyumsuz nitelikte olduğu görüşleri doğrultusunda, benliği hakkında olumlu değerlendirmelere ulaşma güdüsü benliği yüceltme (self-

enhancement), olumsuz değerlendirmelerden kaçınma güdüsü ise benliği koruma (self-protection) şeklinde kavramsallaştırılmakta ve bu güdüler temelinde çeşitli stratejiler tanımlanmaktadır (Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998; Hepper, Gramzow ve Sedikides, 2010; Sedikides ve Gregg, 2003). Hedonik bir ardalanı bulunan benliği yüceltme ve benliği koruma güduları bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeyde geniş bir repertuvarda kendini göstermektedir (Alicke ve Sedikides, 2011). Bu iki güdünün benliği değerlendirme sürecinde, farklı koşullarda ve farklı stratejilerle işlemesiyle birlikte, benliği yüceltmenin benliği korumayı kapsadığına ilişkin bir vurgu da yapılmaktadır (örn., Baumesiter, 1998; Sedikides ve Strube, 1997). Bu nedenle, bu çalışmada zaman zaman benliği koruma kavramının kullanılmasıyla birlikte, genel başlık olarak benliği yüceltme kavramı kullanılacaktır.

1.1. BENLİĞİ YÜCELTME

Benliği yüceltme, bireyin benliğin çeşitli yönlerini yüceltme veya olumsuz benlik görüşlerine karşı kendisini savunma girişimlerine karşılık gelmektedir (Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998; Sedikides ve Strube, 1997). Benliğe yönelik tehditler söz konusu olduğunda, bu tehditlerle baş etme yönünde benliği yüceltme ve koruma stratejilerine başvurulmakta (Alicke ve Sedikides, 2009) ve bu tür girişimler benlik bütünlüğünün sağlanmasına yardımcı olmaktadır (Campbell ve Sedikides, 1999; Tesser, Crepez, Beach, Cornell ve Collins, 2000).

Benliğe ilişkin olumlu görüşlere sahip olma arayışı temelinde, bu görüşleri destekleme ve koruma yönündeki amaç ve girişimlerin düzenlenmesi ile bu amaçlara ulaşma çabası birey için uyumsal bir nitelik taşımaktadır (Carver ve Scheier, 2009; Taylor ve Brown, 1988). Ayrıca kullanılan bu stratejilerin özellikle benlik sisteminin bütünlüğüne hizmet etmesi açısından işlevsel bir yönü bulunmaktadır (Sedikides ve Luke, 2007). Benliği yüceltme, etkisi gözlenen bir olgu, devam eden bir süreç, bir kişilik özelliği ve davranışa yön veren bir güdü

olarak dört farklı biçimde kendini gösterebilir (Sedikides ve Gregg, 2008). Ancak bu dört farklı düzeyde ortak olan kısım benliği olumlu değerlendirme çabasıdır.

Baumeister'a (1998) göre ise, bireyin benliği değerlendirme (self-appraisal), tutarlılık arama ve benliği yüceltme olarak adlandırılan üç tür güdüsü bulunmaktadır. Dahası, bu güdüler doğrultusunda benlikle ilgili daha kesin, olumlu ve hâlihazırda var olan inançları doğrular nitelikte bilgi arayışı söz konusu olmaktadır. Bireyin benlik kavramına ilişkin olumlu görüşlere sahip olma yönündeki bu tür girişimleri kendini kandırma (self-deception) süreçleriyle gerçekleşmektedir. Bu tür süreçler bireyin benlik değerindeki azalmaya ne şekilde olursa olsun direnç göstermesine yardımcı olmaktadır (Baumeister, 1998). Bireyin benliği yüceltme güdüsü, diğer bir deyişle, benliği hakkında olumlu bilgilere ulaşma isteği en güçlü olanıdır (Sedikides, 1993, 2007). Bu açıdan, benliği yüceltme amaçlı kullanılan stratejilerin çeşitliliği bu güdünün ne derece güçlü olduğunu yansıtmaktadır. Bu süreçler ise benliğe hizmet eden yüklem yanlılıkları (başarı için içsel, başarısızlık için ise dışsal yüklemeler yapma), benliğe yönelik olumsuz içerikli bilgiler hakkında kusur arama, olumsuz geribildirimlerin bilgi işleme sürecine daha az zaman ayırma, olumlu geribildirimlere oranla olumsuz geribildirimleri daha az hatırlama, karşılaştırma yapmak için kendilerinden daha kötü olan grupları veya kişileri tercih etme, bellekten bilgiyi yanlı şekilde çağırma, kendi iyi özelliklerini ender olarak, olumsuz özelliklerini ise yaygın görülen özellikler olarak değerlendirme, belirsizlik içeren özellikleri kendilerini iyi gösteren biçimde yorumlama, kendilerine yöneltilen eleştirileri önyargı veya farklı etkenlerin söz konusu olması gerekçesiyle reddetme gibi stratejiler aracılığıyla gerçekleşebilmektedir (bkz., Baumeister, 1998).

Birey, olumlu benlik değerlendirmelerine ulaşma yönündeki çabasına karşılık, bazen kendisine acı ve sıkıntı veren, yenilgi ile sonuçlanan davranışlar da (self-defeating) gerçekleştirebilmektedir. Bu tür davranışlar, benliğin yürütücü işlevlerinin nasıl gerçekleştiği ile ilgili olarak, benlik düzenlemenin başarısızlıkla sonuçlandığı durumlardır (Baumeister, 1998). Kendini engelleme (bireyin iyi bir

performans göstermesini azaltacak şekilde engeller bulması veya yaratması) ve başarısızlıkla sonuçlanacak şekilde gereğinden fazla ısrarcı olma, benliğe zarar veren bu tür davranışlara örnektir ve bireyin benliğiyle ilgili olumsuz sonuçlardan kaçabilmek amacıyla kullandığı stratejilere karşılık gelmektedir.

Baumeister (1998), daha önce sözü edildiği gibi, benliği korumayı benliği yüceltme güdüsü kapsamında ele almaktadır. Bununla ilişkili olarak yazar, benlikle ilgili bilgileri yanlış şekilde işlemenin bir parçası olan savunucu tepkilerin, olumsuz geribildirimlere ve benlikte tanımlanan eksikliklere ilişkin incinebilirliği en aza indirme amacıyla gerçekleştiğini öne sürmektedir. Buna göre, bu iki güdü her zaman birbirinden kesin şekilde ayrılmamakta ve aynı davranışsal örüntüde bir arada var olabilmektedir (Baumeister, Tice ve Hutton, 1989). Örneğin, bazı durumlarda, insanlar başarısızlık deneyiminin utancından kendini koruma amacıyla görece daha güvenli bir stratejiyi seçerken, bazı durumlarda ise daha riskli bir strateji kullanarak benliğin olumlu yönlerini beslemeyi tercih edebilmektedir.

Sedikides ve Strube (1997), benliği yüceltmeyi bireyin olumlu benlik görüşü arayışı ve hâlihazırda sahip olduğu olumlu görüşleri koruma veya sürdürme yönündeki girişimleri olarak tanımlamaktadır. Sedikides ve Gregg (2003, 2008) ise bu görüş temelinde, benliği yüceltme stratejilerini, ortalamanın üstü etkisi, kontrol yanılsamaları ve gerçekçi olmayan iyimserlik şeklinde özetlemektedirler. Bunun yanı sıra, benliğe hizmet eden yükleme yanlılıkları, bellek süreçlerinde olumsuz bilginin ihmal, seçici dikkat, seçici maruz kalma, seçici kabul etme ve seçici reddetme, stratejik sosyal karşılaştırmalar yapma ve stratejik yapılandırma gibi yollar da benliği yüceltmeye hizmet etmektedir. Yazarlara göre, davranışsal düzeydeki bir strateji olarak kendini engelleme de benliği yüceltmeye olanak tanımaktadır.

Alicke ve Sedikides'e (2009, 2011) göre, benliği yüceltme ve koruma, bireyin kendini kabul düzeyi açısından işlevsel güdülerdir. Bu işlevsellik bireyin kendini kabul düzeyini arttırmak veya en azından bu düzeyin azalmasını engellemek

biçiminde tanımlanmaktadır. Bu güdülerin bir diğer yönü de bireyin amaçları doğrultusunda ne derece çaba harcayacağı ve benlikle ilgili uyumsuzlukları ne derece tolere edebileceği ile ilişkilidir. Bu bağlamda ortaya çıkan stratejiler, bireyin istedik benlik görüşlerini korumasına veya arttırmasına hizmet edecek biçimde kendi kararlarını, davranışlarını ve kişisel özelliklerini hatırlaması veya açıklaması aracılığıyla niyetli olarak gerçekleşmektedir (Alicke ve Sedikides, 2009).

Yazarlar benliği yüceltme ve koruma güdülerini açıklarken birincil ve ikincil kontrol (Rothbaum, Weisz ve Snyder, 1982) ayrımından yararlanmışlardır. Birincil kontrol, doğrudan davranışta bulunarak bir durumu değiştirmeye ilgili iken ikincil kontrol, bireyin duruma ilişkin algısını ve yorumunu değiştirmesi yoluyla gerçekleşmektedir (Rothbaum ve ark., 1982). Bu açıdan, Alicke ve Sedikides'e (2009) göre, benliği yüceltme benlikle ilgili istedik görüşlere ulaşma niyetiyle davranışta bulunmayı içermektedir. Diğer yandan, benliği koruma ikincil kontrol ile ilişkilidir. Bireyin etkin şekilde davranışta bulunarak benliğe ilişkin olumlu görüşlere ulaşamaması sonucunda, geribildirimlerin anlamlarını tekrar yorumlaması, yanlış hatırlaması veya olayları tekrar yapılandırması ya da başarısız davranışı veya kötü performansı için mazeretler bulması biçiminde ortaya çıkmaktadır. Birey birincil kontrol yönündeki çabası başarısızlıkla sonuçlandığında, bu tür çabaların başarıyla sonuçlanacağına güveni olmadığında veya bu tür çabaları sürdürmenin çok güç olduğu durumlarda ikincil kontrole başvurmaktadır.

Alicke ve Sedikides (2009) benliği yüceltme ve koruma arasındaki farkı, sinir sisteminin sempatik ve parasempatik işlevlerine benzeterek de açıklamaktadırlar. Buna göre, parasempatik sistemin olağan süreçleri düzenlemekten sorumlu olması gibi, benliği yüceltme de bireyin kendine ilişkin görüşlerinin olumlu olması ve daha üst düzey ihtiyaçların karşılanmasının düzenlenmesi ile ilişkilidir. Diğer yandan, sempatik sistemin çevresel sorunlar ve tehditler söz konusu olduğunda savunma yönündeki tepkileri düzenlemesi gibi, benliği koruma süreçleri de bireyin benliğine yönelik tehdit niteliğinde

geribildirimler aracılığıyla harekete geçen ve benliğe ilişkin olumlu görüşleri savunma yönündeki tepkileri içeren süreçlerdir. Bu görüşe benzer biçimde Sedikides (2012), benliği koruma güdüsünün benlik tehdidinin varlığında, psikolojik düzeyde dengeyi koruyabilmek için bilişsel, duygusal ve davranışsal yönde bir çaba gösterilmesine karşılık geldiğini öne sürer. Yazara göre, böylece benlik tehdidiyle zarar gören benlik değerindeki azalma engellenmeye çalışılır.

Benliğe ilişkin olumlu inançları artırma veya var olan inançları koruma amacıyla kullanılan benliği yüceltme ve koruma stratejilerini sınıflandırmaya yönelik yukarıda sözü edilen farklı görüşlerle birlikte, Hepper ve arkadaşları (2010) bu stratejileri bütünsel bir biçimde incelemiştir. Araştırmacılar alan yazında tanımlanan 60 farklı stratejiyi ele almışlar ve bu stratejiler üzerinden bir ölçme aracı geliştirmişlerdir. Buna göre, yazarlar iki farklı çalışmayla, bu stratejilerden 40 tanesinin dört boyut altında toplanabileceğini göstermişlerdir. Birinci boyut savunuculuk olarak adlandırılmakta ve hem bilişsel hem de davranışsal stratejileri içermektedir. Bu stratejiler benlikle ilişkili olumsuz geribildirim veya tehdit söz konusu olduğunda bundan kaçınmayı, bunu azaltmayı ve zayıflatmayı amaçlamaktadır. Kendini engelleme, dışgrubu değersizleştirme ve başarısızlığa ilişkin yüklemeler bu stratejilere örnektir. Diğer üç başlık altında toplanan stratejilerden farklı olarak, bu stratejiler benliği korumaya yöneliktir. Olumluluğu benimseme olarak adlandırılan ikinci boyut ise olumlu geribildirim arayışını ve kişilerarası koşullarda bundan yararlanmayı içeren bilişsel ve davranışsal stratejileri temsil etmektedir. Benliğe hizmet eden biçimde benlik temsili, olumlu geribildirimi hatırlama ve başarı için benliğe hizmet eden yüklemeye yanlılığı gibi stratejiler bu boyut altında yer almakta ve bu stratejiler çoğunlukla benliği yüceltmeye yönelik kullanılmaktadır.

Araştırmacıların elde ettiği üçüncü boyut olumlu yapılandırmaya karşılık gelmekte ve benlikle ilişkili bilgileri benliği övücü (self-flattering) bir biçimde yorumlamaya hizmet eden bilişsel stratejileri içermektedir. Çoğunlukla benliği yüceltme yönünde kullanılan olumlu yanılsamalar, karşılaştırmalı iyimserlik, açık veya olumsuz geribildirimi benliğe hizmet eden biçimde yapılandırma gibi

stratejiler bu boyut altında yer almaktadır. Son olarak, dördüncü boyut ise benliği onaylayan yansımalar olarak adlandırılmakta ve bir tehdit durumunda veya sosyal karşılaştırmalar sonrasında kullanılan bilişsel stratejileri içermektedir. Bu stratejiler benliği yüceltme yönünde kullanılmakla birlikte bazen bir tehditle de tetiklenebilmektedir. Geçici karşılaştırmalar yapma, güçlü yönler, değerlere, ilişkilere odaklanma, aşağı doğru gerçek karşıtı düşünme gibi stratejiler bu boyut altında yer almaktadır. Benliği yüceltme ve koruma stratejilerini değerlendirmek için geliştirilen bu ölçme aracına ilişkin kültürlerarası düzeyde yapılan bir başka çalışmada, ölçeğin 20 maddelik kısa formu kullanılmış ve benzer bir faktör örüntüsü gösterdiği gözlenmiştir (Hepper, Sedikides ve Cai, 2013). Özetle, yukarıda sözü edilen araştırmalar, benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin hem tek tek hem de bütüncül bir biçimde ele alınabileceğini göstermektedir.

1.1.1. Benliği Yüceltme Evrensel ve Uyumsal mıdır?

Benliği yüceltme ve korumanın evrensel bir yönünün bulunmasıyla birlikte kültürel düzeyde farklı biçimlerde kendini gösterdiğine işaret edilmektedir (Sedikides, 2007; Sedikides, Gaertner ve Toguchi, 2003). Buna göre, bireyci kültürlerde benliği yüceltme bireyselliği yansıtan özellikler, toplulukçu kültürlerde ise toplulukçu yapıyı temsil eden özellikler üzerinden gerçekleşmektedir. Kültürel farklara ilişkin bir başka örnekte Hepper ve arkadaşları (2013), benliği yüceltmenin hem Doğu hem de Batı kültürlerinde benzer şekilde görüldüğünü ancak bireyci kültürlerde davranışsal düzeyde, toplulukçu kültürlerde ise daha bilişsel düzeyde gerçekleştiğini öne sürmektedirler. Diğer yandan, benliği korumanın ise toplulukçu kültürlerde daha yüksek düzeyde gözlemlendiğini belirtmektedirler. Sözü edilen bu görüşlerden farklı olarak, benliği yüceltmenin evrensel bir güdü olduğuna eleştirel yaklaşan görüşler de bulunmaktadır (Heine, 2005a; Heine, Lehman, Markus ve Kitayama, 1999). Örneğin Heine (2005a), olumlu benlik görüşüne yönelik ihtiyacın evrensel olduğunu vurgulamakla birlikte, benliği yüceltmenin (benliğin olumlu yönlerini ön plana çıkarma) evrensel olduğunu söyleyebilmek için yeterli sayıda ve uygun biçimde yürütülen

çalışmanın bulunmadığına işaret etmektedir. Ayrıca, yazar bu tür bir olumlu benlik görüşünün bireyci kültür bağlamında benliği yüceltme, toplulukçu kültür bağlamında ise benliği geliştirme yoluyla sağlandığını öne sürmektedir (Heine, 2005b). Diğer yandan, Sedikides, Gaertner ve Vevea (2005) meta-analiz çalışmasında, benliği yüceltmenin kültürel düzeyde stratejik olarak farklı biçimlerde görüldüğünü belirtmişlerdir. Ancak, yazarlara göre bu güdü olumlu benlik görüşünü sağlama yönünde, kültürden bağımsız olarak, evrensel bir ihtiyacı karşılamayı amaçlayan evrensel bir güdüdür. Kültürlerarası düzeyde yürütülen farklı çalışmalar da bu görüşü destekler niteliktedir (örn., Gaertner, Sedikides ve Chang, 2008; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003).

Benliği yüceltme ve korumanın uyumsal olup olmadığı sorusu bağlamında ise psikolojik düzeyde bazı yararlarına işaret edilmektedir. Taylor ve Brown (1988) tarafından vurgulanan benliği yüceltme ile psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişki çeşitli araştırma bulgularıyla desteklenmiştir. Örneğin, Kurman ve Eshel (1998), benliği yüceltmenin benlik değeri, psikolojik iyi olma hali ve stres tepkileri olarak ele alınan duygusal uyum ile olumlu yönde ilişki gösterdiğini öne sürmektedirler. Ruh sağlığını değerlendirmek amacıyla görüşme tekniğinin kullanıldığı bir başka çalışmada ise benliği yüceltmenin özerklik, kişisel büyüme, olumlu ilişkiler, benlik kabulü, depresyon ve kaygı gibi göstergelerle ele alınan ruh sağlığı ile olumlu yönde ilişkili olduğu gözlenmiştir (Taylor, Lerner, Sherman, Sage ve McDowell, 2003a).

Benliği yüceltme ve koruma yönündeki girişimlerin uyumsal nitelikte olduğuna ilişkin görüşlerin yanı sıra (Carver ve Scheier, 2009; Sedikides ve Luke, 2007; Taylor ve Brown, 1988), Baumeister (1998, 2002) bir tehdit veya olumsuz geribildirim durumunda benliği korumaya yönelik kullanılan bazı stratejilerin benlik düzenlemede başarısızlığa işaret ettiğini söylemektedir. Örneğin, kendini engelleme, erteleme, başarısızlığa ilişkin benliğe hizmet eden yüklem yanlılıkları gibi stratejiler benlik düzenlemenin işlevsel olarak gerçekleşmemesini ve benlik düzenlemede başarısızlığı yansıtmaktadır (Baumeister, 2002). Benlik kontrolünün başarısızlığı ise, benliğin dürtüler ve

istekler doğrultusunda, daha otomatik ve hızlı şekilde tepki vermesiyle tanımlanmakta ve benlik kontrolünün gerçekleşebilmesi için bu tür tepkileri, benliğin sınırlı kaynakları dâhilinde, daha planlı ve çaba gerektiren şekilde engellemenin gerektiği ifade edilmektedir (Carver ve Scheier, 2009).

Bu açıdan, benliği yüceltme veya koruma adı altında tanımlanan bazı stratejilerin uyumsal nitelikte olmayabileceği söylenebilir. Öte yandan, Robins ve Beer (2001) ise yürüttükleri çalışmada, benliği yüceltmeye yönelik olumlu yanılısamaların uyumsal olup olmadığını değerlendirmişlerdir. Buna göre, deneysel olarak yürütülen birinci çalışmada, katılımcılara grupta karar alma üzerine bir görev verilmiş ve sonrasında katılımcıların benliği yüceltme yönünde gösterdikleri yanılıklar incelenmiştir. Katılımcılardan hem kendilerinin ve grup üyelerinin grubun genel başarısına katkılarını değerlendirmeleri, hem de grubun diğer üyelerinin katılımcının katkısını nasıl değerlendirmiş olabileceğine ilişkin tahminde bulunmaları istenmiştir. Katılımcıların kendi katkılarını grubun diğer üyelerinin kendi katkılarına ilişkin tahminlerinden daha yüksek değerlendirdikleri gözlenmiştir. Bunun yanı sıra, katılımcılar diğer grup üyelerinin her bir üyenin katkısıyla ilgili değerlendirmelerini de tahmin etmişler ve kendi katkılarıyla ilişkili değerlendirmeleri gerçekte yapılan değerlendirmenin üzerinde tahmin etmişlerdir. Buna ek olarak, katılımcıların gösterdikleri başarıyı benliğe hizmet eden biçimde kendi yeteneklerine yükledikleri, daha olumlu duygular deneyimledikleri, daha narsistik özellikler sergiledikleri ve söz konusu görevi kendileri için daha önemli olarak değerlendirdikleri görülmüştür. Bu bulgular doğrultusunda, katılımcıların bir performans durumu söz konusu olduğunda, performanslarını ortalamanın üzerinde tahmin ederek ve buna ilişkin içsel yüklemeler yaparak benliği yüceltmeye yönelik yanılılık gösterdikleri söylenmekte ve bu tür olumlu yanılısamaların ise birey için bazı psikolojik yararlar sağladığı ifade edilmektedir.

Yazarlar boylamsal olarak yürüttükleri ikinci çalışmada ise, benliği yüceltmeye yönelik yanılıkların psikolojik yararlar sağlaması durumunu laboratuvar dışında incelemişlerdir. Katılımcılara üniversiteye başladıkları ilk yıldan itibaren her yıl

akademik becerilerine ilişkin benliği yüceltme yönündeki inançları, narsistik özellikleri, akademik performanslarını kendileri için ne derece önemli gördükleri, performansları için ne derece benliğe hizmet eden yüklemeler yaptıkları ve ne derece benlik değerlerini ve psikolojik iyi olma hallerini devam ettirme çabasında oldukları ile ilgili değerlendirmeleri sorulmuştur. Elde edilen bulgulara göre, katılımcıların benliği yüceltmeye yönelik sergiledikleri yanlılıklar arttıkça, daha narsistik özellikler gösterdikleri, akademik başarıları için daha fazla benliğe hizmet eden yüklemelerde buldukları, akademik alanı kendileri için daha az önemli gördükleri (birinci çalışmanın bulgularından farklı olarak), benlik değerlerinde daha fazla dalgalanmanın gerçekleştiği ve iyi olma hallerinde daha fazla değişimin olduğu gözlenmiştir. Bunlara ek olarak, benliği yüceltmeye yönelik yanlılıkların akademik başarıyı yordamadığı ve katılımcıların üniversite eğitimini zamanında tamamlamama eğiliminde oldukları bulgularına ulaşılmıştır.

Bu bulgular ışığında, yazarlar benliği yüceltme yönündeki yanlılıkların kısa vadede uyumsal bir nitelik taşıdığı, ancak uzun vadede uyumsal olmadığı ve bireyin yaşamında bazı olumsuz durumlarla ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır (Robins ve Beer, 2001). Benzer şekilde, Colvin, Block ve Funder (1995) yürüttükleri boylamsal çalışmada, benliği yüceltme yönündeki değerlendirmelerin ve davranışların uzun vadede hem psikolojik hem de kişilerarası düzeyde olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğuna işaret etmişlerdir. Ancak, bu bulgulara bir eleştiri olarak Zuckerman ve Knee (1996), ilgili çalışmada benliği yüceltmeye ilişkin katılımcının kendi değerlendirmeleri ile başkalarının katılımcıya yönelik değerlendirmelerinin bir arada ele alınmasında bazı yöntemsel ve istatistiksel sorunların bulunduğu işaret etmişlerdir. Bu nedenle, bu tür bir ölçüm üzerinden elde edilen benliği yüceltme ile psikolojik uyum arasındaki ilişkiye şüphe ile yaklaşılması gerektiğini vurgulamışlardır.

Benliği yüceltmenin psikolojik yararlarına işaret eden bir çalışmada ise Kurman (2003), benliği yüceltme ile benlik değeri ve psikolojik iyi olma hali arasındaki ilişkileri kültürlerarası düzeyde incelemiştir. Bulgulara göre, hem bireyci hem de toplulukçu kültürlerde, benliği yüceltmenin bu değişkenlerle olumlu yönde ilişkili

olduğu gözlenmiştir. Benliği yüceltmenin deneysel bağlamda ele alındığı bir başka araştırmada ise, psikolojik iyi olma hali ile ilişkisi incelenmiştir (O'Mara, Gaertner, Sedikides, Zhou ve Liu, 2012). Bu çalışmada iki farklı kültürden (Çin ve Amerika) gelen katılımcılardan iki oturumda veri toplanmıştır. İlk oturumda psikolojik iyi olma halini değerlendirmek amacıyla kullanılan ölçme araçları uygulanmıştır. Bir hafta sonrasında aynı katılımcılar benliği yüceltme veya kendini geri planda tutma (self-effacement) koşullarına seçkisiz olarak atanmışlardır. Benliği yüceltme koşuluna atanan katılımcılardan kendileri için önemli özelliklerini belirtmeleri ve son bir hafta içerisinde bu özelliklerine ilişkin deneyimlerini yazmaları istenmiştir. Diğer koşulda ise katılımcılardan kendileri için önemli ve tanımlayıcı olmayan özellikleri belirterek bu özelliklere ilişkin metin yazmaları istenmiş ve son olarak psikolojik iyi olma haline ilişkin tekrar ölçüm alınmıştır. Elde edilen bulgular kültürel farkların ötesinde, benliği yüceltmenin psikolojik iyi olmayı arttırdığı yönündedir. Benzer biçimde, benliği yüceltmenin stresle bağlantılı fiziksel tepkileri, psikolojik kaynakların aracılığıyla azalttığına yönelik bulgular da söz konusudur (Taylor, Lerner, Sherman, Sage ve McDowell, 2003b).

1.1.2. Benliği Yüceltme ile Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler

Benliği yüceltme ve koruma bireyin benlik kabulüyle bağlantılı güdüler olduğu için (Alicke ve Sedikides, 2009) benlik değeriyle ilişkisi önemli görülmüş ve çeşitli araştırmalara konu olmuştur (örn., Baumeister ve ark., 1989; Hepper ve ark., 2010; Tice, 1991; Vohs ve Heatherton, 2001). Benlik değeriyle ilgili yapılan çalışmalardan birinde Baumeister ve arkadaşları (1989), bireyin kendini dış dünyaya yansıtırken, bu durumun benlik değerinin düşük ya da yüksek olmasına göre değişebileceğine dikkat çekmişlerdir. Buna göre benlik değeri yüksek bireyin benliği yüceltme yönünde riskli davranışlar için daha istekli olması, olumlu özelliklerine odaklanması, daha stratejik davranması ve dikkatini benliğe vermesi gibi özellikler taşıdığını söylemişlerdir. Diğer yandan, yazarlar düşük benlik değeri olan bireyin ise çok daha benliği koruyucu yönde bir tarz benimsediğine, bu açıdan riskten kaçındığına, olumsuz özelliklerini dış dünyaya

yansıtmaktan ve stratejik davranmaktan kaçındığına ve dikkatini benliğe verme konusunda gönülsüz olduğuna vurgu yapmışlardır. Benzer biçimde, Tice (1991) da benlik değerinin yüksek veya düşük olmasına göre benliği değerlendirme süreçlerinin farklı biçimde işlediğine işaret etmiştir. Yazar, benlik değeri yüksek bireylerin başarılarını arttırmak için kendini engelleme gösterdiklerini, benlik değeri düşük bireylerin ise başarısızlıktan kaçınmak için bu stratejiye başvurduklarını göstermiştir. Buna göre, benliği yüceltme veya koruma stratejilerinden hangisinin kullanılacağı benlik değerinin düzeyi ile yakından ilişkili görünmektedir.

Benliği yüceltme ve koruma güdülerini açıklarken benlik değerinin düzeyi kadar örtük ve açık türlerinin ayrı biçimde ele alınarak incelenmesi gerektiği de vurgulanmaktadır (Dehart, Longua ve Smith, 2011). Örneğin, bir araştırmada yüksek açık benlik değerine ve düşük örtük benlik değerine sahip katılımcıların daha narsist oldukları, içgrup yanlılığı ve çelişkiyi azaltma gibi savunucu tepkiler gösterdikleri (Jordan, Spencer, Zanna, Hoshino-Browne ve Correll, 2003), benliği yüceltme stratejilerine (gerçekçi olmayan iyimserlik, olumlu kişilik profili ile gerçek ve ideal benlik arasında daha az uyumsuzluk gösterme) daha fazla başvurdukları gözlenmiştir (Bosson, Bosson, Zeigler-Hill ve Swan, 2003). Bir başka araştırmada ise Kernis, Lakey ve Heppner (2008) benlik değerini genel, koşula bağlı ve örtük açıdan ele almışlar ve sözel savunuculuk ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmacılar benlik değerinin düşük ve istikrarsız olmasıyla ve koşula bağlı benlik değeriyle sözel savunuculuk arasında olumlu yönde, örtük benlik değeri ile ters yönde bir ilişki gözlemişlerdir. Yazarlar, savunucu tepkiler açısından yüksek benlik değerinin güvenli ve kırılgan (fragile) yönleriyle birlikte ele alınması gerektiğine işaret etmişlerdir (ayrıca bkz., Bosson ve ark., 2003; Jordan, Spencer ve Zanna, 2002). Bir başka çalışmada ise kırılgan benlik değerine sahip bireylerin, bir benlik tehdidi (başarısızlık geribildirimi) sonrasında rahatsız edici düşüncelerle nasıl baş ettikleri konusu ele alınmıştır (Borton, Crimmins, Ashby ve Ruddiman, 2012). Araştırmacılar, benlik tehdidine yönelik savunucu tepkilerde kırılgan benlik değerinin önemine işaret etmektedirler.

Benliği yüceltme ve koruma yönünde kullanılan stratejilerin bazı kişisel özellikleri ile ilişkisi bağlamında Hepper ve arkadaşları (2010), benlik değeri ile benliği yüceltme stratejilerinin oluşturduğu olumlu yapılandırma ve benliği onaylayan yansımalar boyutları arasında olumlu bir ilişki bulmuşlardır. Benlik değeri ile savunuculuk arasında ise ters yönde bir ilişki bulunmaktadır. Bunun yanı sıra, narsizm savunuculuk, olumluluğu benimseme ve olumlu yapılandırma stratejileri ile olumlu yönde bir ilişki göstermektedir. Buna göre, yüksek benlik değeri olan veya yüksek narsizm düzeyine sahip bireylerin dünyayı daha olumlu bir şekilde yapılandırma eğilimine sahip olmalarıyla birlikte, narsizmi yüksek bireylerin savunucu yönde stratejileri ve olumlu geribildirim arayışı da bulunmaktadır (Hepper ve ark., 2010).

Aynı çalışmada yazarlar, Higgins'in (1998) Düzenleyici Odak Kuramı çerçevesinde önerdiği geliştirici ve koruyucu odak ile benliği yüceltme ve koruma stratejileri arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Geliştirici odak söz konusu olduğunda birey idealleri, gelişimi, başarısı gibi durumları önemseyerek olumlu sonuçların varlığı ya da yokluğuna odaklanmaktadır. Diğer yandan, koruyucu odaklı bireyler için gereklilikler, korunma, güvenlik, sorumluluk gibi durumlar önem kazanmakta ve olumsuz sonuçların varlığı veya yokluğuna odaklanma söz konusudur. Hepper ve arkadaşları (2010) araştırmalarında geliştirici odağın olumluluğu benimseme, olumlu yapılandırma ve benliği onaylayan yansımalar olarak boyutlandırılan benliği yüceltme ile olumlu yönde ilişkisini bulmuşlardır. Diğer yandan, koruyucu odak savunuculuk ve olumluluğu benimseme ile olumlu yönde ilişki gösterirken, olumlu yapılandırma ve benliği onaylayan yansımalar ile ters yönde bir ilişkiye sahiptir. Buna göre, geliştirici odaklı bireylerin olumlu geribildirim arama, yaşam olaylarını daha olumlu şekilde yapılandırma ve benliği onaylama gibi benliği yüceltme yönelimli stratejileri kullanmaları söz konusudur. Koruyucu odaklı bireyler ise savunuculuk gibi benliği koruma amaçlı stratejilere başvurma eğilimindedirler. Bununla birlikte, yazarlar koruyucu odak ile olumluluğu benimseme arasındaki ilişkinin bu boyut altında yer alan olumsuz geribildirimden kaçınma yönündeki stratejiler nedeniyle olabileceğini öne sürmüşlerdir. Bu bulgulara dayanarak yazarlar, koruyucu odaklı bireylerin ve

narsistlerin tehdit durumunda benliği korumaya yönelik savunuculuk boyutu altındaki stratejileri daha çok kullanma eğiliminde olabileceklerine diğer yandan, geliştirici odaklı ve yüksek benlik değerine sahip bireylerin ise daha çok benliği onaylama yönünde stratejilere başvurma eğiliminde olabileceklerine işaret etmişlerdir. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara benzer bulgular kültürlerarası düzeyde yürütülen bir başka çalışmada da elde edilmiştir (Hepper ve ark., 2013).

Bir başka çalışmada ise Uysal ve Knee (2012), benliği yüceltme veya koruma amaçlı kendini engelleme stratejisinin düşük benlik kontrolü ile ilişkili olduğunu bulmuşlar ve uzun vadede uyumsuz olmayan kendini engellemenin azalmasında benlik kontrolünün önemine vurgu yapmışlardır. Petersen (2014) ise benliği koruma amaçlı kendini engelleme ve yeteneksizliğe ilişkin sahte benlik temsili (sandbagging) stratejilerini, kişilik özelliği olarak benlik duyarlılığı (self-compassion) bağlamında incelemiştir. Benliği koruma stratejisi olarak ele alınan yeteneksizliğe ilişkin sahte benlik temsili birey, bu tür bir benlik temsili yoluyla, başkalarının kendi performansına ilişkin beklentisini düşük tutmaya ve böylece performansı üzerindeki baskıyı azaltmaya çalışmaktadır (Gibson ve Sachau, 2000). Petersen (2014) benlik duyarlılığı yüksek bireylerin benliği koruyucu stratejilere daha az başvurduklarını gözlemlemiştir. Buna göre, yazar benlik duyarlılığı yüksek bireylerin benlik görüşlerini daha gerçekçi ve yanlı olmayan bir biçimde oluşturabileceklerini belirtmiştir. Diğer yandan, benlik duyarlılığı düşük olan bireylerin ise daha düşük bir performans ve gerçekçi olmayan bir benlik görüşüyle sonuçlansa bile benliği korumaya başvurduklarına işaret etmiştir.

Bu bölümde, benliği yüceltme ve koruma güdülerinin benlik değeri, benlik duyarlılığı, benlik kontrolü, narsizim ve düzenleyici odak gibi kişisel özelliklerle farklı yönlerde ilişkilerine işaret eden araştırma bulgularına değinilmiştir. Ancak bu özelliklerin dışında, benliği yüceltme ve korumanın belirsizliğe tahammülsüzlük ile de ilişkili olabileceği düşünülebilir. Belirsizliğe tahammülsüzlük bilinmeyene yönelik eğilimsel düzeyde bir korku biçiminde

tanımlanmaktadır (Carleton, 2012). Diğer bir deyişle, belirsizliğe karşı tahammülsüz olmak, bireyin belirsiz durum ve olaylara yönelik olumsuz tepki verme eğilimine karşılık gelmektedir (Buhr ve Dugas, 2002). Alan yazında belirsizliğe tahammülsüzlüğün kaygı, endişe ve depresyon gibi birey açısından olumsuz sonuçlarla ilişkisine değinilmekte (örn., Boelen ve Reijntjes, 2009; Buhr ve Dugas, 2006; McEvoy ve Mahoney, 2012) ancak benliği değerlendirme süreçleri ile ilişkisine yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır.

Yukarıda söz edilen çalışmaların dışında, benliği yüceltme ve korumanın Kendini Belirleme Kuramı (Deci ve Ryan, 1985a, 2000) çerçevesinde tanımlanan güdüsel yönelimlerle ilişkisine işaret eden araştırma bulguları da söz konusudur (örn., Hodgins, Yacko ve Gottlieb, 2006; Knee ve Zuckerman, 1996, 1998; Lynch ve O'Mara, 2015). Ancak bu çalışmalara ilgili kuramın anlatıldığı bölümde değinilmektedir. Bir sonraki bölümde ise, benliği yüceltme ve koruma güdüleri temelinde tanımlanan belirli stratejiler ve bunların üzerine yapılan araştırmalar aktarılmaktadır.

1.1.3. Benliği Yüceltmeye Yönelik Stratejiler

Benliği yüceltme veya koruma yönünde tanımlanan stratejilere ilişkin açıklamalarda Sedikides ve Gregg (2003) tarafından getirilen sınıflandırma temel alınarak, ortalamanın üstü etkisi, kontrol yanılsamaları, gerçekçi olmayan iyimserlik, benliğe hizmet eden yükleme yanlılıkları, stratejik sosyal karşılaştırmalar yapma ve davranışsal kendini engelleme ile bellek süreçlerinde olumsuz bilginin ihmali gibi stratejiler ele alınacaktır.

Bu stratejilerden ortalamanın üzerinde etkisi, bireyin kendi olumlu özelliklerinin az rastlanılan özellikler olduğunu düşünmesine ve kendisinin bu özelliklere ortalamanın üzerinde bir düzeyde sahip olduğuna ilişkin değerlendirme ve inançlarına karşılık gelmektedir (Dunning, Heath ve Suls, 2004; Sedikides ve Gregg, 2003; Williams ve Gilovich, 2008). Yapılan farklı araştırmalarda (örn., Alicke, 1985; Dunning, Meyerowitz ve Holzberg, 1989; Kruger ve Dunning,

1999) bireylerin liderlik becerisi, nazik olma, cesaretli olma, akademik beceriler, öğretme becerisi gibi özellikler açısından, gerçeği yansıtmasa bile kendilerini diğer insanlardan daha iyi buldukları ve ortalamanın üzerinde değerlendirdikleri gösterilmiştir.

Kontrol yanılsamaları ise bireylerin elde ettikleri başarılar üzerindeki kişisel kontrol olasılıklarını nesnel olarak tanımlanan olasılığın üzerinde değerlendirmeleridir (Langer, 1975). Bireylerin şansa bağlı olaylar üzerinde dahi kontrol algısına sahip olduklarını kapsayan türde kontrol yanılsamalarına işaret eden araştırmalar bulunmaktadır (örn., Hobbs, Kreiner, Honeycutt, Hinds, Brockman, 2010; Matute, Vadillo, Vegas, ve Blanco 2007; Pronin, Wegner, McCarthy ve Rodriguez, 2006; Wegner ve Wheatley, 1999).

Gerçekçi olmayan iyimserlik bireylerin, kendilerine benzeyen diğer kişilere oranla, yaşamlarında olumlu yaşam deneyimlerinin daha fazla, olumsuz yaşam deneyimlerinin ise daha az olacağına ilişkin inançlarını ifade etmektedir (Weinstein, 1980). Gerçekçi olmayan iyimserliğin ortaya çıktığı yaşam olaylarının olumlu ve olumsuz şeklinde ele alınmasının yanı sıra, başarı, sağlık, kişilerarası ilişkiler, suç ve kazalar gibi farklı bağlamlarda da incelenmekte (bkz., Perloff, 1987), bilişsel ve güdüsel düzeyde bazı belirleyicileri tanımlanmaktadır (bkz., Higgins, Amand ve Poole, 1997).

Benliği yüceltme veya koruma amaçlı stratejilerden bir diğeri benliğe hizmet eden yüklenme yanlılığı olarak tanımlanmakta (Campbell ve Sedikides, 1999; Zuckerman, 1979) ve farklı araştırmalarda ele alındığı görülmektedir (örn., Mezulis, Abramson, Hyde ve Hankin, 2004; Sedikides, Campbell, Reeder ve Elliot, 1998). Bireyin başarıları için benliğin olumlu yönlerini destekler nitelikte içsel yüklenme yapması benliği yüceltmeye hizmet etmektedir. Diğer yandan, benliğe yönelik tehdit niteliğindeki başarısızlıkları için sorumluluk almama ve dışsal yüklenme yapma süreci ise benliği koruma yönünde hizmet etmektedir (Campbell ve Sedikides, 1999). Benliğe hizmet eden yüklenme yanlılığı üzerine yapılan bir çalışmada Krusemark, Campbell ve Clementz (2008), başarı ve

başarısızlık geribildirimi temelinde sergilenen benliğe hizmet eden yükleme yanlılıklarını sinir sistemi düzeyinde inceleyerek, daha otomatik bilgi işlemenin söz konusu olduğunu, buna karşılık yanlı olmayan yüklemelerin ise kontrollü bilgi işleme süreçleri doğrultusunda gerçekleştiğini göstermişlerdir. Yazarlara göre, yanlı olmayan yüklemeler yapmak benliği yüceltme amaçlı benliğe hizmet eden yüklemeler yapmaya yönelik otomatik eğilimin üstesinden gelmeyi ve daha fazla benlik kontrolünü gerektirmektedir.

Stratejik sosyal karşılaştırmalar yapma, bireylerin benliği savunmak amacıyla aşağı doğru karşılaştırmalar yapmasına karşılık gelmektedir (Biernat ve Billings, 2001). Buna göre, özellikle olumsuz bir duygunun harekete geçirdiği bir süreç olarak aşağı doğru sosyal karşılaştırmalar yapma, bireyin benliği yüceltme çabasının sonucudur ve onun öznel iyi olma haline hizmet eder (Wills, 1981). Ancak, yukarı doğru (kendisinden daha iyi durumda olanlarla) ve yana doğru (kendisine benzer kişilerle) karşılaştırma yapmanın da benliği yüceltmeye hizmet ettiğine işaret eden araştırmalar vardır (Cialdini ve ark., 1976; Collins, 1996). Bunun yanı sıra, karşılaştırma boyutunun ulaşılabilir bir beceri veya başarı olması yukarı doğru karşılaştırma yaparak benliği yüceltme çabası açısından önemli olabilmektedir (Lockwood ve Kunda, 1997). Ayrıca, benlik değeri açısından bakıldığında, benlik değeri yüksek olanların daha çok yukarı doğru karşılaştırma yapmayı tercih ettikleri diğer taraftan, benlik değeri düşük olan bireylerin, özellikle başarısızlık söz konusu olduğunda, aşağı doğru karşılaştırma yapmak eğiliminde oldukları görülmüştür. Buna göre, benlik değeri düşük bireylerin daha çok benlik koruma yöneliminde olduklarına işaret edilmektedir (Wood, Giordano-Beech, Taylor, Michela ve Gaus, 1994).

Benliği yüceltmeye yönelik stratejilerden bir diğeri olarak Baumeister'ın (1997, 1998) benliğe zarar veren davranışlar arasında tanımladığı kendini engelleme stratejisi Jones ve Berglas (1978) tarafından savunucu yüklemenin sonucunda ortaya çıkan girişimler şeklinde ele alınmıştır. Buna göre, insanlar başarısızlıkları için olası olumsuz geribildirimden kaçınmak ve başarıları için yapılacak olası olumlu geribildirimlerin etkisini arttırmak için performanslarını

azaltacak biçimde çeşitli davranışlarda bulunurlar (önemli bir sınav öncesi çok az uyumak veya alkol kullanmak, başkaları tarafından reddedilme düşüncesiyle gerçek düşüncelerini açıklamaktan kaçınmak gibi). Bu tür koşullar altında birey, olası başarısızlığından dolayı sorumluluktan kaçarak dışsal bir faktöre yüklemeye şans kazanmaktadır. Bunun yanı sıra, birey kendini engelleme yönündeki davranışları sonucu oluşan koşullar altında başarı gösterdiğinde, engellere rağmen başarılı olduğuna vurgu yaparak benliği yüceltmeye çalışmaktadır. Kendini engelleme olgusu, Jones ve Berglas'ın (1978) kavramsallaştırmasından sonra birçok çalışmaya konu olmuş, nedenleri ve sonuçları açıklanmaya çalışılmıştır (bkz., Kimble, Kimble ve Croy, 1998; Martin, Marsh ve Debus, 2001, 2003; Tice, 1991). Örneğin Tice (1991) kendini engellemeyi benlik değeri ile ilişkilendirmiş ve benlik değeri yüksek olan bireylerin benliği yüceltmek amacıyla kendini engelleme davranışları sergilerken, benlik değeri düşük bireylerin başarısızlıktan kaynaklanan tehdit karşısında benlik değerini korumak amacıyla bu tür davranışlarda bulduklarını söylemiştir.

Benliği yüceltme ve koruma güduları çerçevesinde bellek süreçlerinde de yanlılıklar meydana gelmektedir (Sedikides, 2012). Örneğin, Bluck, Alea ve Demiray (2010) otobiyografik belleğin benliği yüceltici bir işlevinin bulunduğunu söylemektedirler. Bu bağlamda, insanların kendileri için önemli yaşam olaylarına ilişkin olumlu anılarını daha iyi hatırladıkları, bu anılarına psikolojik olarak daha yakın hissettikleri ve otobiyografik bellek düzeyinde gerçekleşen bu tür bir yanlılığın artan benlik değeriyle ilişkili olduğu söylenmektedir (Demiray ve Jassen, 2014). Bunun yanı sıra, bellek süreçlerinde gerçekleşen yanlılık benliği koruma güdüsü bağlamında, benlikle ilişkili olumlu bilginin ve geribildirim daha kolay hatırlanması, olumsuz bilgi ve geribildirim seçici olarak unutulması biçiminde kendini göstermektedir (Sedikides, 2012; Sedikides ve Green, 2000). Benliği koruma güdüsü doğrultusunda bellek süreçlerinde meydana gelen yanlılıklara ve bu bağlamda tanımlanan bellekte olumsuz bilginin ihmal stratejisine ilişkin görgül çalışmalara aşağıda yer verilmektedir.

1.1.3.1. Bellekte Olumsuz Bilginin İhmali Stratejisi

Benliği yüceltme yönünde kullanılan stratejilerden bir diğeri de bellek süreçlerinde olumsuz bilgilerin ihmalidir. Bu ihmal bireylerin olumsuz ve başarısızlıkla ilgili deneyimlerini seçici şekilde unutmaya, olumlu deneyimlerini ve başarılarını ise daha sık hatırlama eğiliminde olmalarına karşılık gelmektedir (Sedikides ve Green, 2000; Sedikides, Green ve Pinter, 2004). Benliği tehdit edici bir bilgi söz konusu olduğunda, bu bilginin işlenmesinin seçici bir biçimde gerçekleştiği, olumsuz bilgilerin daha çok unutulduğu ve bu yolla bellek süreçlerinde benliği koruyucu bir sürecin gerçekleştiği öne sürülmektedir (Pinter, Green, Sedikides ve Gregg, 2011). Böyle bir sürecin de benliğin olumluluğunu sürdürme amacına hizmet ettiği vurgulanmaktadır. Bellek süreçlerinde olumsuz bilginin ihmalinin ise bu tür bilgilere daha az dikkat etme ve seçici dikkat gösterme veya benliklerinin olumlu yönlerini onaylayan nitelikteki bilgilere maruz kalma gibi süreçlerle birlikte işlediği vurgulanmaktadır (bkz., Sedikides ve Gregg, 2003).

Yürütülen araştırmalarda, bellekte olumsuz bilginin ihmalini incelemek amacıyla kullanılan deneysel paradigma, dört kişilik özelliği temelinde sunulan ve olumlu/olumsuz, merkezi/çevresel ve benlik/başkası boyutlarında farklılaşan davranışların bireylere sunulmasını ve sonrasında bu davranışlara ilişkin sürpriz hatırlama görevini içermektedir. Buna göre, söz konusu bu dört kişilik özelliğinin ikisi merkezi nitelikte, güvenilir olma/güvenilir olmama ile kibar/kaba olmaya karşılık gelmektedir. Diğer yandan, alçakgönüllü/kibirli ile şikâyet eden/şikâyet etmeyen boyutlarını içeren kişilik özellikleri ise çevresel niteliktedir (Sedikides ve Green, 2000). Merkezi özellikler benlik kavramında daha kesin, tanımlayıcı, davranışa dönüşme olasılığı yüksek ve daha önemli özelliklere karşılık gelmektedir. Çevresel özellikler ise ortalama öneme sahip, daha az kesin, orta düzeyde tanımlayıcı ve davranışa dönüşme olasılığı daha düşük özellikler olarak ele alınmaktadır (Sedikides, 1993). Green ve Sedikides'in (2000) yürüttüğü araştırma bağlamında, söz konusu bu davranışlar (deney 1'de katılımcılara uygulanan kişilik envanterinin sonucu olduğu söylenirken, deney

2'de hipotetik olduğu söylenmiştir) bir başkası (Chris) yerine kişinin kendi benliğiyle ilişkilendirildiğinde ve merkezi/olumsuz nitelikte olduğunda benlik açısından tehdit edici bir nitelik taşımakta ve bu davranışların hatırlanması zayıflamaktadır. Diğer yandan, merkezi/olumsuz içerikli davranışlar bir başkası ile ilişkilendirilerek düşünüldüğünde, tehdit potansiyelini kaybetmekte ve bu bilginin işlenmesi ve hatırlanması sürecinde benlikle ilişkilendirildiği zamana oranla, bu davranışların bellekte ihmali daha az gerçekleşmektedir.

Bellekte meydana gelen seçici ihmali açıklamak üzere önerilen Bellekte Olumsuz Bilginin İhmali Modeli'ne (Mnemonic Neglect Model; Sedikides ve Green, 2006, 2009; Sedikides ve ark., 2004) göre, bireyler benliklerini tehdit edici içerikteki bilgiden koruma yönelimindedirler. Bu bilginin tehdit edici olabilmesi için ise olumsuz nitelikte (örneğin eleştirel nitelikte bilgi olması), benlikle ilişkili ve merkezi özellikleri barındıran (benliğin önemli sayılabilecek yönleriyle ilgili) içerikte olması gerekmektedir. Bu tür bir bilgi ile karşılaşıldığında, birey seçici unutma yoluyla benliği korumayı sağlamakta ve benliğin olumluluğu daha iyi şekilde devam ettirilmektedir.

Bellekte olumsuz bilginin ihmali üzerine yapılan bir çalışmada, benlikle ilişkili olarak sunulan bilginin merkezi ya da çevresel olması ve olumlu ya da olumsuz olması kadar tanımlayıcılığının da önemli olduğuna işaret edilmiştir (Green ve Sedikides, 2004). Yüksek tanımlayıcılığa sahip davranışlar olarak Sedikides ve Green (2000) tarafından kullanılan 32 davranış ele alınmış ve düşük tanımlayıcılığa sahip olarak tanımlanan 32 davranışı içeren yeni bir liste, yürütülen ön çalışmayla oluşturulmuştur. Sonuçlar, yüksek tanımlayıcılığa sahip bilgiler söz konusu olduğunda, bellekte olumsuz bilginin ihmalinin de daha yüksek düzeyde gerçekleştiğine işaret etmektedir.

Benliği koruma stratejisi olarak bellekte olumsuz bilginin ihmali üzerine yürütülen bir başka çalışmada (Pinter ve ark., 2011), benliğe yönelik tehdit içerikli olmayan bilginin depolanmış benlik bilgisi ile bütünleştirildiğine, tehdit içerikli bilginin ise benlik bilgisinden ayrıştırıldığına ve bu tür bir sürecin bellekte

olumsuz bilginin ihmalinin altında yatan mekanizma olabileceğine işaret edilmektedir. Yazarlara göre, tehdit içerikli olan ve olmayan bilginin işlenmesinde, benlikle ilişkisi temelinde gerçekleşen farklı yollar söz konusudur. Tehdit içerikli olmayan bilgi bireyin benliğine yönelik hâlihazırda var olan bilgisiyse örtüşüp örtüşmediğine bakılarak bütünleştirme yoluyla işlenirken, tehdit içerikli bilgi bireyin sahip olduğu benlik bilgisinden ayrıştırılarak işlenmektedir. Bu açıdan, benlikle bütünleştirilen bilgi daha fazla hatırlanmaktadır. Bu strateji bağlamında, yürütülen farklı çalışmalarda da bellekte olumsuz bilginin ihmal stratejisine yönelik destekleyici nitelikte bulgular elde edilmiştir (örn., Green, Sedikides ve Gregg, 2008; Newman, Nibert ve Winer, 2009; Sedikides ve Green, 2004).

Bellekte olumsuz bilginin ihmal açısından, merkezi ve olumsuz niteliğe sahip özelliklerin daha tehdit edici algılanması ve bu özelliklere ilişkin seçici unutmanın gerçekleşmesi sürecinde, benlikle ilişkili bu tür geribildirimlerin bireye ileride benliği geliştirmeye yönelik fırsat tanımamasının yer aldığı söylenmektedir (Sedikides ve Hepper, 2009). Diğer yandan, bireyler için benliği geliştirme çabası söz konusu olduğunda (Green, Sedikides, Pinter ve Van Tongeren, 2009) ya da olumsuz geribildirim niteliğindeki bilgiler değişebilir özelliklere ilişkin olduğunda (Green, Pinter ve Sedikides, 2005) bellekte olumsuz bilginin ihmalinin azaldığına yönelik bulgular söz konusudur. Buna göre, bellekte olumsuz bilginin ihmal stratejisine benliği yüceltme ya da koruma amacıyla başvurulmasıyla birlikte, benliği geliştirme güdüsü öncelikli olduğunda bu stratejinin kullanımının azaldığı söylenebilir. Bunun yanı sıra, Green ve arkadaşları (2008), geribildirim benlik tehdidi içeriği yerine benliği onaylayan içerikte verildiği durumda (ikinci deney; yaratıcılık ile ilgili olduğu söylenen bir teste başarılı veya başarısız performans göstermek) bellekte olumsuz bilginin ihmalinin azaldığını ifade etmişlerdir.

Bellekte olumsuz bilginin ihmal açısından, benliğe yönelik tehdit olarak, bilginin merkezi özellikleri yansıtması, olumsuz değer taşıması, tanımlayıcılığının yüksek olması gibi bilgi ile ilgili nitelikler sıralanmıştır. Bunun yanı sıra, Green ve

arkadaşları (2008) yürüttükleri araştırmada, bireylerin gündelik yaşamda karşı karşıya kaldıkları farklı tehditlerin de bellekte olumsuz bilginin ihmali açısından önemli olabileceğine dikkat çekmişlerdir. Buna göre, yazarlar yaptıkları ikinci deneyde, bireylere benliğe yönelik tehdit olarak yaratıcılıkla ilgili olduğu söylenen bir görev üzerinden olumsuz geribildirim verilmiştir. Söz konusu görev üzerinden olumlu geribildirim alan bireylere oranla, olumsuz geribildirim alan bireyler benliği koruma yönünde bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisine daha fazla başvurmuşlardır.

İlgili alan yazın ışığında, benliği yüceltme ya da koruma amaçlı bu tür bir stratejinin kullanılması açısından, benliğe yönelik farklı tehditlerin rolünün söz konusu olabileceği ve bu tehditlerin varlığının bellekte olumsuz bilginin ihmali artırabileceği düşünülebilir. Bunun yanı sıra, benliğe yönelik tehdit ile bellekte olumsuz bilginin ihmali arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılabilmesi için bu ilişkinin hangi koşullar altında ve nasıl gerçekleştiğinin incelenmesi yararlı olabilir.

1.1.4. Benliğe Yönelik Tehditler ile Benliği Yüceltme

Bireylerin benliği yüceltme ya da koruma yönünde stratejiler kullanmasını tetikleyen durumlardan biri benliğe yönelik tehditlerdir (Alicke ve Sedikides, 2009). Örneğin bireylerin benliklerini yüceltme veya koruma yönünde güdülenmelerine yol açacak bir benlik tehdidi durumu söz konusu olduğunda (akademik başarısı ve iyi bir iş bulma ihtimali yüksek bir başkasının varlığı), düşük benlik değeri olan ve benliği onaylama fırsatı bulunmayan kişilerin, bu tür bir fırsat verilen kişilere kıyasla, bir başkasının zararına daha fazla sevindikleri (schadenfreude) bulunmuştur (van Dijk, van Koningsbruggen, Ouwerkerk ve Wesseling, 2011). Yazarlara göre, başkalarının yaşadıkları sıkıntılar bireyde olumlu bazı duygular uyandırmaktadır, çünkü bireyin benliğine ilişkin görüşlerini yüceltme veya koruma girişimleri için fırsat sağlamaktadır.

Bir başka çalışmada Green ve arkadaşları (2005), bireylerin değişmeyen bir özellikleri (merkezi) ile ilgili olumsuz bilgilerin, değişebilir özelliklerine (çevresel) ilişkin olumsuz bilgilere oranla, işlenmesi ve hatırlanması süreçlerinde ihmalin gerçekleştiğini göstermişlerdir. Çünkü bu tür bilgiler benliğin merkezi yönlerine ilişkin tehdit oluşturmakta ve benliği koruma yönündeki güdüyü tetiklemektedir. Ayrıca, benliği korumaya yönelik bilgi işleme süreçleriyle ilgili bu tür yanlılıkların, olumsuz bilgilerin benliğin merkezi bir özelliğiyle ilişkili olması kadar, benlik için ne derece tanımlayıcı olduğunun da önemli olduğuna işaret eden bulgular vardır (Green ve Sedikides, 2004).

Johnson, Vincent ve Ross (1997), bir performans üzerinden alınan başarısızlık geribildiriminin etkilerine yönelik gösterilen duygusal tepkileri ve bu etkilerden kendilerini korumak amacıyla bireylerin sergiledikleri kendini kandırma tepkilerini incelemişlerdir. Buna göre, bir zekâ testi üzerinden verilen sahte başarısızlık geribildirimi sonrasında, benliği korumak amacıyla başvuru inkâr stratejisinin başarısızlık sonrası problem çözme olumsuz yönde yordadığı gözlemlenmiştir. Diğer yandan, kendini kandırma yoluyla benliği yüceltmenin problem çözme olumsuz yordamasıyla birlikte düşmanlığı olumlu şekilde yordadığı bulunmuştur. Buna göre, yazarlar bu araştırma bulgularının kendini kandırma yoluyla benliği yüceltmenin bireylerin açık bir tehdide karşı incinebilirliklerine işaret ettiğini söyleyen bulgularla (Johnson, 1995) benzerlik gösterdiğine ve kendini kandırma yoluyla benliği yüceltmenin aslında uyumsuz olmayabileceğine işaret etmişlerdir. Dahası, bireylerin tehdit durumuna karşı kendilerini korumalarında benlik değerinin en önemli etken olabileceğini vurgulamışlardır.

1.2. BENLİĞE YÖNELİK BİR TEHDİT: BAŞARISIZLIK GERİBİLDİRİMİ

Benlik tehdidi benliğe ilişkin olumlu görüşlerin sorgulanması, alay konusu olması, yadsınması gibi durumlar yoluyla benliğin tehlikede olması anlamına gelmektedir (Baumeister, Smart ve Boden, 1996). Özellikle, bireysel benliğe

yönelik tehditler daha şiddetli tepkilerin ortaya çıkmasına yol açmaktadır. Çünkü bireysel benlik, ortak benliğe oranla, kişinin benlik tanımında öncelikli bir yere sahiptir (Gaertner, Sedikides ve Graetz, 1999).

Benlik tehdidi üzerine yapılan çalışmalarda, tehdit genellikle bireyin olumlu benlik imgesini veya benlik değerini hedef almaktadır (Leary, Terry, Allen ve Tate, 2009). Bu tür bir tehdidi yaratabilmek için ise özellikle zekâ, yetkinlik, hoş gitme (likeable) gibi özelliklere veya sosyal istenirliği bulunan özelliklere başvurulmaktadır. Benlik değerine yönelik tehdit oluşturmak çalışmalarda en sık başvurulan yol olduğu için benliğe yönelik tehdit ile benlik değeri tehdidi zaman zaman birbirinin yerine kullanılmaktadır. Bu tür bir tehdit bir performans üzerinden başarısızlık geribildirimi vermek ve böylece benliğe ilişkin olumsuz bir bilgi sağlamak gibi doğrudan veya bilişsel hazırlama yoluyla örtük biçimde yaratılabilir. Bunun yanı sıra, benlik değerine zarar verme olasılığı üzerinden gelecekteki bir olay da (bireylere bir sunum yapacaklarının, bir sınava veya iş görüşmesine katılacaklarının söylenmesi gibi) potansiyel bir benlik tehdidi kaynağı olabilir. Ayrıca benliğe yönelik tehdidin benlik kavramı açısından olumsuz bir etkisi bulunduğu gibi başkalarının onayını ve kabulünü engelleyebilecek olumsuz bir izlenime ilişkin endişe üzerinden de etkili olabilmektedir (bkz., Leary ve ark., 2009).

Sherman ve Cohen'e (2006) göre, benlik tehdidi bireyin benlik bütünlüğünü hedef almaktadır. Bu bütünlüğü koruyabilmek için ise bireyler uyumsal nitelikte savunucu tepkilere başvurabilmektedir. Benliği yüceltici ve koruyucu tepkilerin benlik bütünlüğünün tekrar sağlanmasına hizmet etmesiyle birlikte zaman zaman uyumsal olmayan sonuçlara da yol açabilmektedir. Ancak yazarlara göre, benliği onaylamanın (self-affirmation) mümkün olduğu durumlarda benlik tehdidine karşılık ortaya çıkan bu tür savunucu tepkilere başvurmaksızın benlik bütünlüğü tekrar sağlanabilir. Bu konuya ilişkin Critcher ve Dunning (2015) yürüttükleri çalışmada, benliği onaylama imkânı verilen bireylerin bir benlik tehdidi karşısında daha az savunucu tepki gösterdiklerini ortaya koymuşlardır. Yazarlara göre benlik tehdidinin varlığı koşulunda, bireylerin çalışan benlik

kavramları (working self-concept; bir tehditle karşılaşıldığında, benlik kavramının sadece belirli bir alanının ulaşılabilir olması ve benlik değerinin bu alana bağlı olması) benliğin tehdit edilen yönlerine odaklanır. Ancak, benliği onaylama çalışan benlik kavramının genişlemesini ve böylece benliğin daha geniş bir açıdan ele alınmasını sağlar. Böylece bireylerin çalışan benlik kavramları benliğin tehdit edilen yönleriyle birlikte, diğer önemli yönlerine de odaklanır. Benliği böyle bir geniş açıdan değerlendirebilmek de benlik bütünlüğünün olumlu yönde tekrar sağlanmasına hizmet eder. Benliği onaylamanın, benlik tehdidinin etkisini azalttığına yönelik bir başka bulgu Sherman ve Kim (2005) tarafından sunulmuştur. Yazarlar, voleybol ve basketbol sporcularından oluşan katılımcılarına, tamamladıkları maçın ardından benliği onaylama değişimlemesi uygulamışlardır. Buna göre, benliği onaylama imkânı bulan ve maçı kaybetmiş olan (benlik tehdidi olarak ele alınmıştır) katılımcıların benliğe hizmet eden yüklemeye yanlılıklarına daha az başvurdukları gözlenmiştir.

Sedikides'e (2012) göre, insanlar potansiyel veya gerçek bir benlik tehdidiyle farklı yollarla başa çıkarlar. Buna göre, potansiyel bir benlik tehdidine karşılık, dikkatlerini olumsuz geribildirimden uzaklaştırma, benlik tehdidiyle birlikte gelen olumsuz bilgiyi benliğe ilişkin olumlu bilgiyle telafi etme, kendini engelleme ve öteleme gibi yollara başvururlar. Diğer yandan, gerçek bir benlik tehdidiyle karşılaşıldığında ise algı ve değerlendirme sürecinde yeniden yapılandırmaya (göreve, benlik özelliklerine veya sorumluluk değerlendirmelerine ilişkin) veya sosyal yargılara (benlik tehdidini sunan kişi ile veya karşılaştırma yapılacak referans ile ilgili) başvurulur. Benlik tehdidiyle bazı davranışsal süreçler (ahlaki ikiyüzlülük, gösteriş amaçlı tüketim veya antisosyal davranışlar gibi) yoluyla da baş edilebilmektedir.

Benliğe yönelik tehditler bağlamında, sosyal yargı (Beauregard ve Dunning, 1998), dikkatin odaklanması (Muller ve Butera, 2007), grup süreçleri ve içgrup-dış grup üyelerine yönelik değerlendirmeler (Brown, Collins ve Schmidt, 1988; Crocker, Thompson, McGraw ve Ingerman, 1987; Florack, Scarabis ve

Gosejohann, 2005), tüketici davranışları (Pan, Pettit, Sivanathan ve Blander, 2014; Sivanathan ve Pettit, 2010), riskli kararlar alma (Josephs, Larrick, Steele ve Nisbett, 1992), kişilerarası ilişkiler (Knowles ve ark., 2010; Park ve Crocker, 2005; Park ve Maner, 2009), kendini engelleme (Niiya, Brook ve Crocker, 2010; Tice, 1991; Thill ve Cury, 2000), benliğe hizmet eden yükleme yanlılıkları (Campbell ve Sedikides, 1999; Krusemark ve ark., 2008), savunucu şekilde aşırı uçta olma ve kişisel görüşleri hakkındaki görüş birliğini abartma (McGregor ve Jordan, 2007), benlik karmaşıklığı (Brown ve McConnell, 2009), benlik düzenleme ve benlik değerinin rolü (Baumeister, Heatherton ve Tice, 1993; Lambird ve Mann, 2006) ve kişilerarası ilişkilerde bağışlama (Strelan ve Zdaniuk, 2015) gibi konularda çalışmalar yürütülmüştür.

Benliğe yönelik tehditler bağlamında verilen tepkiler açısından, benlik değerinin rolü önemle vurgu yapılan bir konudur. Örneğin, Vohs ve Heatherton (2001) benliğe yönelik tehditlerin, benlik değeri yüksek veya düşük olan bireylerde, benliğin farklı yönlerine odaklanmaya yol açtığını bulmuşlardır. Benlik değeri yüksek olan bireyler, benlik tehdidi sonrasında, yeterliliklerine ilişkin geribildirim arayışı yaşarken (bağımsız), düşük benlik değeri olan bireyler kişilerarası geribildirim (karşılıklı bağımlı) arayışındadırlar. Benliğe yönelik tehditlerin benlik düzenleme ile ilişkisi bağlamında benlik değerinin rolü üzerine yapılan bir başka çalışmada (Baumeister ve ark., 1993), özellikle yüksek benlik değerine sahip bireylerin, benlik tehdidinin varlığında, benlik düzenleme süreçlerinin başarısızlıkla sonuçlandığına yönelik bulgular söz konusudur. Buna göre, benlik tehdidi olmadığında, yüksek benlik değeri, bireylerin benlik düzenleme süreçleri üzerinde olumlu yönde etkilidir. Yazarlar benlik değeri yüksek bireylerde, benliğe yönelik tehditlerin benlik düzenlemede başarısızlık ile sonuçlanmasını şu şekilde açıklamaktadırlar; benlik değeri yüksek bireyler kendi kapasitelerine ve yeteneklerine ilişkin abartılı tahminlerde bulunma ve değerlendirmeler yapma eğilimindedirler ve bu nedenle önlerine koydukları amaçlar çoğunlukla ulaşılamayacak niteliktedir.

Benlik değeri yüksek bireylerde, benliğe yönelik tehdidin başarısızlıkla sonuçlanmasının incelendiği diğer bir araştırmada ise (Lambird ve Mann, 2006), yüksek benlik değerine ilişkin bazı alt türler tanımlanmışlardır. Buna göre, benliğe yönelik tehditlerin sonucunda gerçekleşen benlik düzenlemenin başarılı veya başarısız olmasını yordayan tek etken yüksek benlik değeri değildir. Dahası, yazarlara göre benlik değerinin savunucu ve güvenli olarak adlandırılan alt türlerinin de benlik tehdidi durumunda benlik düzenlemenin anlaşılması açısından önemli olabileceği vurgulanmıştır. Bu bağlamda, benliğe yönelik tehdit söz konusu olduğunda, benlik değerinin yüksek olması bireyi gerçekçi olmayan amaçlar ve değerlendirmelerle karşı karşıya bırakması açısından benlik düzenlemede başarısızlıkla sonuçlanmaktadır. Ancak bu durum, yüksek benlik değerinin savunucu tipi söz konusu olduğunda (örtük benlik değeri ve benlik sunumunda yanlılıklar gösterilmesi şeklinde kavramsallaştırılmıştır), benlik düzenlemede başarısızlık ile ilişkili görünmektedir. Buna göre, bireylerin benliğe yönelik tehditlere verdikleri tepkilerde benlik değerinin rol oynamasıyla birlikte, benlik değerinin türüne göre, bu tepkilerin benlik düzenleme açısından farklı sonuçları bulunmaktadır.

Benlik değeri açısından benlik tehdidinin incelendiği bir başka araştırmada, kırılğan benlik değerine sahip olmanın daha savunucu tepkilerle ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Borton ve ark., 2012). Buna göre, kırılğan benlik değerine sahip bireylerin görevle ilişkili düşünceleri daha fazla bastırmaya çalışma, bu düşünceleri yüzünden kendilerini cezalandırma ve görevin önemi ile geçerliliğini azımsamaya çalışma gibi uyumsuz olmayan baş etme stratejilerine başvurdukları gösterilmiştir. Sonuç olarak, kırılğan benlik değeri hem bir tehdidin varlığında hem de yokluğunda, savunucu tepkiler açısından önemli görünmektedir.

Benliğe yönelik tehditler bağlamında, McGregor (2006) bu tehditleri başarısızlık, kişisel belirsizlik, ölümlülüğün belirginliği, bilişsel çelişki, sistem adaletsizliği, anlamsızlık, kontrol kaybı, kişilerarası ilişkilerde güvensizlik şeklinde

özetlemiştir. Bu çalışmada ise, benliğe yönelik tehdit olarak başarısızlık geribildirimini üzerinde durulacaktır.

1.2.1. Başarısızlık Geribildirimini

Bireyler olumlu bir benlik görüşüne sahip olma yönelimleri temelinde (örn., Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998), kendilerine ilişkin olumlu değerlendirme niteliğindeki geribildirimleri daha istendik karşılarken, olumsuz değerlendirme niteliğindeki geribildirimleri hoşnutsuzlukla karşılama eğilimindedirler ve bu açıdan benlik değerinin de önemli bir rolü bulunmaktadır (Shrauger, 1975). Başarı/başarısızlık türündeki bir bilginin benlik değeriyle bağlantılı duygular (affect) açısından farklı sonuçları bulunmaktadır (Trobe, 1986). Buna göre başarı, benlik değeriyle ilişkili gurur gibi olumlu duyguları ortaya çıkarırken, başarısızlık utanç gibi olumsuz duyguları açığa çıkarmaktadır. Performans geribildiriminin duygular ile ilişkisinin incelendiği bir çalışmada, geribildirim türünün duygulanımı farklı biçimde etkilediği bulunmuştur (Illies, De Pater ve Judge, 2007). Buna göre, araştırmacılar olumsuz geribildirim olumsuz duyguları, olumlu geribildirim ise olumlu duyguları daha güçlü biçimde etkilediğini göstermişlerdir. Dahası, benlik değerinin bu ilişkide düzenleyici rolünün bulunabileceğine işaret etmişlerdir. Ayrıca Leary ve arkadaşları (2009) benlik değeri açısından, bireyler için herhangi bir performansları üzerinden başarısızlık yönünde olumsuz bir geribildirim almanın benliğe yönelik bir tehdit oluşturduğuna dikkat çekmişlerdir. Çünkü bu tür bir geribildirim bireyin kendisine ilişkin olumlu görüş ve değerlendirmelerine zarar veren bir bilgiye karşılık gelmekte ve benlik değerinde azalma olasılığını beraberinde getirmektedir.

Başarısızlık geribildiriminin benliğe yönelik bir tehdit olarak ele alındığı çeşitli araştırmalarda, benliği yüceltme ve koruma yönünde stratejilerin kullanımını arttırdığına işaret edilmektedir (örn., Basgall ve Snyder, 1988; Campbell ve Sedikides, 1999; Green ve ark., 2008; Niiya ve ark., 2010, Wood ve ark., 1994).

Örneğin, Basgall ve Snyder (1988) benliğe yönelik bir tehdit olarak başarısızlık geribildirimini karşısında sergilenen tepkileri inceledikleri çalışmalarında, dış kontrol odaklı bireylerin benliği korumaya yönelik stratejiler olarak değerlendirilebilecek olan mazeret bulma (excuse-making) stratejilerine daha fazla başvurduklarına işaret etmişlerdir.

Campbell ve Sedikides'e (1999) göre, benliğe yönelik tehditler söz konusu olduğunda, bireyler daha fazla benliğe hizmet eden yüklemeler yapmaktadırlar. Ancak, araştırmacılar yürüttükleri meta-analiz çalışmasının sonucunda, benliğe yönelik tehditler ile benliğe hizmet eden yanlılıklar arasındaki ilişkide bazı düzenleyici değişkenlerin rolüne işaret etmişlerdir. Buna göre, bireyin rolü (aktör-gözlemci), görevin birey için önemi, benlik değeri, başarı güdüsü, benliğe odaklı dikkat, görevin tercihi, sonuca ilişkin beklentiler, algılanan görev zorluğu, kişilerarası yönelim, görevin algılanan zorluğu, statü, duygu durum, kontrol odağı, cinsiyet ve görevin türü gibi değişkenler benlik tehdidi ile benliğe hizmet eden yüklemeye yanlılığı arasındaki ilişkiyi düzenleyen değişkenlerdir. Benliğe yönelik tehditler söz konusu olduğunda (başarısızlık yönünde geribildirim), bireyler başarısızlıkları için daha fazla dışsal yüklemeye yapmakta ve bu ilişki yukarıda anılan değişkenler tarafından düzenlenmektedir. Buna göre, benliğe ilişkin olumsuz bilgilerin ardından yapılan yüklemeler, benlik kavramının bütünlüğünü koruma, sürdürme veya yüceltme amacına hizmet etmektedir.

Benliğe yönelik bir tehdit olarak başarısızlık geribildiriminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerine etkisinin incelendiği bir çalışmada Green ve arkadaşları (2008), bu tür bir geribildirim benlikle ilişkilendirilen olumsuz davranışlar yerine, olumlu davranışların daha fazla hatırlanmasına ve olumsuz davranışlara yönelik seçici unutkanlığın gerçekleşmesine yol açtığına işaret etmişlerdir. Ancak, araştırmacılar bu tür bir süreçte rol oynayabilecek olası düzenleyici değişkenler üzerinde durmamışlardır.

Yukarıda anılan açıklamalar ve bulgular doğrultusunda, benliği yüceltme ve koruma amaçlı stratejilere etki eden çeşitli bireysel özelliklerin varlığı ve benlik tehdidiyle güçlü bir ilişkisinin bulunduğu söylenebilir. Ancak, benliği yüceltme ve koruma güdülerinin uyumsal yönünün değerlendirilebilmesi için Kendini Belirleme Kuramı'nın farklı bir bakış açısı sunabileceği düşünülebilir. Ayrıca bu kuramsal yaklaşım çerçevesinde benlik tehdidi ile benliği yüceltme ve koruma arasındaki ilişkinin nasıl gerçekleştiğinin değerlendirilmesi mümkün olabilir. Bu bağlamda, bir sonraki bölümde ilgili kuram ve bu kuram çerçevesinde tanımlanan temel psikolojik ihtiyaçlara ayrıntılı şekilde yer verilmektedir.

1.3. KENDİNİ BELİRLEME KURAMI

Kendini Belirleme Kuramı (Self Determination Theory), organizmik-diyalektik bakış açısı doğrultusunda, güdülenme üzerine genel bir kuramdır (KBK; Deci ve Ryan, 1985a, 2000, 2008; Ryan ve Deci, 2000). Bu kuramın bireyi proaktif ve büyüme yönelimli olarak değerlendirmesi pozitif psikoloji yaklaşımıyla da uygunluk göstermektedir (Deci ve Vansteenkiste, 2004). Bireyin doğuştan gelen büyüme eğilimleri (güdülenme ve kişilik bütünleşmesi için zemin oluşturan) ile psikolojik ihtiyaçları ve bu süreçleri besleyen koşullar kuramın merkezinde yer almaktadır. Bu açıdan, klasik dürtü kuramlarının aksine, bu kuramda birey karşı karşıya kaldığı ihtiyaç eksikliği ile yönlendirilen edilgen bir varlık olarak değil, büyüme yönelimli etkin bir varlık olarak değerlendirilir (Deci ve Ryan, 2000).

Bu kuramın dayandığı organizmik bakış açısı, bireyi doğası gereği etkin ve büyüme yönelimli olarak ele alır. Bir organizma olarak bireyin doğumdan itibaren kendi kapasitesini ve ilgilerini etkin şekilde deneme ve sınama eğilimi bulunmaktadır. Tüm bu arayış ve yönelimler, bir organizma olarak insanın uyumsal tasarımının bir parçasıdır. Diğer yandan, bu tür bir süreç dış dünyadan bağımsız şekilde gerçekleşmez. Bu kurama göre, bireyin hem fiziksel ve sosyal çevresiyle etkileşimleri hem de kişisel ilgileri doğrultusunda, girişimlerde bulunma, kapasitesini geliştirme, tercih yapabilme, yetkinlik kazanma ve sosyal

gruplar içerisinde kişilerarası ilişki kurabilme yönünde arayışı bulunmaktadır. Aynı zamanda, içsel deneyimlerini kişilerarası yaşantılarıyla bütünleştirme yönelimindedir. Bu açıdan, bütünleşmiş bir benlik algısına ulaşmak ve daha büyük sosyal yapıların bir parçası olmak önemlidir. Ancak bireyin bu tür bir süreci yönetebilmesi için temel bazı psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması gerekmektedir. Bu ihtiyaçlar özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 1991, 2000, 2008).

Kuramda geçen diyalektik kısım ise doğuştan büyüme yönelimli olan birey ile gelişim sürecinde karşısına çıkan çeşitli güçler arasındaki mücadeleye karşılık gelmektedir (Deci ve Ryan, 1991). Diğer bir deyişle, bireyin etkin benliği ile çevresel güçler arasında diyalektik bir mücadele bulunmaktadır. Bu açıdan, sosyal bağlam önemlidir. Benliğin etkileşimde bulunduğu bu sosyal çevre, bireyin gelişimi için destekleyici bir niteliğe sahip olabileceği gibi engelleyici nitelikte de olabilir. Çünkü hem kişilerarası ilişkileri hem de kişinin kendisiyle ilişkisi yoluyla, bireyin gelişimi desteklenebilir veya engellenebilir. Birey her ne kadar doğuştan belirli ilgi, potansiyel ve bütünleşme amaçlı süreçlerle doğsa da onun benliğinin bütünleşmesi çevreyle etkileşimi doğrultusunda şekillenir. Bu açıdan, benlik sadece sosyal çevreden gelen etkileri yansıtmaz, bunun yanı sıra içsel büyüme süreçlerini de temsil etmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bu içsel büyüme süreçleri ise bireyin kendi deneyim ve davranışlarını başkaları ile ilişkiselliği çerçevesinde bütünleştirmesini kapsamaktadır. Buna göre, benlik sadece sosyal çevreden gelen geribildirimlerin bir sonucu değildir. Dahası, bireyin sosyal çevreyle teması doğrultusunda bu çevreyle bağlantılı bütünleşme sürecini içermektedir.

Genel olarak KBK kişilik gelişimi, benlik düzenleme, temel psikolojik ihtiyaçlar, bireyin amaçları, insan enerjisi, otomatik süreçler, sosyal çevrenin güdülenme, duygu, davranış ve iyi olma hali üzerindeki etkisi, kültürün güdülenme ile ilişkisi gibi konularda açıklamalar sunmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Bu konular KBK içerisinde farklı beş alt kuram çerçevesinde ele alınmaktadır. Bunlardan ilki olan Bilişsel Değerlendirme Kuramı (Cognitive Evaluation Theory; Deci ve Ryan,

1980) içsel güdülenmeyi arttıran veya azaltan etkenler üzerine açıklama getirmektedir. İkinci alt kuram olarak, Organizmik Bütünleşme Kuramı (Organismic Integration Theory; Deci ve Ryan, 1985a) ise güdülenmiş davranışlar ve bu davranışlara ilişkin benlik düzenleme süreçlerine odaklanılan, bu süreçlerde özerkliğin ve içselleştirmenin önemine vurgu yapılan bir kuramdır. Nedensellik Yönelimleri Kuramı (Causality Orientations Theory; Deci ve Ryan, 1985b) olarak adlandırılan üçüncü alt kuramda ise genel güdüsel yönelimlerdeki bireysel farklılıklara odaklanılmaktadır. Dördüncü alt kuram, yaşam amaçlarının içeriği, içsel/dışsal amaçlar ve bu süreçte ihtiyaç doyumunun rolüne ilişkin açıklamaların yer aldığı Amaç İçeriği Kuramı'dır. (Goal Content Theory; Vansteenkiste, Niemiec ve Soenens, 2010). Son olarak, Temel İhtiyaçlar Kuramı'nda (Basic Needs Theory; Ryan ve Deci, 2002) temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkin açıklamalar ile bu ihtiyaçların psikolojik iyi olma haliyle, fiziksel sağlıkla, kişilerarası ilişkilerin kalitesiyle ve performansla ilişkisi ele alınmaktadır. Ancak diğer dört alt kuramda da temel psikolojik ihtiyaçların (özellikle özerklik ihtiyacının) rolü üzerinde önemle durulmaktadır. Bu çalışmanın konusu kapsamında psikolojik ihtiyaçlar açıklanırken ilgili alan yazında genel başlık olarak KBK kullanıldığı için burada da bu genel kuramsal başlık kullanılacaktır.

1.3.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

KBK bağlamında, evrensel nitelikte ve doğuştan gelen bazı temel psikolojik ihtiyaçlardan söz edilmekte (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) ve bu ihtiyaçların karşılanması ölçüsünde psikolojik büyüme (growth), bütünleşme (integrity) ve iyi olma halinin (well-being) sağlandığına işaret edilmektedir (Deci ve Ryan, 2000, 2008; Ryan ve Deci, 2002). Kurama göre, bu ihtiyaçlar, doğuştan gelen organizmik eğilimler çerçevesinde gerçekleşen psikolojik büyümeyi, uyum sağlamayı ve iyi olma halini destekleyen gerekli besinler (nutriment) olarak ele alınmaktadır. Bu temel ihtiyaçlar, aynı zamanda bireylerin amaçlarının veya elde ettikleri sonuçların içeriğinde ve benliği düzenleme süreçlerinde farklılaşmaya yol açmaktadır. Bu açıdan, hem amaca yönelik davranışı hem de

psikolojik gelişme ve iyi olma halini tam olarak anlayabilmek için insanların amaçlarına psikolojik potansiyel sağlayan ve amaç arayışlarını yönlendiren benliği düzenleme süreçleri açısından bu ihtiyaçların üzerinde durulmalıdır. Dahası, insan ruhunun derinlikli yapısıyla ilişkili olan bu ihtiyaçlar etkililik, ilişkisellik ve tutarlılık arayışı yönünde doğuştan gelen ve yaşam boyunca varlığını koruyan eğilimlere işaret etmektedir. Bu yönüyle, temel ihtiyaçlar insan davranışını ve deneyimlerini anlayabilmek açısından büyük önem taşımaktadır (Deci ve Ryan, 1985a, 1991, 2000).

Temel psikolojik ihtiyaçların evrensel olduğuna yönelik vurguyla birlikte, bunların belirginleşmesi veya karşılanma yolu yaşam boyunca ve kültürden kültüre farklılık gösterebilmektedir (Ryan ve Deci, 2000). Yazarlara göre, toplulukçu kültürlerde grup normlarının içselleştirilmesi özellikle ilişkisellik ve özerklik ihtiyaçlarının karşılanması açısından işlevsel olabilmektedir. Diğer yandan, bireyci kültürlerde grup normlarına uymak özerklik ifadesinden ziyade özerkliğe bir tehdit olarak görülebilmektedir. Bu nedenle, temel psikolojik ihtiyaçları ele alırken kültürel bağlamın gözetilmesi gerekmektedir. Bu bağlamda, kültürlerarası düzeyde yürütülen çeşitli araştırmalar temel psikolojik ihtiyaçların evrenselliğine işaret etmektedir (örn., Chen ve ark., 2015; Church ve ark., 2012; Deci ve ark., 2001; Ilardi, Leone, Kasser ve Ryan, 1993).

Bu ihtiyaçlardan özerklik (Ryan ve Deci, 2002, 2006), bireyin davranışlarını kendi tercihleri ile iradesi temelinde gerçekleştirmesi ve bu davranışların benlik ile uygunluk yansıtan nitelikte olması anlamına gelmektedir. Özerklik söz konusu olduğunda, birey davranışlarının kendi ilgileri, değerleri ve inançları temelinde, benliği tarafından yönetildiği algısına sahiptir. Birey özerklik hissettiğinde, davranışlarını kendi benliğinin bir ifadesi olarak deneyimlemiş olur. Kendi düşüncelerinin, duygularının ve davranışlarının kontrol edildiğini veya baskı altına alındığını hissettiği koşulda özerkliğin gerçekleşmediğini söylemek mümkündür. Özerklik başkalarından bağımsız olmaktan (independent) farklı bir kavram olmakla birlikte, yine de bağımlı olmaya (dependent) karşıt bir noktadadır (Ryan ve Deci, 2002). Özerklik ihtiyacının

karşılanmasının uyumsal açıdan sağladığı yarar ise bireyin çevreyle etkileşimini bütünleşme yönelimi doğrultusunda yönetebilmesini, kapasitesini geliştirmeye ve temel ihtiyaçlarını karşılamaya yönelmesini sağlamaktır (Deci ve Ryan, 2000).

Yetkinlik ihtiyacı (White, 1959), bireyin çevresiyle etkili şekilde iletişimde bulunabilme kapasitesini ve güdülenmesini yansıtmaktadır. Bu ihtiyaç bireyi becerilerini ve kapasitesini korumasını veya geliştirmesini sağlayacak zorlu işlerin arayışına itmektedir (Ryan ve Deci, 2002). Yetkinlik sonradan edinilen bir beceri veya kapasite değil, bireyin davranışları üzerinden hissettiği bir tür kendine güven (confidence) ve etkililik hissidir. Bireyin çevreyle etkili iletişimde bulunabilme kapasitesini sınamasına ve geliştirmesine yardımcı olan koşullar ile karşılaşması, bu ihtiyacın karşılanmasına yardımcı olurken, bu tür olanakların olmaması kontrol algısından yoksun olmayla ve istedik sonuçlara ulaşmada yeteneksizlik algısıyla sonuçlanmaktadır (Deci ve Ryan, 1980). Yetkinlik ihtiyacının karşılanmasının birey için uyumsal yönü, onun çevreye ilgi göstermesi ve öğrenmeye açık olması yoluyla, karşılaştığı yeni zorluklarla daha etkili biçimde başa çıkmasını sağlamaktır (Deci ve Ryan, 2000).

Son olarak, ilişkisellik ihtiyacı bireyin kendisi için önemli olan diğer insanlarla yakın ve derinlikli ilişkilere sahip olmaya, aidiyet hissetmeye, başkaları tarafından önemsenmeye ve başkalarını önemsemeye yönelik duyduğu bir ihtiyaçtır (Baumeister ve Leary, 1995; Ryan, 1995). Bu ihtiyacın karşılanmaması ise sosyal olarak yalıtılmışlık (isolation) ile bağlantılıdır. Başkalarına güven duymaya yönelik isteklilik ilişkiselliğin deneyimlenmesiyle bir arada var olur (Ryan, La Guardia, Solky-Butzel, Chirkow ve Kim, 2005). İlişkisellik ihtiyacı bireyin güvenli bir toplulukla birlik içerisinde yaşadığına ve başkalarıyla birlikte olduğuna yönelik hisse karşılık gelmektedir (Ryan ve Deci, 2002). İlişkisellik ihtiyacının karşılanmasının grup yaşamına katılabilmek ve hayatta kalmak açısından işlevsel bir yönü vardır (Deci ve Ryan, 2000).

Deci ve Ryan 'a (2000) göre, insanlar bu temel ihtiyaçların karşılanmasına hizmet eden ya da yardımcı olan amaçlara, durumlara veya ilişkilere yönelme eğilimindedirler. Bu açıdan, kişisel tercihlerde bulunabilecekleri, başarı hissini deneyimleyebilecekleri ve anlamlı kişilerarası ilişkiler kurabilecekleri etkinlikler ile uygun düzeyde zorlu işlerin (optimal challenge) arayışındadırlar. Bu ihtiyaçların karşılanması ölçüsünde, psikolojik sağlık ve yaşam doyumu açısından olumlu sonuçlar söz konusu olmaktadır. Psikolojik büyüme, bütünleşme ve iyi olma hali bu üç temel ihtiyacın karşılanmasına bağlıdır. Dahası, bu ihtiyaçların her biri uygun düzeyde büyümenin (optimal growth) sağlanmasında önemli ve uyumsal niteliktedir. Bu ihtiyaçlardan bir ya da ikisinin karşılanması yeterli olmamakta, her üç ihtiyacın da karşılanması gerekmektedir.

Bireyin büyüme, bütünleşme ve iyi olma halini sağlamaya yönelik içsel bir potansiyelinin bulunmasıyla birlikte, onu savunuculuğa, psikopatolojiye ve saldırganlığa açık hale getiren incinebilir (vulnerable) bir yönü de bulunmaktadır (Ryan ve Deci, 2000; Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Bu süreç temel psikolojik ihtiyaçlarla doğrudan bağlantılıdır. İhtiyaç doyumunun engellenmesi veya ihmali koşulunda, kişisel büyüme ve psikolojik sağlık açısından olumsuz sonuçlarla karşılaşmak kaçınılmazdır (Deci ve Ryan, 2000). Bu ihtiyaçların uygun ve destekleyici olmayan koşullar ya da tehdit veya yoksunluk durumları nedeniyle, yeterli ölçüde karşılanmaması benliği savunucu yönde süreçlerin işlemeye başlaması ve psikolojik iyi olma halinin zarar görmesiyle sonuçlanmaktadır. Psikolojik yapıları bütünleştirmek yerine bölümlere ayırma, başkalarına ilgiden kaçınma, kendine odaklanma veya antisosyal davranış gibi dengeleyici süreçler olarak kendini gösteren bu tür benliği savunucu süreçlerin, destekleyici olmayan koşullarla baş etmek yönünde işlevsel olarak sağladığı yararlar bulunmaktadır.

Vansteenkiste ve Ryan (2013), ihtiyaçların karşılanmamasından ziyade özellikle engelleyici bir çevrenin varlığıyla ihtiyaçların engellenmesinin daha zarar verici olduğunu söylemektedirler. Yazarlara göre, ihtiyaç doyumunun düşük olması ile ihtiyaçların engellenmesi arasında farklı sonuçlar doğurduğu için ayırım yapmak gereklidir. Temel ihtiyaçların doyurulmamasının ötesinde engellenmesi çok

daha kuvvetli olumsuz sonuçlarla bağlantılıdır. Çeşitli fiziksel veya psikolojik belirtilerin görülmesi gibi iyilik halinin olmadığı (ill-being) durumların artması bu olumsuz sonuçlardan biridir. Diğer yandan, ihtiyaç doyumu engellenen bireylerde, çeşitli baş etme yolları olarak, dışsal amaçlara yönelme gibi ihtiyacın yer değiştirmesi veya benlik kontrolünü bırakma, katı davranış örüntüleri edinme ve zıtlaşarak karşı koyma gibi dengeleyici nitelikte davranışlar söz konusu olabilir (ayrıca bkz., Deci ve Ryan, 2000).

Sheldon, Ryan ve Reis (1996) üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanmasındaki gündelik dalgalanmaların yine gündelik yaşamda duygusal iyi olma halindeki dalgalanmaları yordadığına işaret etmektedirler. Bu araştırmanın yanı sıra Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan (2000) çalışmalarında, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının olumlu duygu durumu ve psikolojik canlılık (vitality; fiziksel ve zihinsel zindelik hali) ile ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Diğer yandan, özellikle yetkinlik ihtiyacının ise olumsuz duygu durumu ve belirtilerle ters yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Kültürlerarası karşılaştırmayı içeren ve Bulgar ile Amerikalı çalışan katılımcılarla yürütülen bir başka araştırmada, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının ve özerkliğin desteklenmesinin daha yüksek düzeyde benlik değeri ile olumlu yönde ilişki gösterdiği, kaygı belirtileri ile ters yönde ilişkiye sahip olduğu yönünde bulgular söz konusudur (Deci ve ark., 2001). İhtiyaç doyumu ile iyi olma hali arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka araştırmada dört farklı kültürel bağlamdan elde edilen bulgular bu ilişkiye destek sağlamaktadır (Chen ve ark., 2015). Yazarlara göre, kültürden bağımsız biçimde, temel psikolojik ihtiyaçlar evrensel nitelikte ve bireyin işlevselliği açısından karşılanması gerekli ihtiyaçlardır.

KBK çerçevesinde önerilen temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkin sağlık alanında yapılan araştırmaların yanı sıra, eğitim (Haerens ve ark., 2013; Katz, Kaplan ve Gueta, 2010; Mouratidis, Vansteenkiste, Lend ve Sideridis, 2011; Ratelle ve Duchesne, 2014), iş yaşamı (Gillet, Colombat, Michinov, Provost ve Fouquereau, 2013; Hetland, Hetland, Andreassen, Pallesen ve Notelaers, 2011; Trépanier, Fernet ve Austin, 2014), spor ve egzersiz (Mack ve ark., 2011;

Quested, Duda, Ntoumanis ve Maxwell, 2013; Vlachopoulos ve ark., 2013), kişilerarası ilişkiler (Costa, Ntoumanis ve Bartholomew, 2015; Custers, Westerhof, Kuin ve Riksen-Walraven, 2010; La Guardia, Ryan, Couchman ve Deci, 2000; Patrick, Knee, Canevello ve Lonsbary, 2007), din (Hathcoat ve Fuqua, 2014) gibi alanlar ile olumlu sosyal davranış (Pavey, Greitemeyer ve Sparks, 2011), materyalist değer yönelimi (Unanue, Dittmar, Vignoles ve Vansteenkiste, 2014), kendini gizleme (Uysal, Lin ve Knee, 2010), otobiyografik bellek (Philippe, Koestner, Lecours, Beaulieu-Pelletier ve Bois, 2011) ve benlik değeri (Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993) gibi konular bağlamında incelenmiştir.

1.3.1.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Kişisel Özellikler Arasındaki İlişkiler

KBK, kişilik gelişimi ve benlik düzenleme konularında açıklamalar sunan ve temel psikolojik ihtiyaçların önemine vurgu yapan bir kuramdır (Deci ve Ryan, 2000). Kuram kapsamında, kişilik gelişimi açısından özellikle nedensellik yönelimi ve yaşam amaçları üzerinde durulmaktadır. KBK çerçevesinde, özerk, kontrol edilen ve kişisel olmayan (impersonal) nedensellik yönelimleri ile bu yönelimlerdeki bireysel farklılıklar üzerinde de durulmaktadır (Deci ve Ryan, 1985b, 2000). Buna göre, özerk insanlar kendileri için uygun gördükleri davranışları kendi ilgi ve merakları doğrultusunda yapmak eğilimindedirler. Kontrol edilebilir insanlar ise nasıl davranmalarını gerektiğine ilişkin dışsal kontroller ve yönergeler doğrultusunda davranışta bulunma eğilimindedirler. Kişisel olmayan yönelimli insanlar kendilerini yetersiz hissetme ve niyete bağlı biçimde davranışta bulunmama eğilimindedirler. Bu yönelimlerin gelişmesi açısından temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması önemlidir (Niemi, Ryan ve Deci, 2010; Ryan ve Deci, 2002). Bunun yanı sıra, yaşam boyunca davranışa yön veren amaçlar ve istekler de görece kalıcı ve güdüsel düzeyde kişilikle bağlantılıdır. Bireyin ulaşmaya çalıştığı yaşam amaçlarının içsel olması (kişisel büyüme, yakın ilişkiler ve fiziksel sağlık gibi) birey için daha olumlu sonuçlarla bağlantılıyken, bu amaçların dışsal olması (para, ün ve imaj gibi) çok daha olumsuz sonuçlarla ilişkilidir (Niemi ve ark., 2010). Sonuç olarak, destekleyici

bir sosyal çevrenin varlığında, temel psikolojik ihtiyaçlar sağlıklı ve özerk bir kişiliğin gelişmesini kolaylaştırmaktadır (Deci ve Ryan, 2000).

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının birey için olumlu sonuçlarla ve işlevsellikle bağlantılı olduğu görüşü çerçevesinde çeşitli araştırmalarda bu ihtiyaçların karşılanmasının veya engellenmesinin ilişkili olduğu değişkenler ele alınmıştır. Bu bağlamda, ihtiyaç doyumu ile fiziksel sağlık, psikolojik iyi olma hali ve işlevsellik arasındaki kuramsal olarak da öngörülen ilişkilerin incelendiği bir çok araştırma bulunmaktadır (örn., Campbell ve ark., 2015; Chen ve ark., 2015; Milyavskaya, Philippe ve Koestner, 2013; Reis ve ark., 2000; Ryan, Berstein ve Brown, 2010; Sheldon ve ark., 1996). Dahası, temel ihtiyaçların karşılanmasının birey için zamandan zamana veya bağlamdan bağlama görece istikrarlı olması (dengeli olması) psikolojik iyi olma halinin daha fazla sağlanmasına yol açmaktadır (Sheldon ve Niemiec, 2006). Sağlık davranışlarıyla ilgili Ryan, Patrick, Deci ve Williams (2008) önerdikleri model çerçevesinde, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının fiziksel sağlık (egzersiz yapma, sigara kullanmama, kilo kaybı, sağlıklı diyet yapma gibi) ve ruhsal sağlık davranışlarının (düşük depresyon, kaygı ve somatisasyon ile yüksek yaşam kalitesi gibi) sürdürülmesinde önemli olduğuna dikkat çekmişlerdir. Temel ihtiyaçların sağlık davranışlarıyla ilişkisini meta-analiz çalışmalarında ele alan Ng ve arkadaşları (2012), bu ihtiyaçların karşılanmasının olumlu sağlık davranışıyla ilişkili olduğunu göstermişlerdir.

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının psikolojik ve fiziksel iyi olma hali (Ryan ve ark., 2008) açısından önemine işaret edilmesinin yanı sıra benlik değeri açısından da önemi vurgulanmaktadır (Ryan ve Deci, 2004). KBK kapsamında, Deci ve Ryan (1995) benlik değerini koşula bağlı benlik değeri (contingent self-esteem) ve gerçek benlik değeri (true self-esteem) biçiminde kavramsallaştırmışlardır. Buna göre, koşula bağlı benlik değeri bireyde bazı standartları, kişilerarası ya da kişisel düzeyde bazı beklentileri karşılamasına bağlı olarak, kendine yönelik hissettiklerinin belirlenmesine karşılık gelmektedir. Koşula bağlı benlik değerinin yüksek olması bireyin belirli değerlendirme

boyutlarında kendisinin nerede durduğuyla fazlasıyla ilgili olmasına ve kendini değerli hissedebilmek için belirli standartlara ve başarıya ulaşma çabasına yol açmaktadır. Buna ek olarak, koşula bağlı benlik değeri istikrarsız (unstable) ve kırılğan özelliğindedir (Kernis, 2003). Diğer yandan, gerçek benlik değeri ise dışsal standartlara ve elde edilen belirli başarılarla bağlı olmayan, bireyin doğal olarak sahip olduğu benlik değeridir (Deci ve Ryan, 1995).

Bireyin sahip olduğu bu tür bir benlik değerinin temelinde onun temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması yatmaktadır (Ryan ve Brown, 2003; Ryan ve Deci, 2004). Bu bağlamda, benlik değerinin kendisi bir ihtiyaç olmamakla birlikte, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasıyla veya engellenmesiyle bağlantılıdır. Buna göre, bireyin benlik değeriyle ilgili sorunlarının temelinde ihtiyaç yoksunluğu yer almaktadır. Dahası, bu ihtiyaçların karşılanması, beraberinde benlik değerine yönelik ilginin azalmasını getirmektedir. Buna ek olarak, bu ihtiyaçların karşılanmamasından öte engellenmesi (thwarted) bireyin benlik değerinin zarar görmesine, daha güvensiz veya düşük bir benlik değerine sahip olmasına yol açmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının benlik değerindeki artışla ilişkili olduğuna işareten eden araştırma bulguları bu görüşü destekler niteliktedir (örn., Chen ve ark., 2015; Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993; Podlog, Lochbaum ve Stevens, 2010). Diğer yandan, koşula bağlı benlik değeri ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında kuramsal olarak öngörülen ilişkinin sınındığı çalışmalara pek rastlanmamaktadır.

Sonuç olarak, bu çalışmalarda üç temel ihtiyacın karşılanmasının veya engellenmesinin bireyin yaşamında çeşitli olumlu/olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğuna işareten edilmektedir. Bu açıdan, temel psikolojik ihtiyaçlar ile benlik değerinin kırılğan, değişken ve savunucu olarak görülen yönüyle ele alınmasının ve benliği değerlendirme süreçleriyle (benliği yüceltme ve koruma) ilişkisinin incelenmesinin faydalı olabileceği düşünölmektedir.

1.3.1.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Benliği Yüceltmeye Yönelik Tepkiler

Organizmik bakış açısı temelinde, bireyin büyüme gösterme ve çevreyle etkileşiminde etkin olma yönelimleri, bütünleşme süreçleri ve temel ihtiyaçları onun oluşum halindeki benliğinin (nascent self) çeşitli yönleridir (Deci ve Ryan, 1991). Yazarlara göre, benlik sadece bilişsel mekanizmaları ve yapıları içeren bir örüntü değildir. Aynı zamanda, düzenleyici işlevleri bulunan güdüsel süreçleri de kapsamaktadır. Benlik tüm bu bütünleşme ve güdüsel süreçleriyle birlikte sosyal çevreyle etkileşimi doğrultusunda oluşumunu sürdürür.

KBK'nin organizmik-diyalektik bakış açısı çerçevesinde, içsel güdülenme, dışsal düzenlemelerin benlik ile bütünleştirilmesi ve psikolojik iyi olma haline yönelik girişimler gibi işleyen süreçler açısından, temel psikolojik ihtiyaçların uygun düzeyde karşılanması gerekmektedir. Aynı zamanda, bu ihtiyaçların karşılanması, bireyin benlik bütünlüğü ve psikolojik büyüme sağlama yönündeki eğilimlerinin deneyime dönüşebilmesi için de gereklidir. Uygun veya destekleyici olmayan çevresel koşullar nedeniyle, bu temel ihtiyaçlar karşılanmadığında veya sözü edilen süreçler sekteye uğradığında (dışsal kontrolün söz konusu olması, koşulların gereğinden zorlayıcı veya reddedici olması gibi), işlevsel bir yararı bulunan benliği savunucu ve koruyucu süreçler devreye girmektedir. Karşılanmayan ihtiyaçlar için dengeleyici güdüler olarak devreye giren benliği koruma yönündeki bu tür süreçler, psikolojik yapıları bütünleştirmek yerine ayrıştırmak, başkalarına yönelik ilgiden kaçınma eğilimi, kendine daha fazla odaklanma, psikolojik geri çekilme veya antisosyal davranışlarda bulunma şeklinde ortaya çıkabilmektedir (Deci, ve Ryan, 1985a, 2000). KBK'nın uygun psikolojik büyüme ve bütünleşmenin gerçekleşmediği durumlarda savunucu süreçlerin devreye girdiği görüşü bağlamında, çeşitli araştırmalarda bu savunucu süreçler üzerinde durulmuştur (örn., Hodgins ve ark., 2006; Knee ve Zuckerman, 1996, 1998; Lynch ve O'Mara, 2015).

Örneğin, Knee ve Zuckerman (1996) araştırmalarında, nedensellik yönelimleri (özerk ve kontrol edilebilir) ile benliğe hizmet eden yükleme yanlılıkları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Buna göre, araştırmacılar özerk yönelim

düzeyi yüksek ve aynı zamanda kontrol edilen yönelim düzeyi düşük bireylerin başarısızlık söz konusu olduğunda daha az savunucu yüklemeler yaptıklarını, başarı söz konusu olduğunda ise daha az benliği yüceltme yönünde yüklemeler yaptıklarını bulmuşlardır. Yazarlara göre, özerkliği yüksek ve kontrol edilebilirliği düşük bireylerin başarısızlığa ilişkin daha az savunucu yüklemeler yapmaları, bu geribildirim benlik değeri için daha az tehdit edici algılamalarıyla ve büyüme yönünde bir fırsat olarak görmeleriyle ilişkili olabilir. Bu bireyler olumsuz bir geribildirim psikolojik büyüme yolunda bir fırsat olarak gördükleri için benliğe hizmet eden yüklemelere başvurmaya da pek güdülenmezler.

Knee ve Zuckerman (1998) yürüttükleri bir başka araştırmada ise, birey için stresli yaşam olayları söz konusu olduğunda, kendini belirlemenin, savunucu baş etmedeki azalmayla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bir başka deyişle, kendini belirleme düzeyleri yüksek (yüksek düzeyde özerk yönelimi, düşük düzeyde kontrol edilen yönelimi) olan bireyler stresli yaşam olayları ile daha az savunucu tarzda baş etme eğilimindedirler (1. çalışma) ve benzer biçimde daha az kendini engelleme davranışı (2. çalışma) göstermektedirler. Yazarlara göre, olumsuz yaşam olaylarıyla baş ederken savunucu stratejileri kullanmamak, bu olayları psikolojik büyüme ve bütünleşme çerçevesinde ele almayı sağlamaktadır.

Özerklik ile savunucu tepkiler arasındaki ilişkileri ele alan bir başka çalışmada (Hodgins ve ark., 2006), katılımcıların özerk yönelime bilişsel olarak hazır (priming) hale getirildikleri koşulda, kontrol edilen yönelime hazır hale getirildiklerine oranla, halihazırdaki ortamdan kaçmaya yönelik daha az isteklilik gösterdikleri (birinci çalışma), daha az benliğe hizmet eden yanlılıklarda buldukları (ikinci çalışma), daha az kendini engelleme yönünde davranışlar sergiledikleri ve daha iyi bir performans ortaya koydukları (üçüncü çalışma) gözlenmiştir. Buna göre, yazarlar bireylerde özerk yönelim etkin hale getirildiğinde, bireylerin karşı karşıya kaldıkları yaşam olaylarına daha az savunucu tepkilerde bulduklarını ve daha az kaçınma türünde davranışlar gösterdiklerini söylemektedirler. Buna karşılık, kontrol edilen yönelimin etkin

olmasının ise yaşam olaylarına yönelik daha savunucu tepkilere yol açtığını ifade etmektedirler. Yazarlara göre, özerk yönelimin içeriğini oluşturan ihtiyaçlar ve değerlerin benlikle olan bağlantıları sayesinde, bireylerin daha güçlü benlik değerleri vardır. Bu nedenle, kendilerini daha az incinebilir hissederler ve tehdide yönelik toleransları da yüksektir.

Bu çalışmalarda (Hodgins ve ark., 2006), özerk, kontrol edilen ve kişisel olmayan yönelimler beş kelimenin kullanıldığı bilişsel hazırlama yöntemiyle tetiklenmiş ve etkileri incelenmiştir. Ancak yazarlara göre, gündelik yaşamda insanlar sürekli olarak özerk, kontrol edilen veya kişisel olmayan yönelimleri tetikleyen ipuçları ile karşı karşıya kalmaktadırlar. Gündelik yaşamda doğal biçimde gerçekleşen güdülenme bilişsel hazırlaması benliği savunucu tepkiler ve performans açısından güçlü etkilere sahip olabilir. KBK'ya göre, insanların deneyimlerini bütünleştirme, kendilerine ve dünyaya ilişkin bütünleşik bir temsile sahip olma, psikolojik büyüme gösterme yönünde doğuştan gelen bir eğilimi vardır. Savunuculuğun az olduğu durumlarda, bu bütünleştirme süreci kolaylaşmaktadır. Çünkü bir deneyim savunma gösterilerek reddedildiğinde, bu deneyimin bütünleştirilmesi söz konusu olmaz. Bu açıdan, özerkliğinin savunucu olmayan tepkiler ile ilişkisi doğrultusunda, psikolojik büyümeyi, bütünleşmeyi ve işlevselliği kolaylaştırabileceği, kontrol yönelimi sonucunda ortaya çıkan kaçınma ve savunma yönündeki tepkilerin ise deneyimden uzaklaşma ve işlevselliğin bozulmasıyla sonuçlanabileceği söylenmektedir.

Yukarıda sözü edilen araştırmalarda, benliği değerlendirme güdülerinden genel olarak benliği koruma güdüsünün ele alındığı ve benliği yüceltme güdüsünün pek incelenmediği görülmektedir. Diğer taraftan, Lynch ve O'Mara (2015) nedensellik yönelimleri (özerk ve kontrol edilen) ile benliği yüceltme ve koruma güdülerini bir arada değerlendirdikleri bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırmacılar bu çalışmalarında, benliği yüceltme stratejilerini "*yaklaşma yönelimli benliği yüceltme*", benliği koruma stratejilerini ise "*kaçınma yönelimli benliği yüceltme*" olarak adlandırmışlar. Benliği yüceltmeyi ise Hepper ve arkadaşlarının (2010) geliştirdiği ölçme aracınının 20 maddeden oluşan kısa formunu kullanarak

değerlendirmişlerdir. Buna göre, Lynch ve O'Mara (2015) ilk çalışmalarında özerk yönelimin, yaklaşma yönelimli benliği yüceltme stratejileriyle (olumluluğu benimseme ve benliği onaylayan yansımalar) olumlu yönde ilişki gösterirken, kaçınma yönelimli benliği yüceltme stratejileriyle (savunuculuk) ters yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırma kapsamında yürütülen ikinci çalışmada ise, özerk yönelim ile iyi olma hali arasında kuramsal olarak öngörülen ve görgül olarak desteklenen ilişkiye, yaklaşma yönelimli stratejilerin aracılık ettiğini göstermişlerdir. Sonuç olarak, yazarlara göre nedensellik yönelimleri açısından benliği yüceltme ve koruma farklı biçimlerde ele alınmalıdır. Yaklaşma yönelimli yüceltme stratejilerine, özerk yönelimli bireyin değerleriyle örtüşme gösterdiği ölçüde daha fazla başvurulacağı söylenmektedir.

KBK bağlamında tanımlanan nedensellik yönelimleri, amaca yönelik davranışı düzenleme açısından genel eğilimlerdir. Dahası, bu bireysel yönelimlerin gelişmesi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyine bağlıdır (Deci ve Ryan, 2000). Bu temel ihtiyaçlar karşılandıkça özerk yönelim güçlenmektedir. Özerklik ihtiyacını desteklemek yerine engelleyen bir çevrenin varlığında kontrol edilen yönelim ortaya çıkarken, her üç ihtiyacın engellendiği durumda kişisel olmayan yönelim gelişmektedir. Sonuç olarak, özerk ve kontrol edilen yönelimler ile benliği yüceltme ve koruma arasındaki ilişkilere işaret eden bu bulgularla birlikte, bu yönelimlere zemin hazırlayan temel psikolojik ihtiyaçlar ile benliği yüceltme ve koruma stratejileri arasındaki ilişkilerin ele alındığı araştırmalara pek rastlanmamaktadır.

1.3.1.3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Benlik Tehdidi İlişkisi

Benliği koruma güdüsüyle bağlantılı benliğe yönelik tehditler, KBK bağlamında temel ihtiyaçların karşılanmasını engelleyen ve bireyin işlevselliğine zarar veren durumlar olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Bireyin tehdit durumlarıyla baş etmek için başvurduğu yol ise dengeleyici nitelikte savunucu süreçlerdir. Böylece birey, destekleyici olmayan çevresel koşulların varlığında, ihtiyaçlarının engellenmesinin yarattığı olumsuz durumdan kendini korumaya

çalışır. Bu bağlamda, örneğin benliğe yönelik bir tehdit olarak geribildirim türünün yetkinlik ihtiyacının karşılanması veya engellenmesi üzerinden farklı etkilerine işaret edilmektedir. Olumsuz geribildirim bireylerin yetkinlik ihtiyacının zarar görmesi yoluyla içsel güdülenmeyi azaltırken, olumlu geribildirim yetkinlik ihtiyacının doyumunu üzerinden içsel güdülenmeyi arttırmaktadır (Deci, 1971; Vallerand ve Reid, 1984; Vansteenkiste ve Deci, 2003).

Deci ve Ryan (2000) tehdit durumlarını temel ihtiyaçlara zarar veren ve savunucu süreçleri tetikleyen durumlar olarak tanımlamakla birlikte, özerk yönelimli bireyin bu benlik tehditlerini daha az savunucu karşıladığına vurgu yapmaktadırlar. Benzer biçimde, Hodgins ve Knee (2002) benlik düzenleme süreçlerinde özerklik söz konusu olduğunda, bireyin davranışlarını kendi ilgi, tercih ve değerleri çerçevesinde düzenleyeceğini ve bu tür bir sürecin de ihtiyaç doyumunu gerektirdiğini söylemektedirler. Dahası özerk yönelimin, yanlış şekilde algılamayı ve tepkide bulunmayı kapsayan savunuculuğun azalmasıyla sonuçlanacağı vurgulanmaktadır (Deci ve Ryan, 2000; Hodgins ve Knee, 2002). Ayrıca ihtiyaç doyumunun bireyi deneyime daha açık hale getireceği, stresli ve tehdit edici olayların zararlı etkilerine karşı onu koruyan bir kaynak işlevi göreceği belirtilmektedir. Çünkü temel ihtiyaçların karşılanmasıyla bağlantılı olarak, özerk yönelimli birey bütünleşmiş ve güvenli benlik yapılarına sahiptir. Benliğe ilişkin bu tür bir süreç de bireyin tehdidin etkisine yönelik eşliğini etkileyerek yükseltmektedir.

Benliğe yönelik tehdidin savunucu süreçlerle ilişkisine, özerk ve kontrol edilen güdülenmenin ışığında dikkat çeken bir çalışmada Hodgins ve arkadaşları (2010) bu görüşü sınamışlardır. Araştırmacılar tehdidi katılımcılarla birebir görüşme sırasında, nötr ya da tehdit edici nitelikte soruların sorulmasıyla değişimleşmişlerdir. Güdülenme yönelimi ise karışık kelimelerden cümle oluşturma göreviyle bilişsel hazırlama tekniğiyle değişimlenmiştir. Son olarak, savunucu yüklemelere ilişkin ölçümler fizyolojik bazı ölçümlerin yanı sıra, katılımcıların tehdidin değişimlendiği görüşme ile sonrasında yaptıkları konuşma esnasında kaydedilen video görüntülerinin kodlanması yoluyla elde edilmiştir.

Sonuç olarak, özerk güdülenmenin harekete geçirildiği bireylerin sosyal bir tehdide yönelik daha az savunucu tepkiler verdikleri ve performanslarının arttığı, kontrol edilen güdülenmenin harekete geçirildiği bireylerde ise tehdide yönelik daha savunucu tepkilerin geliştiği ve bireylerin bir sonraki görevde sergiledikleri performansın azaldığı gözlemlenmiştir. Knee ve Zuckerman (1996) da özerk yönelimli bireylerin tehdit edici bir durum karşısında daha az savunucu davrandıklarına işaret ederek, bu durumu tehdit içerikli bilgilerin benlik değeri için daha az tehdit edici algılanması ve büyüme yönünde bir fırsat olarak görülmesine bağlamışlardır. Sonuç olarak, güdüsel yönelimlerin benliği yüceltme ve koruma güdüleriyle ilişkisine ve benlik tehditlerine yönelik tepkilerdeki rolüne ilişkin yukarıda anılan bulgularla birlikte, bu yönelimlere zemin hazırlayan temel psikolojik ihtiyaçların rolünün incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

1. 4. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmada ilk olarak, benliği yüceltme ve koruma ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkileri incelemek amaçlanmıştır. Bu amaçla, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ile Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları gerçekleştirilmiş ve birinci çalışmada ilgili değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Araştırmanın ikinci amacı ise benliğe yönelik bir tehdit olarak başarısızlık geribildiriminin benliği koruma amaçlı bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisini ortaya çıkarıp çıkarmadığını ve temel psikolojik ihtiyaçların bu ilişkide düzenleyici değişken olarak rol oynayıp oynamadığını incelemektir. Bu amaçla, temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin geliştirilmesine yönelik ön çalışmalar yürütülmüştür. Sonrasında, deneysel bağlamda araştırmanın ikinci sorusuna cevap aranmıştır.

Bu çalışmada Kendini Belirleme Kuramı'nın temel psikolojik ihtiyaçlarla ilgili sağladığı bakış açısı doğrultusunda, benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin uyumsallığını değerlendirmek ve benlik tehdidine karşılık verilen savunucu tepkilerdeki rolünü incelemek amaçlanmıştır. Organizmik diyalektik bakış açısına dayalı KBK, güdülenme ve kişilik gelişimi üzerine genel bir kuramdır (Deci ve Ryan, 1985a, 2000). Etkin bir varlık olarak birey, doğumundan itibaren büyüme ve çevresiyle etkileşimi doğrultusunda bütünleşme yönelimlidir. Bireyin kişisel ilgileri doğrultusunda girişimlerde bulunma, tercih yapabilme, kapasitesini geliştirme, yetkinlik kazanma ve kişilerarası ilişkiler kurabilme yönünde bir arayışı vardır. Bireyin bu potansiyelini gerçekleştirebilmesi için ise temel psikolojik ihtiyaçlarının (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) karşılanması gerekmektedir (Deci ve Ryan, 1991, 2000, 2008). Bu yönüyle, kuram çerçevesinde getirilen açıklamalarda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması merkezi roledir. Bu ihtiyaçlar doğuştan gelmekte, yaşam boyunca varlığını korumakta ve bireyin işlevselliği açısından belirleyici role sahip olmaktadır.

Ayrıca, bireyin amaca yönelik davranışını, benlik düzenleme süreçlerini ve iyi olma halini anlayabilmek açısından da bu ihtiyaçlar önemlidir.

Özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik olarak belirtilen bu ihtiyaçların çevresel koşullarla etkileşime bağlı olarak karşılanması veya engellenmesi, yaşam boyunca ve kültürden kültüre benzer örüntüde, birey için olumlu/olumsuz sonuçlarla ilişkilidir (örn., Chen ve ark., 2015; Deci ve ark., 2001). Özellikle bu temel ihtiyaçların engellenmesi durumunda, destekleyici olmayan koşullarla baş edebilmek için birey işlevsel bir yol olarak savunucu süreçlere başvurmaktadır (Deci ve Ryan 2000; Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Ancak, karşılanmayan ihtiyaçlar için dengeleyici güdüler olarak devreye giren benliği savunma yönündeki bu tür süreçler, psikolojik yapıları bütünleştirmek yerine ayırıştırmak, başkalarına yönelik ilgiden kaçınma eğilimi, kendine daha fazla odaklanma, psikolojik geri çekilme veya antisosyal davranışlarda bulunma şeklinde ortaya çıkabilmektedir. Böyle bir süreç ise bireyin büyüme ve bütünleşme yönündeki arayışını deneyime dönüştürebilmesi ve işlevsellik kazanabilmesi açısından pek yararlı görünmemektedir. Bu doğrultuda, temel psikolojik ihtiyaçların savunucu süreçlerle ilişkisini doğrudan ele alan çalışmalara rastlanmamakla birlikte, nedensellik yönelimleri çerçevesinde bu savunucu süreçlerin incelendiği görülmektedir (örn., Hodgins ve ark., 2006; Knee ve Zuckerman, 1996, 1998; Lynch ve O'Mara, 2015). Bu çalışmada ise ilk olarak, temel psikolojik ihtiyaçların benliği yüceltme ve koruma güdüleriyle ilişkisini doğrudan incelemek ve bu güdülerin temel ihtiyaçlarla farklı yönde ilişkiler gösterip göstermediğini gözlemlemek amaçlanmıştır.

H_{1.1}: Temel ihtiyaçların doyumu benliği yüceltme ile olumlu yönde, benliği koruma ile ters yönde ilişkilidir.

Benliği yüceltme ve benliği koruma güdülerini bireyin benliğe ilişkin olumlu görüşlerini sürdürmesini veya olumsuz bilgilerden kaçınmasını sağlayan ve çeşitli stratejilerle kendini gösteren güdülerdir (Alicke ve Sedikides, 2009, 2011; Baumeister, 1998; Sedikides ve Gregg, 2003). Bu güdüler birey için kendini

kabul düzeyini arttırmak veya azalmasını engellemek (Alicke ve Sedikides, 2009, 2011) ve benlik bütünlüğünü sağlamak (Campbell ve Sedikides, 1999; Sedikides ve Luke, 2007; Tesser ve ark., 2000) açısından önemlidir. Aynı zamanda, bu güdüler amaca yönelik davranışı, bu yönde harcanan çabayı ve benlik uyumsuzluklarının ne derece tolere edilebileceğini anlamak açısından da önemlidir (Alicke ve Sedikides, 2009). Benliği yüceltme ve koruma amaçlı stratejiler bireyin kendi kararlarını, davranışlarını ve kişisel özelliklerini hatırlaması veya açıklaması sürecinde de kendini göstermektedir. Bu yolla istendik benlik görüşlerinin korunması veya artırılması sağlanmaktadır. Bu açıdan, benliği yüceltme ve koruma güdüleri benliği değerlendirme güdüleri arasında en güçlü güdülerdir (Sedikides, 1993, 2007).

İlgili alan yazında, bu iki tür güdü ile bu güdüleri yansıtan stratejilerin birey açısından uyumsal olduğu belirtilmektedir (Alicke ve Sedikides, 2009; Carver ve Scheier, 2009; Sedikides ve Luke, 2007; Taylor ve Brown, 1988). Ancak özellikle savunuculuğu yansıtan stratejilerin (başarısızlıklar için benliğe hizmet eden yükleme yanlışlıkları ve kendini engelleme gibi) benlik düzenlemede başarısızlıkla ilişkili olduğu da ifade edilmektedir (Baumeister, 1998, 2002). Bunun yanı sıra, benliği yüceltme ve koruma yönündeki stratejilerin kısa vadede uyumsal olduğu ancak uzun vadede olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğuna dair araştırma bulguları da söz konusudur (Colvin ve ark., 1995; Johnson ve ark., 1997; Robins ve Beer, 2001). Ancak diğer taraftan, bu güdülerin evrensel bir yönünün bulunduğu ve bireyin uyumsallığını yansıttığı görüşleri ve bu görüşleri destekleyen araştırma bulguları da söz konusudur (Sedikides, 2007; Sedikides ve ark., 2003; Sedikides ve ark., 2005; Hepper ve ark., 2013). Bu güdülerin işlevselliği çerçevesinde, psikolojik iyi olma hali ve benlik değeriyle ilişkilerine dikkat çekilmekte ve sağladığı psikolojik yararları işaret edilmektedir (örn., Kurman, 2003; O'Mara ve ark., 2012; Taylor ve Brown, 1988; Taylor ve ark., 2003a; 2003b).

İlgili alan yazında, benliği yüceltme ve koruma güdülerini temsil eden stratejilerin ayrı ayrı ele alındığı ve bazı kişilik değişkenleriyle ilişkilerinin

incelendiği çeşitli araştırmalar bulunmaktadır (örn., Alicke, 1985; Dunning ve ark., 1989; Kruger ve Dunning, 1999; Krusemark ve ark., 2008; Tice, 1991; Uysal ve Knee, 2012; Wills, 1981). Bunun yanı sıra, bu stratejilerin bütünsel olarak ele alınarak benlik değeri, düzenleyici odak ve narsizm gibi bazı kişilik değişkenleriyle ilişkisine işaret eden bulgular da söz konusudur (Hepper ve ark., 2010). Bu bağlamda, benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin uyumsal yönünü değerlendirebilmek amacıyla, bireyin uyumunun doğrudan belirleyicisi olarak ele alınan temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile ilişkisini incelemek yararlı görünmektedir.

Bireyin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması, onun yaşamında büyüme ve bütünleşme eğilimlerini gerçekleştirdiğine işaret etmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bir başka deyişle, birey kişisel ilgileri doğrultusunda girişimlerde ve tercihlerde bulunabilen, kapasitesini sınayarak geliştirebilen, yetkinlik kazanan ve kişilerarası ilişkiler kurabilen bir birey haline dönüşmektedir. Bu görüşten hareketle, bireyin benlik kavramının olumlu bir içeriğe sahip olduğu ve benlik kabulünü sağladığı da söylenebilir. Temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bir bireyin bu tür bir olumlu içeriğe ve benlik kabulüne ulaşırken benliği yüceltme stratejilerine başvurması söz konusu olabilir. Özetle, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arttıkça, benliği yüceltme stratejilerinin daha fazla kullanılması olasıdır. Diğer taraftan, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması veya engellenmesi ile savunucu süreçler arasında kuramsal olarak öngörülen bir ilişki söz konusudur. Bu doğrultuda, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi azaldıkça, benliği koruma stratejilerinin kullanımının artacağı söylenebilir.

Bunun yanı sıra, evrensel olduğu öne sürülen bu güdüleri farklı bir kültürel bağlamda incelemek, psikolojik uyum açısından işlevselliğini değerlendirebilmek ve belirli kişisel özelliklerle birbirinden farklı biçimde ilişkili olup olmadıklarını gözleyebilmek amacıyla genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleriyle ilişkilerinin incelenmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Benliği ycltmenin ve korumanın psikolojik iyi olma haliyle olumlu yönde ilişkisine işaret eden araştırma bulgularıyla birlikte (rn., Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998; O'Mara ve ark., 2012; Taylor ve Brown, 1988), bu güdülerin uyumsal olmadığını söyleyen araştırmacılar da bulunmaktadır (rn., Colvin ve ark., 1995; Robins ve Beer, 2001) Ayrıca, benliği korumaya yönelik bazı stratejilerin benlik düzenlemede başarısızlığı yansıttığı da öne sürülmektedir (Baumeister, 1998, 2002). Kısacası, bu çalışmalarda, benliği ycltme ve korumanın öznel iyi olma haliyle ilişkisi çelişkili bir biçimde tanımlanmaktadır. Ancak, bu güdülere ilişkin stratejilerin bütünsel biçimde ele alınarak psikolojik iyi olma haliyle ilişkisini inceleyen bir araştırmaya henüz rastlanmamıştır. Bu nedenle, benliği ycltme ve korumanın söz konusu değişkenlerle ilişkileri açısından benzer bir işleyişe sahip olup olmadığı henüz net değildir. Bu bağlamda, bu iki güdünün psikolojik iyi olma haliyle ilişkisinin farklı biçimde gerekleşiş gerçekleşmeyeceğini görmek açıklayıcı olabilir.

H_{1,2}: Benliği ycltme öznel iyi olma hali ile olumlu yönde, benliği koruma ise öznel iyi olma hali ile ters yönde bir ilişki gösterecektir.

Benliği ycltme ve koruma güdüleri ile benlik değerinin ilişkisi bağlamında Dehart ve arkadaşları (2011), bu ilişkiyi incelerken benlik değerinin örtük ve açık türlerini değerlendirmenin gerektiğine dikkat çekmektedirler. Yürütülen farklı araştırmalar bu görüşü destekler nitelikte bulgular sunmaktadır (Jordan ve ark., 2003; Bosson ve ark., 2012). Bunun yanı sıra, benliği ycltme ve korumanın benlik değerinin güvenli ve kırılğan yapısı açısından da incelenmesi gerektiği vurgulanmakta ve kırılğan benlik değerinin özellikle savunuculuk açısından önemine dikkat çekilmektedir (Borton ve ark., 2012; Bosson ve ark., 2003; Jordan ve ark., 2002; Kernis ve ark., 2008). Bu açıdan, her iki güdünün bütünsel biçimde ele alınarak, kırılğan benlik değerinin göstergesi olarak koşula bağlı benlik değeri (Deci ve Ryan, 1995; Kernis, 2003) ile ilişkisini incelemenin, genel benlik değerisiyle görgül biçimde ortaya konulan bağlantılarının (rn., Hepper ve ark., 2010; Hepper ve ark., 2013) tesinde, katkı sağlayabileceği düşünülmüştür. Bu bağlamda, benlik değeri dışsal standartlara ve elde edilen

başarıya bağlı olan bireylerin, gerçek ya da olası bir tehdit algısıyla (dışsal standartlara ve başarıya ulaşamadığına işaret etmesi nedeniyle) daha savunucu tepki verebilecekleri ancak benliği yüceltme girişimlerinin azalacağı beklenmiştir. Diğer yandan, önceki çalışmaların bulgularıyla (Hepper ve ark., 2010; Hepper ve ark., 2013) tutarlı biçimde benliği yüceltmenin, daha istikrarlı bir benlik değerine karşılık gelen genel benlik değeriyle olumlu yönde, ancak benliği koruma güdüsünün bu değişkenle ters yönde ilişkili olacağı beklenmiştir.

H_{1.3}: Benliği yüceltme genel benlik değeri ile olumlu yönde, koşula bağlı benlik değeri ile ters yönde ilişkilidir. Benliği koruma ise genel benlik değeri ile ters yönde, ancak koşula bağlı benlik değeri ile olumlu yönde ilişkilidir.

Benzer biçimde, bu güdülerin belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkisini inceleyen bir araştırma bulgusuna da rastlanmamaktadır. Ancak, belirsizliğe tahammülsüzlüğün kaygı, endişe ve depresyonla bağlantısı (örn., Boelen ve Reijntjes, 2009; Buhr ve Dugas, 2006; McEvoy ve Mahoney, 2012), benliği korumaya yönelik tepkilerle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir. Temel olarak, belirsizliğe tahammülsüzlük bilinmeyene yönelik eğilimsel düzeyde bir korku biçiminde tanımlanmaktadır (Carleton, 2012). Diğer bir deyişle, belirsizliğe karşı tahammülsüz olmak, bireyin belirsiz durum ve olaylara yönelik olumsuz tepki verme eğilimine karşılık gelmektedir (Buhr ve Dugas, 2002). Bu yönüyle, belirsizliğe tahammülsüzlüğü yüksek bireylerin, gerçek veya olası bir tehdide karşı benlik görüşünü koruyabilmek amacıyla daha savunucu tepkiler verebileceği beklenmiştir.

H_{1.4}: Benliği yüceltme belirsizliğe tahammülsüzlük ile ters yönde bir ilişki gösterirken, benliği koruma olumlu yönde ilişki gösterecektir.

İlgili alan yazın ışığında ve bu çalışmanın birinci amacı doğrultusunda, benliği yüceltme ve koruma ile temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) karşılanması, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerinin bir arada incelendiği

ilişkisel bir çalışma yürütülmüş ve yukarıda yer verilen denenceler sınanmıştır. Ayrıca, psikolojik işlevsellik açısından önemli olduğu öne sürülen temel psikolojik ihtiyaçların genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkilerine de bakılmıştır.

H_{1.5}: Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi genel benlik değeri ve öznel iyi olma hali ile olumlu yönde, koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ters yönde ilişki gösterecektir.

Bu çalışmanın ikinci amacı benliğe yönelik bir tehdidin bellekte olumsuz bilginin ihmali olarak tanımlanan belirli bir benliği koruma stratejisi üzerindeki etkisini incelemek ve temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının bu etkideki azaltıcı rolünü sınamaktır. Bireylerin benliği yüceltme veya koruma yönünde çeşitli stratejilere başvurmasına yol açan önemli bir etken benliğe yönelik tehditlerin söz konusu olmasıdır (Alicke ve Sedikides, 2009). Bu bağlamda yapılan çalışmalarda, başarısızlık geribildirimi, etkisi sıklıkla incelenen benliğe yönelik bir tehdittir (örn., Campbell ve Sedikides, 1999). Çünkü olumsuz geribildirim bireye benlik kavramıyla ilişkili olumsuz içerikte bir bilgi sunmakta (Leary ve ark., 2009) ve onun benlik bütünlüğünü hedef almaktadır (Sherman ve Cohen, 2006). Birey benliğe ilişkin bu olumsuz bilgiden kaçınabilmek ve benlik bütünlüğünü tekrar sağlayabilmek için çeşitli stratejiler aracılığıyla benlik tehdidiyle mücadele eder (Sedikides, 2012). Bu yollardan biri bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisidir. Bu strateji benlikle ilişkili bilginin işlenmesinin seçici biçimde gerçekleşmesine, olumsuz bilgilerin daha kolay unutulmasına ve böylece bellek süreçlerinde benliği koruyucu bir yanlılığın varlığına karşılık gelmektedir (Sedikides ve Green, 2006, 2009; Sedikides ve ark., 2004). Benliğe yönelik bir tehdidin varlığında bu stratejinin işlediğine yönelik araştırma bulguları söz konusudur (örn., Green ve ark., 2008; Pinter ve ark., 2011; Sedikides ve Green, 2000). Başarısızlık geribildiriminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisine işaret eden söz konusu araştırma bulgularıyla birlikte, bu etkiyi düzenleyen koşullar ile ilgili pek açıklık getirilmemektedir. Bu bağlamda, temel psikolojik ihtiyaçların bu ilişkide önemli bir rol oynayabileceği

düşünülebilir. Bu noktadan hareketle, KBK çerçevesinde tanımlanan özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının desteklenmesinin, benliğe yönelik bir tehdit olarak başarısızlık geribildirimının benliği koruma amaçlı bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisini azaltan bir değişken olabileceği düşünülmektedir. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması bireyin benlik bütünlüğü ve psikolojik iyi olma hali açısından önemlidir (Deci ve Ryan, 1985a, 2000) ve aynı zamanda, bu tür olumlu bir örüntü benlik değerinin daha güçlü olmasıyla da ilişkilidir (örn.; Deci ve Ryan, 1985a, 1995; Hodgins ve ark., 2007; Ryan ve Deci, 2001). Diğer yandan, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmaması söz konusu olduğunda, bireyin benlik bütünlüğü ve psikolojik iyi olma hali açısından olumsuz bazı sonuçlarla birlikte, benliği savunucu süreçler devreye girmektedir (Deci ve Ryan, 1985a, 2000). Bir başka deyişle, bireyin benlik tehdidiyle daha savunucu bir yoldan baş etmesi temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmamasının bir ürünü olabilir.

H_{2.1}: Benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildirimi, başarı geribildirimine oranla, benliği koruma yönünde gösterilen savunucu bellek süreçlerine yol açar.

H_{2.2}: Benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildirimi ile benliği savunucu tepkiler arasındaki ilişkiyi temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesi düzenler. Buna göre, özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçları desteklenen bireyler, kontrol koşulundaki bireylere oranla, başarısızlık geribildirimine yönelik daha az savunucu tepki gösterirler.

Araştırmanın deneysel olarak yürütülen ikinci çalışmasında ise, benliğe yönelik bir tehdit olarak başarısızlık geribildiriminin, benliği koruma stratejisi olarak tanımlanan bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisini ve üç temel psikolojik ihtiyacın (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) desteklenmesinin düzenleyici rolünü sınamak amaçlanmış ve yukarıda yer verilen denenceler sınanmıştır.

BÖLÜM 2

BİRİNCİ ÇALIŞMA

Bu bölümde, bu araştırmanın birinci çalışmasında yer alan bir asıl çalışmaya ve bunun öncesinde yürütülen ön çalışmalara ilişkin örneklem bilgileri, veri toplama araçlarının psikometrik özellikleri, araştırmaların yürütülme süreci ve elde edilen bulgular yer almaktadır. Birinci asıl çalışmada benliği yüceltme ve koruma stratejileri ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi bireysel farklılık düzeyinde ele alınarak, hem bu değişkenler arasındaki ilişkiler hem de bunların koşula bağlı ve genel benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleriyle ilişkileri incelenmiştir. Bu bağlamda, yürütülen üç ön çalışmayla Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği ile Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır.

Bu araştırmada, benliği yüceltme ve koruma ile temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) karşılanma düzeyi, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Buna göre, bireylerin benliği yüceltme eğilimleri arttıkça, her üç temel psikolojik ihtiyacın karşılanma düzeyinin, genel benlik değerinin ve öznel iyi olma halinin artacağı beklenmiştir. Diğer yandan, benliği yüceltme eğilimindeki artışın koşula bağlı benlik değerindeki ve belirsizliğe tahammülsüzlükteki azalmayla ilişkili olacağı düşünülmüştür. Benliği koruma güdüsü bağlamında ise, benliği koruma eğilimi arttıkça, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin, genel benlik değerinin ve öznel iyi olma halinin azalacağı, ancak koşula bağlı benlik değeri ile belirsizliğe tahammülsüzlüğün artacağı beklenmiştir.

2.1. YÖNTEM

2.1.1. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçlarına İlişkin Uyarlama Çalışmaları

Birinci çalışmada kullanılması amacıyla, öncelikli olarak Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (birinci ve ikinci ön çalışma) ile Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin (üçüncü ön çalışma) Türkçe'ye uyarlama çalışmaları yürütülmüştür. Bu bölümde ilgili uyarlama çalışmalarının yöntem ve bulgularına yer verilmiştir.

2.1.1.1. Birinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması

Bu çalışmada, KBK kapsamında temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) üzerine geliştirilen ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile genel benlik değeri arasındaki ilişkiye bakılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların genel benlik değeriyle kuramsal olarak öngörülen (Deci vey Ryan, 2000) ve farklı çalışmalarla görgül olarak destek sağlanan (örn., Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993) bir ilişkisine işaret edilmektedir. Buna göre, bu çalışma kapsamında temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin ölçüt-bağıntılı geçerliğini sınamak amacıyla genel benlik değeriyle ilişkisi incelenmiş ve değişkenler arasında olumlu yönde bir ilişkinin bulunması beklenmiştir.

2.1.1.1.1. Katılımcılar

Araştırmanın örneklemi Hacettepe ve Maltepe üniversitelerinde öğrenci olan toplam 255 kişiden oluşmaktadır. Bu kişilerden 14'ü tek bir ölçekte 3'ten fazla soruya cevap vermemeleri, 8'i yaş üzerinden aşırı değer olmaları ve 1'i yaşını

belirtmemesi gerekçesiyle analizler dışında bırakılmıştır. Bu nedenle, söz konusu üniversitelerin farklı bölümlerinde okuyan 232 katılımcı ile analizler yürütülmüştür. Örneklemin 183'ü kadın (% 78.9), 49'u ise erkek (% 21.1) katılımcılardır. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında değişmektedir (Ort.=20.92, S=1.44). Örneklemin iki farklı üniversitede öğrenim gören öğrencilerden oluşması nedeniyle, değişkenler açısından gruplararası karşılaştırma yapılmış ve istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır.

2.1.1.1.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği, Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği ve demografik bilgi formu kullanılmıştır.

2.1.1.1.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği

KBK bağlamında temel psikolojik ihtiyaçlar olarak tanımlanan özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyini ölçmek amacıyla Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği kullanılmıştır (Basic Psychological Needs Scale; Gagné, 2003). Bu ölçek yazar tarafından İş Yaşamında İhtiyaç Doyumu Ölçeği'nden (Need Satisfaction at Work Scale, Ilardi ve ark., 1993) uyarlanarak oluşturulmuştur. Söz konusu ölçek üç temel ihtiyacı temsil eden ve toplam 21 maddeden oluşan 7'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekten alınan puanın artması, bireylerde temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin artmasına işaret etmektedir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .89 olarak bulunurken, 7 madde içeren özerklik alt boyutu için bu değer .69, 6 madde ile temsil edilen yetkinlik alt boyutu için .71 ve 8 maddeden oluşan ilişkisellik alt boyutu için ise .86 olarak rapor edilmiştir (Gagné, 2003).

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmasının yapılması amacıyla ölçek maddeleri araştırmacı tarafından İngilizce aslından Türkçe'ye çevrilmiş ve yapılan çevirilerin uygunluğu sosyal psikoloji alanında uzman dört yargıcı tarafından

değerlendirilmiştir. Yargıcılardan elde edilen geribildirimler doğrultusunda, ifadelerde gerekli değişikliklere gidilerek ölçeğin Türkçe formunun son hali elde edilmiştir. Ölçeğin orijinal dildeki maddeleri EK 1'de sunulmuştur. Aslında bu ölçeğe ilişkin Türkiye'de farklı iki grup araştırmacı üniversite öğrencileri üzerinde uyarlama çalışmaları yürüdüğü görülmektedir (Bacanlı, ve Cihangir-Çankaya, 2003; Kesici, Üre, Bozgeyikli ve Sünbül, 2003). Ancak ölçek bu araştırmada farklı bir çeviriyle kullanıldığından faktör örüntüsü yeniden incelenmiştir.

2.1.1.1.2.2. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği

Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen 5 olumlu ve 5 olumsuz ifade içeren bu ölçek toplam 10 maddeden oluşmaktadır (EK 2). Değerlendirmeler 1 ile 4 arasında yapılmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puan genel benlik değerinin artışına işaret etmektedir. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Söz konusu bu çalışmada ise bu değer .73 olarak hesaplanmıştır.

2.1.1.1.2.3. Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara demografik bilgi formunda cinsiyetleri, doğum yılı, bölümleri ve kaçınıcı sınıfta oldukları sorulmuştur.

2.1.1.1.3. İşlem

Veri toplama araçları katılımcılara ders saatlerinde, dersin sorumlularından izin alınarak ve ilgili ders için ekstra puan karşılığında gruplar halinde uygulanmıştır. Katılımcılar ölçek sorularını cevaplandırmadan önce araştırmanın amacı ve cevaplarının gizli kalacağı konusunda bilgilendirilmişlerdir. Katılımcılara kimlik bilgilerini açığa çıkaracak herhangi bir soru sorulmamıştır. Sıra etkisini engellemek amacıyla ölçeklerin sıraları değiştirilerek katılımcılara sunulmuştur.

2.1.1.1.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin faktör yapısını ve maddelerin orijinal ölçekte adı geçen boyutlar altında yer alıp almadığını incelemek amacıyla, verilere kovaryans matrisi kullanılarak doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Faktör yapısına ilişkin modelin veri ile uyumunu değerlendirmek için yaygın şekilde bakılan uyum indeksleri incelenmiştir (Sümer, 2000). Buna göre, uyum indeksi sonuçlarının üç boyutlu model için iyi destek sağlamadığı görülmüştür [χ^2 (186, N=232)=430,72, $p<.001$, RMSEA=.08, GFI=.84, AGFI=.80, CFI=.72, NNFI=.68]. Model, grafik olarak Şekil 1'de sunulmuştur. χ^2 /sd oranının 5:1'in altında kalması modelin orta düzeyde uyum göstermesine işaret etmektedir. Ancak, diğer uyum indekslerine bakıldığında, modelde yer alan ilişkilerin gözden geçirilmesi ve bazı değişikliklere gidilmesi gerektiği anlaşılmıştır (ayrıntılı bilgi için bkz., Byrne, 2006; Sümer, 2000).

Modifikasyon indeksleri incelendiğinde, bazı madde çiftlerinin ve bazı maddeler ile ilişkisellik boyutunun bağlantılarının modele eklendiği durumda, modelin uyum indeksinde artış sağlanacağı görülmüştür. Buna göre, ilişkisellik boyutuna ait olan 7. madde (*çoğunlukla kendi başımayımdır ve pek fazla sosyal temasım yoktur*) ile 16. maddenin (*yakın olduğum pek fazla insan yoktur*) hata kovaryanslarının birbirine bağlanmasının χ^2 değerinde 23.32'lik bir azalmaya yol açacağı gözlenmiştir. Bu durumun iki maddenin anlamsal olarak birbirine benzer olmasından kaynaklandığı düşünülmüştür.

Modifikasyon indeksinde yer alan diğer bir öneri ise orijinal çalışmada özerklik boyutu altında tanımlanan 14. maddenin (*günderlik yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alma eğilimindedirler*) modelde ilişkisellik boyutuna bağlanmasının, χ^2 değerinde 42.81'lik bir düşmeyle sonuçlanacağına işaret etmektedir. Bu durumun ifadede kişilerarası ilişkilere vurgu yapılmasından kaynaklandığı düşünülebilir.

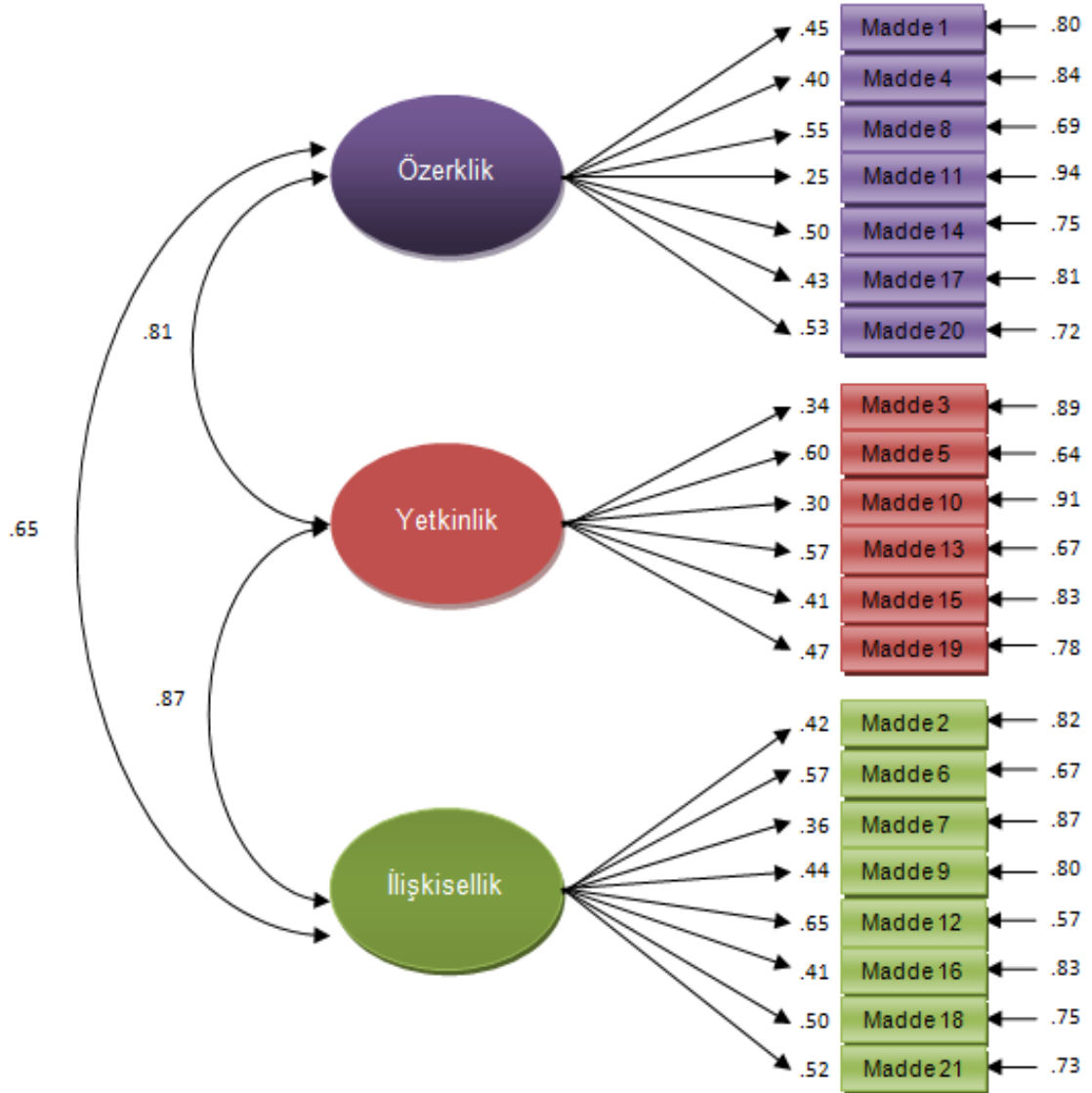
İndeksteki diğer bir öneri ise ilişkisellik boyutunda tanımlanan 12. madde (*yaşamımdaki insanlar beni önemserler*) ile özerklik boyutunda tanımlanan 14. maddenin (*gündelik yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alma eğilimindedirler*) hata kovaryanslarının birbirine bağlanması χ^2 değerinde 11.90'lık bir düşmeye karşılık geleceği ile ilgilidir. Bu durumun, iki maddenin anlamsal olarak birbirine yakın olmasıyla bağlantılı olduğu söylenebilir.

Şekil 1'de görüldüğü gibi, ilişkisellik boyutu maddelerinin faktör yükleri .36 ile .65 arasında değişmektedir. Bu yüklerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak ilişkisellik boyutunun, bu maddelerden bazılarında açıkladığı varyans .20'nin altında görünmektedir (değerler .13 ile 18 arasında değişmektedir). Özerklik boyutu bağlamında ise faktör yüklerinin .25 ile .55 arasında değiştiği ve 11. maddenin faktör yükü dışında, bu yüklerin anlamlı olduğu gözlenmiştir. Özerklik boyutunun maddeler üzerinde açıkladığı varyansın halihazırda faktör yükü anlamlı bulunmayan 11. madde için çok düşük olduğu (.06) diğer maddeler için ise .16 ile 31 arasında değiştiği sonucu elde edilmiştir.

Son olarak, yetkinlik boyutu için elde edilen faktör yüklerinin (10. madde dışında) istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve bu değerlerin .30 ile .60 arasında değiştiği gözlenmiştir. Yetkinlik boyutunun maddeler üzerinde açıkladığı varyansın ise .09 ile .36 arasında değiştiği ve özellikle madde 3, 10 ve 15 için açıklanan varyansın .20'nin altında kaldığı görülmüştür. Bu bulguların yanı sıra, boyutlar arasında olumlu yönde .65 ile .87 arasında değişen ve istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olan korelasyonlar bulunmaktadır.

Ölçeğe ilişkin orijinal araştırmada, ölçeğin faktör yapısı hakkında bulgular yer almamaktadır. Maddelerin boyutları kuramsal olarak belirlenmiş ve ölçeğe ilişkin iç tutarlılık katsayısı (.89) ile alt boyutların birbiriyle ilişkisine ait korelasyon katsayıları rapor edilmiştir (Gagné, 2003). Ölçekle ilgili söz konusu bu duruma

bu ölçeğin kullanıldığı çalışmalara yönelik yaptıkları inceleme doğrultusunda Johnston ve Finney (2010) de dikkat çekmişlerdir.



Şekil 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının grafik gösterimi

Yazarlar bu çalışmalarda söz konusu ölçeğin faktör yapısına ilişkin bulguların yer almadığından ve faktör yapısına yönelik sunulan bilgilerin ölçeğin uyarlandığı "İş Yaşamında Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği"ne ait olduğundan bahsetmişlerdir. Bu nedenle, yürüttükleri araştırmada ölçeğin faktör yapısını belirlemeyi amaçlamışlar ve bağımsız örneklem gruplarında ölçeğin tek

boyutlu/çok boyutlu faktör yapısını sınımlamışlardır. Araştırmacılar, bağımsız örneklem gruplarından elde ettikleri verilere uyguladıkları doğrulayıcı faktör analizi sonuçları temelinde, ölçeğin tek boyutlu bir yapıya sahip olmadığına işaret etmişlerdir. Diğer taraftan, üç faktörlü yapıyı sınımladıklarında ise, özellikle ters kodlanan ve özerklik ile ilişkili maddelere bağılı olarak modelin doğrulanmadığı bulgusunu rapor etmişlerdir. Yazarlar, ters kodlanan bazı maddeler (4, 11, 14, 16 ve 20) dışarıda bırakılarak tekrarlanan doğrulayıcı faktör analizleri sonucunda, bu maddelerin ölçekten çıkarıldığında üç faktörlü bir yapının elde edilebileceğine işaret etmişlerdir.

İlgili ölçeğin faktör yapısına yönelik Sheldon ve Hilpert (2012) ise araştırmalarında, bu ölçekte yer alan ifadelerin ve faktör yapısının sorunlu olduğuna dikkat çekmiş ve alternatif bir ölçek geliştirmişlerdir. Araştırmacıların her iki ölçme aracı için de önerisi olumlu ve olumsuz yöndeki maddelerin birer boyut olarak değerlendirilmesiyle ilişkilidir. Buna göre, olumlu yöndeki maddelerin temel ihtiyaçların karşılanmasına, olumsuz yöndeki ifadelerin ise ters madde olmaktan öte bu ihtiyaçların engellenmesi veya karşılanmamasına işaret ettiğini belirtmişlerdir. Her iki ölçek için yürütülen doğrulayıcı faktör analizlerinin bulguları bu tür bir bakış açısını destekler nitelikte sonuçlar vermiştir. Kültürlerarası bağlamda yürütülen bir başka araştırmada Chen ve ark. (2014), temel psikolojik ihtiyaçların ölçümüne ilişkin yukarıda anılan sorunlar nedeniyle, alanyazında var olan ölçme araçlarından yola çıkarak bu ihtiyaçların ölçümüne yönelik yeni bir ölçek geliştirmişlerdir. Araştırmacılar, ölçek maddelerini hem üç temel psikolojik ihtiyaç hem de ihtiyaçların karşılanmaması/engellenmesi (Sheldon ve Hilpert tarafından önerilen) boyutları üzerinden sınımlamışlar ve ters maddelerle ilişkili bu tür bir faktör yapısının uygunluğuna işaret etmişlerdir.

Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması amaçlı bu çalışma kapsamında, ölçeğe ilişkin üç faktörlü modele, Sheldon ve Hilpert (2012) tarafından önerilen ihtiyacın karşılanması/engellenmesi boyutları eklenerek doğrulayıcı faktör analizi tekrarlanmıştır. Buna göre, olumlu yöndeki maddeler ihtiyacın karşılanması düzeyini, ters yöndeki maddeler ise ihtiyacın engellenme/karşılanmama

düzeyini temsil eden boyutlar olarak modele eklenmişlerdir. Ancak, uyum indeksi sonuçları temelinde bu tür bir modelin desteklenmediği gözlenmiştir.

Yukarıda aktarılan bulgular temelinde, ölçeğin faktör yapısının kuramsal olarak önerilen faktör yapısıyla örtüşmediği ve sorunlu ifadelerin bulunduğu anlaşılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini ölçme amaçlı bu ölçeğin, kuramsal olarak öngörülen, ancak istatistiksel bağlamda doğrulanmayan faktör yapısını daha iyi anlayabilmek amacıyla verilere açıklayıcı faktör analizinin uygulanmasının yararlı olabileceği düşünülmüştür. Aşağıda bu analiz sonuçlarına yer verilmektedir.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin faktör analizine uygun olup olmadığını incelemek amacıyla Kaiser Meyer Olkin (KMO) ile Bartlett testleri yapılmıştır. KMO değeri .80 olarak elde edilmiştir. Bu değer .60'ın üzerinde olması ve Bartlett testinin anlamlı çıkması (1049.10, $p < .001$) verilere faktör analizi uygulanabileceğini göstermektedir. Ölçeğin faktör yapısını inceleyebilmek için maddelere uygulanan temel bileşenler analizi sonucuna göre, özdeğeri 1'den büyük olan ve özdeğer grafiğinin (Scree plot) işaret ettiği 3 faktör bulunmuştur. Söz konusu faktör sayısı maddelere uygulanan paralel analiz sonucuyla da desteklenmiştir (Hayton, Allen ve Scarpello, 2004; Horn, 1965). Bu analizin sonuçları Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği için temel bileşenler analizi ve paralel analiz sonucu elde edilen öz değerlerinin karşılaştırılması

Faktör	Temel Bileşenler Analizi öz değeri	Paralel Analiz öz değeri
1	4.748	1.670
2	1.933	1.510
3	1.503	1.417
4	1.230	1.367

Not: Temel Bileşenler Analizi sonucunda elde edilen ilk üç faktörün öz değeri Paralel Analiz sonucunda elde edilen ilk üç faktörün öz değerinden büyük olduğu için uygun faktör sayısı üç olarak belirlenmiştir.

Promax eksen döndürme tekniği kullanılarak tekrarlanan temel bileşenler analizinde maddeler üç faktöre zorlanmıştır. Ölçeğe ilişkin bu 3 faktörlü yapı toplam varyansın % 38.97'sini açıklamaktadır. Faktörleri oluşturan maddeler ve

faktör yükleri Tablo 2’de sunulmuştur. Analiz sonucunda elde edilen faktörler ve bu faktörleri oluşturan maddeler incelendiğinde, ölçeğe ilişkin kuramsal temelli olarak önerilen faktör yapısından farklılık gösterdiği bulunmuştur. Buna göre, aşağıda açıklanacağı gibi boyutlara ait maddelerden bazıları kendi boyutlarına yüklenmemiş ve ters maddeler bir boyut oluşturmuştur. Benzer şekilde, Johnston ve Finney (2010) de yürüttükleri araştırmalarında, ölçekte yer alan ters maddelerin bir boyut oluşturduğuna yönelik benzer nitelikte bulgular elde etmişler ve bu maddelerin sorunlu olduğuna işaret etmişlerdir.

Faktörler tek tek incelendiğinde, birinci faktörün varyansın % 22.61’ini açıkladığı ve 9 madde içerdiği gözlenmiştir. Bu faktörde ilişkisellik ihtiyacının karşılanmasına yönelik ifadelerin ağırlıklı olduğu görülmüştür (5 madde). Bununla birlikte, orijinal çalışmada yetkinlik boyutu altında tanımlanan 5. madde (*tanıdığım insanlar bana yaptığım şeylerde iyi olduğumu söylerler*), 10. madde (*son zamanlarda ilginç yeni beceriler kazanabildim*) ve 13. madde (*çoğu zaman yaptığım şeylerden dolayı bir başarı duygusu elde ederim*) ile yine orijinal çalışmada özerklik boyutunun altında yer alan 14. madde (*gündelik yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alma eğilimindedirler*) bu boyut altında yer almıştır. Bunlardan 5. ve 14. maddelerde ilişkiselliğe yapılan bir vurgudan söz edilebilir. Bu nedenle, ilişkiselliği temsil eden maddelerle bir arada olabileceği düşünülmüş ve bu boyut orijinal ölçekteki gibi *“ilişkisellik”* olarak adlandırılmıştır.

Varyansın % 9.20’sini açıklayan ikinci faktördeki 7 madde incelendiğinde ise, bu maddelerden 6 tanesinin ters kodlanan maddeler olduğu gözlenmiştir. Bu boyutta yer alan son maddenin (11. madde) ise hem ikinci hem de üçüncü faktöre çok yakın değerinde yüklendiği gözlenmiştir. Bu boyut için maddelerin içeriklerinden ziyade ifadelerin yönü dolayısıyla bir boyut oluşturdukları ve bu boyutun olumsuz tepki setini yansıttığı düşünülmüştür (örn., Carmines ve Zeller, 1979; Marsh, 1996; Paulhus, 1991; Schmitt ve Stults, 1985). Son olarak, üçüncü faktör ise özerklik ihtiyacının karşılanmasıyla ilişkili 5 maddeyi içermekte

ve varyansın % 7.16'sını açıklamaktadır. Bu boyut orijinal ölçekteki "özerklik" alt boyutuyla tutarlık göstermektedir.

Tablo 2: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin maddelerine ilişkin temel bileşenler analizi sonuçları

Maddeler	Faktör yükleri		
	1	2	3
6. Temas kurduğum insanlarla iyi geçinirim. (İ)	.69		
12. Yaşamımdaki insanlar bana önemserler. (İ)	.69	.38	
5. Tanıdığım insanlar bana yaptığım şeylerde iyi olduğumu söylerler. (Y)	.67		
21. Genelde insanlar bana karşı oldukça dost canlısıdır. (İ)	.65		
14. Gündelik yaşamımda etkileşimde bulunduğum insanlar duygularımı dikkate alma eğilimindedirler. (Ö)	.65	.39	
13. Çoğu zaman yaptığım şeylerden dolayı bir başarı duygusu hissederim. (Y)	.61		.40
2. Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanırım. (İ)	.53		
9. Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanları en iyi arkadaşlarım olarak görürüm. (İ)	.51		
10. Son zamanlarda ilginç yeni beceriler kazanabildim. (Y)	.30		
16. Yakın olduğum pek fazla insan yoktur. (İ)		.67	
15. Yaşamımda ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını pek elde etmem. (Y)	.66		
7. Çoğunlukla kendi başıyım ve pek fazla sosyal temasım yoktur. (İ)	.62		
19. Çoğu kez kendimi çok fazla yetenekli bulmam. (Y)	.58		.42
18. Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanlar benden pek hoşlanıyor gibi görünmezler. (İ)	.39	.54	
3. Çoğu kez, kendimi çok yetkin görmem. (Y)		.40	
11. Günlük yaşamımda, çoğu kez bana söyleneni yapmak zorunda kalırım. (Ö)	.36		.35
1. Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede kendimi özgür hissederim. (Ö)			.71
8. Düşüncelerimi ve görüşlerimi ifade etmekte genellikle kendimi özgür hissederim. (Ö)			.66
20. Gündelik yaşamımda birtakım şeyleri nasıl yapacağıma karar verme fırsatı pek bulunmamakta. (Ö)		.35	.64
4. Yaşamımda kendimi baskı altında hissederim. (Ö)			.52
17. Gündelik yaşamımda kendim olabildiğimi oldukça fazla hissederim. (Ö)	.38		.43
Açıklanan varyans (%)			38.97
Alt boyutlar için iç tutarlık katsayıları	.76	.66	.63
Tüm maddeler için iç tutarlık katsayısı			.81

NOT: Maddelerin orijinal ölçekte buldukları alt boyutlar (Ö) özerklik, (Y) yetkinlik ve (İ) ilişkisellik olarak yanlarına belirtilmiştir. 3, 4, 7, 11, 15, 16, 18, 19 ve 20 numaralı maddeler ters kodlanmaktadır.

Ölçeğin güvenirliğini belirleyebilmek amacıyla hem ölçekte yer alan tüm maddeler hem de faktör analizi sonucunda ortaya çıkan 3 alt boyut için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre, ölçeğin tümü için iç tutarlık katsayısı .81 olarak elde edilmiştir. Bu değer ölçeğin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini ölçmede kullanılabilmesi açısından kabul edilebilir bir düzeyde görünmektedir. İç tutarlık katsayıları ilişkisellik alt boyutu için .76, ters maddelerin bulunduğu ikinci boyut için ise .66 ve özerklik alt boyutu için .63 olarak elde edilmiştir. Ölçeğe ilişkin madde toplam korelasyon katsayıları ile maddelerin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 3'te gösterilmiştir.

Ölçeğin ölçüt-bağıntılı geçerliğini değerlendirmek için ölçeğin genelinden elde edilen ortalama puan ile benlik değerine ilişkin ortalama puan arasındaki ilişkiye bakıldığında, bu ilişkinin olumlu yönde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu gözlenmiştir ($r=.21$, $p<.01$). Buna göre, önceki çalışmalarla tutarlı olarak (Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993), bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi arttıkça, benlik değerlerinin de arttığı söylenebilir.

Tablo 3: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'ne ilişkin madde toplam korelasyonu, ortalama, standart sapma ve madde çıktığında Cronbach Alfa değerleri

Maddeler	Madde toplam korelasyonu	Ort.	S	Madde silindiğinde ölçeğin α değeri
1	.33	5.19	1.58	.80
2	.34	5.17	1.50	.80
3	.31	4.84	1.48	.80
4	.30	5.20	1.70	.81
5	.48	5.41	1.28	.80
6	.42	5.98	1.16	.80
7	.32	5.87	1.44	.80
8	.41	5.55	1.52	.80
9	.36	5.29	1.69	.80
10	.25	4.06	1.84	.81
11	.20	4.90	1.61	.81
12	.51	5.96	1.10	.80
13	.46	5.73	1.32	.80
14	.50	5.64	1.29	.80
15	.40	4.82	1.73	.80
16	.37	5.66	1.79	.80
17	.33	5.44	1.65	.80
18	.46	6.25	1.10	.80
19	.46	4.99	1.63	.80
20	.41	5.18	1.59	.80
21	.34	5.80	1.26	.80

Genel olarak açıklayıcı faktör analizi bulguları bağlamında, ölçeğin temel psikolojik ihtiyaçlardan ilişkisellik ve özerklik ihtiyaçlarının karşılanması durumunu ayrı ayrı ölçme konusunda uygun olabileceği, ancak yetkinlik ihtiyacını ölçme konusunda bazı sorunların söz konusu olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra, ölçeğin içerdiği olumsuz ifadelerin bir araya toplanarak yapay bir boyut oluşturması karşılaşılan diğer bir sorundur. Bu bağlamda, ters maddelerin oluşturduğu tepki setini azaltabilmek ve temel psikolojik ihtiyaçları kültüre ve dile uygun biçimde ölçek içerisinde temsil edebilmek amacıyla ikinci bir ön çalışmanın yapılmasına karar verilmiştir. Böylece, ölçekte hâlihazırda var olan ifadelerin tekrar gözden geçirilmesi ve yeni maddelerin eklenmesi yoluyla ölçeğin psikometrik özelliklerinin iyileştirilmesi amaçlanmıştır.

2.1.1.2. İkinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin Gözden Geçirilmesi

Temel psikolojik ihtiyaçların ölçümüne yönelik kullanılan Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin (Gagné, 2003) bir önceki ön çalışmada, kuramsal olarak önerilen faktör yapısını karşılamadığı gözlenmiştir. Bu nedenle, söz konusu bu araştırmada, ölçeğe madde eklenerek ve var olan maddeler gözden geçirilerek yeni bir formunun oluşturulması ve daha dakik bir ölçüm aracının elde edilmesi amaçlanmıştır.

2.1.1.2.1. Katılımcılar

Bu çalışmanın örneklemini Hacettepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören toplam 252 katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcılardan 6'sı ölçekleri eksik doldurmaları ve 20'si ise aşırı değer olmaları gerekçesiyle analizler dışında bırakılmıştır. Bu nedenle, ilgili analizler 226 katılımcı ile yürütülmüştür. Örneklemin 191'i kadın (% 84.50), 35'i (% 15.50) ise erkektir. Katılımcıların yaşları 18 ile 25 arasında değişmektedir (Ort.= 20.74, S= 1.57).

2.1.1.2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla demografik bilgi formu, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form), Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği ve Sosyal İstenirlik Ölçeği kullanılmıştır.

2.1.1.2.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin yeni formu, araştırmacı tarafından orijinali birinci ön çalışmada kullanılan ölçeğe, temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkin diğer ölçümler ve ihtiyaçların tanımları göz önünde bulundurularak eklenen 20 madde ile elde edilmiştir. Bu yeni maddeler sosyal psikoloji alanında uzman üç bağımsız yargıcı tarafından hem ifadelerin uygunluğu hem de ihtiyaçları temsil edebilirliği açısından değerlendirilmiştir. Yargıcılardan gelen öneriler doğrultusunda ifadelerde değişikliklere gidilerek 40 maddelik yeni form oluşturulmuş ve EK 3'te sunulmuştur. Bu maddelerden 15'i ilişkiselliği (4 ters madde), 13'ü yetkinliği (4 ters madde) ve 12'si özerkliği (5 ters madde) temsil etmektedir. Toplamda ise 13 madde ters kodlanmaktadır. Bu formda, orijinal maddeler ile yeni eklenen maddeler rastgele şekilde sıralanmıştır. Bu nedenle, orijinal maddelerin numaraları değişmiş ancak ilgili maddeler gri tonlamayla gösterilmiştir.

2.1.1.2.2.2. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği

Ölçeğe ilişkin bilgi birinci ön çalışmada yer almaktadır. Bu çalışma için iç tutarlık katsayısı ise .87 olarak elde edilmiştir.

2.1.1.2.2.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği

Sosyal İstenirlik Ölçeği Kozan (1983) tarafından bireylerin sosyal istenirliği olan yanıtları verme eğilimlerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 20 maddeden oluşan

ölçekteki sorulara "doğru" ve "yanlış" cevapları verilebilmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı .76, bir hafta arayla elde edilen test tekrar test güvenilirlik katsayısı ise .91 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için ise iç tutarlık katsayısı .73 olarak elde edilmiştir (EK 4).

2.1.1.2.2.4. Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara demografik bilgi formunda cinsiyetleri, doğum yılı, bölümleri ve sınıfları gibi sorular sorulmuştur.

2.1.1.2.3. İşlem

Veri toplama araçları katılımcılara ders saatlerinde, dersin sorumlularından izin alınarak ve ilgili ders için ekstra puan karşılığında gruplar halinde uygulanmıştır. Katılımcılar ölçek sorularını cevaplandırmadan önce araştırmanın amacı ve cevaplarının gizli kalacağı konusunda bilgilendirilmişlerdir. Katılımcılara kimlik bilgilerini açığa çıkaracak herhangi bir soru sorulmamıştır. Sıra etkisini engellemek amacıyla ölçeklerin sıraları değiştirilerek katılımcılara sunulmuştur.

2.1.1.2.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'ne ait bu yeni formda yer alan maddelerin faktör analizine uygun olup olmadığını incelemek amacıyla Kaiser Meyer Olkin (KMO) ile Bartlett testleri yapılmıştır. KMO değeri .89 olarak elde edilmiştir. Bu değer .60'ın üzerinde olması ve Bartlett testinin anlamlı çıkması (4727.97, $p < .001$) verilere faktör analizi uygulanabileceğini göstermektedir. Ölçeğin faktör yapısını inceleyebilmek için maddelere uygulanan temel bileşenler analizi sonucuna göre, özdeğeri 1'den büyük olan ve özdeğer grafiğinin (scree plot) işaret ettiği 4 faktör bulunmuştur. Söz konusu faktör sayısı maddelere uygulanan paralel analiz (Hayton ve ark., 2004; Horn, 1965) sonucuyla da

desteklenmiştir (Tablo 4). Buna göre, Promax eksen döndürme tekniği kullanılarak tekrarlanan temel bileşenler analizinde, maddeler 4 faktöre zorlanmıştır. Analiz sonucunda bu 4 faktörden 3'ünün temel psikolojik ihtiyaçları yansıtan boyutlar olduğu, bir faktörün ise ters kodlanan maddelerden oluştuğu gözlenmiştir. Bu nedenle, analiz tekrarlanarak maddeler kuramsal olarak da önerilen 3 boyuta zorlanmıştır.

Tablo 4: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form) için temel bileşenler analizi ve paralel analiz sonucu elde edilen öz değerlerinin karşılaştırılması

Faktör	Temel Bileşenler Analizi öz değeri	Paralel Analiz öz değeri
1	11.049	1.975
2	4.101	1.824
3	2.925	1.727
4	2.135	1.673
5	1.472	1.611

Not: Temel Bileşenler Analizi sonucunda elde edilen ilk dört faktörün öz değeri Paralel Analiz sonucunda elde edilen ilk dört faktörün öz değerinden büyük olduğu için uygun faktör sayısı üç olarak belirlenmiştir.

Elde edilen bulgulara göre, ölçek bu üç faktörlü yapıyla varyansın % 45.19'unu açıklamaktadır. Ölçeğin orijinaline ilişkin yürütülen birinci ön çalışmada elde edilen sonuçlara benzer şekilde, ters kodlanan maddelerin (3. ve 35. madde dışında) yapay şekilde bir boyut altında toplandığı gözlenmiştir. Bunun yanı sıra, ilk faktörü oluşturan maddelerin olumlu yönde kodlanan özerklik ve yetkinlik ifadeleri olduğu, ikinci faktörün ise ilişkiselliği temsil eden maddelerden oluştuğu gözlenmiştir. Ölçeğin geneli için iç tutarlık katsayısı .92 olarak hesaplanmıştır.

Bir ölçme aracında, evet deme (acquiescence) eğilimini önleyebilmek amacıyla, aynı yapıyı ölçmeye yönelik hem olumlu yönde hem de olumsuz yönde maddelerin bir arada kullanılması gerektiği ifade edilmektedir (örn., Cronbach, 1946; Paulhus, 1991; Pedhazur ve Schmelkin, 1991). Ancak, bazı ölçme araçlarında olumsuz yöndeki maddeler, içeriklerinden bağımsız bir biçimde yapay bir boyut oluşturabilmekte ve olumsuz bir tepki setine işaret etmektedir. Bu tür bir tepki seti, ölçeğin faktör yapısını bozması açısından ve ölçekten elde

edilen puanlara dayalı ilişkilerin yorumlanması aşamasında sorun yaratabilmektedir (örn., Carmines ve Zeller, 1979; Marsh, 1996; Paulhus, 1991; Pilotte ve Gable, 1990; Schmitt ve Stults, 1985). Bu araştırma kapsamında yer alan birinci ön çalışmada, ters kodlanan maddelerin bir boyut altında bir araya gelerek olumsuz bir tepki setini yansıttığı ilgili bölümde aktarılmıştır. Bu çalışmadan elde edilen bulgular ışığında, ölçeğe ait ikinci ön çalışmada ters kodlanan maddelerin ifade edilme biçimleri gözden geçirilmiş ve ters yönde yeni maddeler eklenmiştir. Ancak, ölçeğin bu yeni formuna ilişkin açıklayıcı faktör analizi bulguları olumsuz tepki setinin önüne geçilemediğine işaret etmektedir. Bu bağlamda, ters kodlanan maddelerin içeriğinden bağımsız şekilde ifadenin yönü dolayısıyla değerlendirildiği düşünüldüğünden, ölçeğin faktör yapısına yönelik analizler ters maddeler çıkarılarak (Marsh, 1991), olumlu yöndeki maddeler için tekrarlanmıştır.

Araştırmacı tarafından eklenen maddelerle birlikte, ölçeğin bu son formunda bulunan toplam 13 ters madde elenerek, ilgili analizler geriye kalan 27 madde üzerinden tekrarlanmıştır. Bir önceki analizde ölçekte yer alan ters maddelerden 3. ve 35. madde ilişkisellik boyutu altında faktör yüküne sahip olmasına karşılık, olumsuz maddelerin elenmesi işlemiyle tutarlı olmak amacıyla, bu maddeler de analiz dışında bırakılmıştır. 27 madde için veriye uygulanan temel bileşenler analizi sonrasında, 34. maddenin her 3 faktöre birden yakın değerlerde yüklenmiş olması, faktör yükünün ilişkisellik boyutu için görece düşük olması ve bu boyutu temsil eden madde sayısının yeterli görünmesi nedeniyle elenmiştir. Buna göre analizler 26 madde üzerinden tekrarlanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, temel psikolojik ihtiyaçları temsil eden maddelerin uygun boyutlar altında toplandığı ve bu 3 faktörlü yapının varyansın % 53.41'ini açıkladığı gözlenmiştir. Maddeler ve faktör yükleri Tablo 5'te sunulmuştur.

Ölçeğin faktör yapısı incelendiğinde, birinci faktörün varyansın % 32.56'sını açıkladığı ve 11 maddeden oluştuğu gözlenmiş ve bu boyut "*ilişkisellik*" olarak adlandırılmıştır. Bu maddelerden 5 tanesi orijinal ölçeğin maddeleri iken 6 tanesi, araştırmacı tarafından eklenen maddelerdir. Ölçekte yer alan ikinci faktör

ise “yetkinlik” ihtiyacını temsil eden 9 maddeden oluşmakta ve varyansın % 13.39’unu açıklamaktadır. Son olarak, “özerklik” ihtiyacını temsil eden maddelerin bir arada bulunduğu üçüncü faktör, varyansın % 7.47’sini açıklamakta ve 6 maddeden oluşmaktadır.

Tablo 5: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin (Yeni Form) maddelerine ilişkin temel bileşenler analizi sonuçları

Maddeler	Faktörler		
	1	2	3
16. Yaşamımdaki insanlar beni önemserler. (İ)	.78	.44	
26. Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanırım. (İ)	.78		
12. Arkadaşlarımda samimiyetine güvenirim. (İ)	.76		
25. Hayatımdaki insanlarla birlikte olmaktan keyif alırım. (İ)	.72		
11. Yakın olduğum insanların zor zamanlarımda yanımda olacaklarını bilirim. (İ)	.69		
18. Genelde insanlar bana karşı oldukça dost canlısıdır. (İ)	.67		
22. Uzun süredir devam eden dostluklarım var. (İ)	.63		
7. Çevremdeki insanlar benimle zaman geçirmekten hoşlanırlar. (İ)	.60	.40	
4. Önemseyen ve beni önemseyen insanlarla birbirimize temas ettiğimizi hissederim. (İ)	.56		
1. Temas kurduğum insanlarla iyi geçinirim. (İ)	.56		
8. Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanları en iyi arkadaşlarım olarak görürüm. (İ)	.48		
6. Zorlu işleri üstlenir ve ustalıkla başa çıkarırım. (Y)		.78	
5. Çoğu zaman yaptığım şeylerde kendimi başarılı hissederim. (Y)		.76	.41
23. Sahip olduğum beceriler doğrultusunda kendimi geliştirebilirim. (Y)		.76	.46
2. Elime aldığım hemen her işi genellikle iyi yaparım. (Y)		.74	
17. Gündelik yaşamımda karşılaştığım sorunlar için çözümler üretebilecek becerilere sahibim. (Y)	.45	.72	.56
19. Çoğunlukla amacıma ulaşmayı başarırım. (Y)		.72	.43
15. Yaşamımda karşılaştığım zorlukları yenebilecek kapasitedeyim. (Y)	.48	.64	.56
21. Değişik yeni beceriler kazanabilirim. (Y)		.64	
9. Kendime farklı yeni uğraşlar edinebilirim. (Y)		.60	
14. Hayatımda nasıl yaşayacağımın kontrolü bendedir. (Ö)	.47		.92
20. Yaşamıma özgürce yön verebilirim. (Ö)	.47		.85
10. Hayatımı genellikle kendi tercihlerime göre yaşarım. (Ö)	.41		.85
3. Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede özgürüm. (Ö)			.84
24. Tercihlerim “gerçek ben”i yansıtır. (Ö)	.58		.64
13. Genellikle düşüncelerimi ve görüşlerimi özgürce ifade ederim. (Ö)	.52		.57
Açıklanan varyans (%)			53.41
Alt Boyutlar için iç tutarlık katsayıları	.86	.87	.88
Tüm ölçek için iç tutarlık katsayısı			.91

NOT: Gri renkle vurgulanan maddeler orijinal ölçek maddeleridir. (Ö) özerklik, (Y) yetkinlik ve (İ) ilişkisellik maddelerini göstermektedir. Madde numaraları, ölçeğin asıl çalışmada kullanıldığı haliyle yazılmıştır.

Ölçeğin önerilen 26 maddelik son formunun güvenilirliğini belirleyebilmek amacıyla, hem ölçekte yer alan tüm maddeler hem de faktör analizi sonucunda elde edilen 3 alt boyut için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre, ölçeğin geneli için iç tutarlık katsayısı .91 olarak hesaplanmıştır. Bu değer ölçeğin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini ölçmek için uygun bir ölçme aracı olabileceğine işaret etmektedir. Ölçeğin son halinde yer alan maddelerin ölçeğin tümüyle gösterdiği korelasyonlar, ortalama, standart sapma değerleri ve madde silindiğinde ölçeğin iç tutarlılık katsayısına ilişkin bilgiler Tablo 6'da yer almaktadır.

Tablo 6: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin yeni formuna (26 maddelik) ilişkin madde toplam korelasyonu, ortalama ve standart sapma değerleri

Maddeler	Madde toplam korelasyonu	Ort.	S	Madde silindiğinde ölçeğin α değeri
1	.46	5.44	1.10	.90
2	.44	4.90	1.23	.90
4	.46	4.91	1.40	.90
5	.41	5.62	1.29	.91
7	.53	4.86	1.33	.90
9	.49	4.36	1.36	.90
10	.52	5.34	1.10	.90
13	.21	5.12	1.41	.91
14	.45	5.25	1.48	.91
17	.55	5.09	1.30	.90
18	.54	5.71	1.26	.90
20	.43	5.22	1.39	.91
21	.53	5.40	1.22	.90
22	.57	4.99	1.29	.90
23	.65	5.33	1.14	.90
24	.62	5.66	1.07	.90
25	.68	5.48	1.03	.90
27	.39	5.26	1.19	.91
28	.55	5.36	1.04	.90
29	.56	4.97	1.37	.90
31	.53	5.22	1.34	.90
33	.36	6.23	1.23	.91
36	.62	5.61	1.04	.90
37	.61	5.15	1.39	.90
38	.57	5.90	1.06	.90
40	.56	5.49	1.17	.90

Alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlık katsayıları ise ilişkisellik alt boyutu için .86, yetkinlik alt boyutu için .87 ve özerklik alt boyutu için .88 olarak elde edilmiştir. Ancak bu güvenilirlik katsayıları değerlendirilirken, ölçekte yer alan

ifadelerin tümünün olumlu yönde olduğu ve olası bir evet deme eğilimi yüzünden güvenilirlik katsayısının daha yüksek çıkma olasılığı göz önünde bulundurulmalıdır (Peer ve Gamliel, 2011; Schriesheim ve Hill, 1981).

Ölçeğin ölçüt-bağıntılı geçerliğini değerlendirmek amacıyla, ölçeğin genelinden elde edilen ortalama puan ile benlik değerine ilişkin ortalama puan arasındaki ilişkiye bakıldığında, bu ilişkinin olumlu yönde ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu gözlenmiştir ($r=.57$, $p<.01$). Buna göre, önceki çalışmalarla tutarlı olarak (Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993), bireylerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi arttıkça benlik değerlerinin de arttığı söylenebilir. Diğer yandan, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile sosyal istenirlik arasındaki ilişkinin de olumlu yönde ve anlamlı düzeyde olduğu gözlenmiştir ($r=.32$, $p<.01$). Söz konusu bu ilişki temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini ölçme amaçlı maddelerin sosyal istenirlik yönüne sahip olduğuna işaret etmektedir. Buna göre ölçekten elde edilen puanlar değerlendirilirken maddelerin sosyal istenirliği göz önünde bulundurulmalıdır. Ölçeğin özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik alt boyutları ile benlik değeri ve sosyal istenirlik arasındaki ilişkiler Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7: Alt boyutlar arasındaki ve alt boyutların benlik değeri ve sosyal istenirlik değişkenleriyle arasındaki korelasyon katsayıları

	1	2	3	4
1. Özerklik	1			
2. Yetkinlik	.60**	1		
3. İlişkisellik	.29**	.38**	1	
4. Genel benlik değeri	.45**	.55**	.34**	1
5. Sosyal istenirlik	.20**	.34**	.20**	.17*

* $p<.05$; ** $p<.01$

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini ölçme amaçlı bu yeni formun ters madde içermemesi, beraberinde yine bir tepki seti oluşma riskini getirmektedir. Ancak, birinci ön çalışmada geçerlik ve güvenilirliği

değerlendirilen ölçeğin orijinal formuna karşılık, bu yeni formunun özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik alt boyutlarının ayrışmasına hizmet edebilmesi, daha yüksek bir iç tutarlılık göstermesi ve benlik değeri ile daha güçlü bir ilişki sunması gerekçesiyle asıl çalışmada kullanılmasına karar verilmiştir.

2.1.1.3. Üçüncü Ön Çalışma: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe'ye Uyarlanması

Bu ön çalışmada, bireylerin benliğe ilişkin olumlu görüşlerini devam ettirme yönünde kullandıkları benliği yüceltme stratejilerini ve olumsuz görüşlerden kaçınmak için kullandıkları benliği koruma stratejilerini ölçme amaçlı geliştirilen Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin (Hepper ve ark., 2010) Türkçe'ye uyarlanması amaçlanmıştır.

2.1.1.3.1. Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini Maltepe Üniversitesi'nde öğrenci olan toplam 346 kişi oluşturmuştur. Ancak 12 katılımcı tek bir ölçekte 3'ten fazla soruya cevap vermemesi, yaşları 27'nin üzerinde olan 11 katılımcı aşırı değer sayılmaları ve 1 katılımcı yaşını belirtmemesi gerekçesiyle analizler dışında bırakılmıştır. Bu nedenle, söz konusu üniversitenin farklı bölümlerinde (felsefe, rehberlik ve psikolojik danışmanlık, işletme, iktisat, insan kaynakları, sosyoloji, sosyal hizmet, İngilizce öğretmenliği ve psikoloji) okuyan 322 katılımcı ile analizler yürütülmüştür. Örneklemin 254'ü kadın (% 78.9), 68'i ise erkek (% 21.1) katılımcılardır. Katılımcıların yaşları 17 ile 27 arasında değişmektedir (Ort.=20.75, S=1.84).

2.1.1.3.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla demografik bilgi formu, Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği ve Sosyal İstenirlik Ölçeği kullanılmıştır.

2.1.1.3.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği

Benliği yüceltme ve korumaya yönelik stratejileri bütünsel olarak ele almak, sınıflandırmak ve bireysel farklılıkları değerlendirmek amacıyla, Hepper ve arkadaşları (2010) tarafından Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği (Self-Enhancement and Self-Protection Strategies Scale; EK 5) geliştirilmiştir. Yazarlar bu amaçla iki çalışma yürütmüşlerdir. Yazarlar birinci çalışmalarında, farklı kaynaklardan (Web of Science, Google Scholar, PubMed gibi kaynaklardan benliği yüceltme veya içgrup yanlılığı gibi anahtar kelimelerle tarama yaparak ya da konuya ilişkin çeşitli tarama makalelerini inceleyerek) stratejileri temsil eden maddeler oluşturmuşlardır. Böylece alanyazında geçen her bir stratejiyi temsil etmesi amacıyla bir madde ölçeğe dâhil edilmeye çalışılmış ve toplamda 60 maddeye ulaşılmıştır. Bu maddeler katılımcılara yönergesiyle birlikte internet üzerinden sunulmuş ve 6'lı Likert tipi bir ölçek üzerinden veri toplanmıştır. Elde edilen verilere uygulanan açıklayıcı faktör analizi sonucuna göre, ölçeğin 4 boyuttan ve 40 maddeden oluştuğu, faktör yükü .35'in altında olan 20 maddenin ise ölçek dışında bırakıldığı ifade edilmiştir. Ölçek maddelerinin orijinal boyutlarına ilişkin bilgiler yine EK 5'te sunulmuştur.

Bu boyutlar 18 strateji içeren *savunuculuk*, 10 strateji içeren *olumluluğu benimseme*, 6 strateji içeren *olumlu yapılandırma* ve 6 strateji içeren benliği *onaylayan yansımalar* olarak adlandırılan boyutlardır. Yazarlara göre, bu boyutlardan ilki benliği koruma güdüsünü yansıtırken, diğer üç boyut benliği yüceltme güdüsünü yansıtmaktadır. Ölçeğin alt boyutları için elde edilen güvenilirlik katsayıları savunuculuk için .86, olumluluğu benimseme için .78,

olumlu yapılandırmalar için .74 ve benliği onaylayan yansımalar boyutu için .76 olarak bulunmuştur.

Hepper ve arkadaşları (2010) yürüttükleri ikinci çalışmada ise elde ettikleri ölçeğe ilişkin doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarını ve bazı bireysel farklılıklarla (geliştirici ve koruyucu odak, benlik değeri ve narsizm) ilişkilerini incelemeyi amaçlamışlardır. Buna göre, doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının ölçeğin ilk çalışmada elde edilen 4 faktörlü yapısını desteklediğini ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra, ölçeğin alt boyutlarının bireysel farklılıklarla beklenen şekilde ilişkili olduğunu söylemişlerdir.

Söz konusu ölçeğin bu araştırmada kullanması amacıyla Türk kültürüne uyarlama çalışmasının yapılması planlanmıştır. Ancak, orijinal çalışmada ölçek dışında bırakılan 20 madde de bu çalışmaya dâhil edilmiş ve toplam 60 madde üzerinden veri toplanmıştır. Ölçeğin bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi amacıyla, ölçek maddeleri araştırmacı tarafından İngilizce aslından Türkçe'ye çevrilmiştir. Sonrasında, sosyal psikoloji alanında uzman olan üç yargıcı tarafından çevirilerin orijinal ifadelerle uygunluğu değerlendirilmiştir. Yine sosyal psikoloji alanında uzman olan ve ölçeği geliştiren yargıcının birlikte çalıştığı bir yargıcı maddelerin tekrar çevirisini yapmış, çevirilen bu maddeler ölçeği geliştiren ve anadili İngilizce olan yargıcı tarafından değerlendirilmiştir. Yargıcılardan elde edilen geribildirimler doğrultusunda, maddelerde gerekli değişikliklere gidilmiş ve elde edilen form psikolojinin farklı alt alanlarında uzman olan üç yargıcı tarafından ifadelerin anlaşılabilirliği açısından tekrar değerlendirilmiştir.

2.1.1.3.2.2. Sosyal İstenirlik Ölçeği

Ölçeğe ilişkin bilgi ikinci ön çalışmada yer almaktadır. Ölçeğin bu çalışma için iç tutarlık katsayısı ise .71 olarak elde edilmiştir.

2.1.1.3.2.3. Demografik Bilgi Formu

Katılımcılara demografik bilgi formunda cinsiyetleri, doğum yılı, bölümleri ve sınıfları gibi sorular sorulmuştur.

2.1.1.3.3. İşlem

Araştırmanın veri toplama sürecinde, veri toplama araçları katılımcılara ders saatlerinde, dersin sorumlularından izin alınarak ve ilgili ders için ekstra puan karşılığında gruplar halinde uygulanmıştır. Katılımcılar ölçek sorularını cevaplandırmadan önce araştırmanın amacı ve cevaplarının gizli kalacağı konusunda bilgilendirilmişlerdir.

2.1.1.3.4. Ölçeğin Geçerlik ve Güvenirliğine ilişkin Bulgular

Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'ne ait verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını incelemek amacıyla Kaiser Meyer Olkin (KMO) ile Bartlett testleri yapılmıştır. KMO değeri .79 olarak elde edilmiştir. Bu değer .60'ın üzerinde olması ve Bartlett testinin anlamlı çıkması (5412.64, $p < .001$) verilere faktör analizi uygulanabileceğini göstermektedir. Maddelere uygulanan temel bileşenler analizi sonucuna göre özdeğeri 1'den büyük olan ve özdeğer grafiğinin (Scree plot) işaret ettiği üzere 4 faktör bulunmuştur. Söz konusu faktör sayısı maddelere uygulanan paralel analiz (Hayton ve ark., 2004; Horn, 1965) sonucuyla da desteklenmiştir (Tablo 8). Promax eksen döndürme tekniği kullanılarak tekrarlanan temel bileşenler analizinde, ölçek maddelerinden faktör yükü .32'nin altında kalan 12 madde ve birden fazla faktöre yakın değerlerde yüklenen 11 madde çıkarılmıştır. Geriye kalan 37 madde 4 faktöre yüklenmiştir. Ancak birinci ve ikinci faktörlerin son maddeleri, ifadelerin diğer maddelere kıyasla daha uzun olması, en düşük faktör yüküne sahip maddeler olması ve altında yer aldıkları boyutların madde sayısının görece fazla olması gerekçesiyle elenmiştir. Böylece ölçek 35 madde olarak şekillenmiştir. Faktörler

ve faktörlerde yer alan maddeler EK 6'da, ölçekten çıkarılan maddeler ise EK 7'de gösterilmiştir. Bu dört faktörlü yapı toplam varyansın % 36.48'ini açıklamaktadır.

Tablo 8: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği için Temel Bileşenler Analizi ve Paralel Analiz Öz değerlerinin Karşılaştırılması

Faktör	Temel bileşenler analizi öz değeri	Paralel analiz öz değeri
1	8.440	1.933
2	4.234	1.826
3	2.495	1.776
4	1.868	1.751
5	1.722	1.732

Not: Temel bileşenler analizi sonucunda elde edilen ilk dört faktörün öz değeri Paralel Analiz sonucunda elde edilen ilk dört faktörün öz değerinden büyük olduğu için uygun faktör sayısı dört olarak belirlenmiştir.

Yapılan analizler sonucunda elde edilen faktör yapısının orijinal çalışmadan elde edilen bulgulardan farklılık gösterdiği gözlenmiştir. Buna göre, aşağıda her bir faktör açıklanırken ayrıntılı şekilde değinileceği üzere orijinal çalışmada herhangi bir faktöre yüklenmemiş bazı maddeler (6, 11, 22, 33, 34, 38, 43, 50 ve 57 numaralı maddeler) bu çalışmada bazı faktörler altında yer almıştır. Diğer yandan, orijinal çalışmada faktör yüküne sahip bazı maddeler ise burada herhangi bir faktörde yer almamış veya istatistiksel bazı gerekçelerle (7, 10, 14, 23, 24, 25, 26, 29, 35, 40, 42, 48, 53 ve 54 numaralı maddeler) ölçekten çıkarılmıştır. Bunun yanı sıra, söz konusu bu çalışmada bazı maddeler orijinal çalışmadaki faktör yapısından farklı bir örüntü göstermiştir. Aşağıda bu bulgular ayrıntılı olarak aktarılmış ve EK 6 ile EK 7'de faktörlerin orijinal ölçekte hangi boyutta yer aldıkları bilgisi verilmiştir.

Elde edilen faktörlere ve bu faktörler altında toplanan maddelere bakıldığında, ilk faktörün varyansın % 15.52'sini açıkladığı ve 14 maddeden oluştuğu görülmüştür. Söz konusu faktör orijinal ölçeğin ilk faktörüyle benzerlik göstermekte ve benliği korumaya yönelik stratejileri temsil eden maddeleri içermektedir. Bu nedenle, orijinal çalışmadaki gibi bu faktör "savunuculuk" olarak adlandırılmış ve genel olarak benliği koruma güdüsünü yansıttığı

düşünülmüştür. Ayrıca, orijinal ölçek çalışmasında herhangi bir faktöre yüklenmemiş olan 22, 33, 34, 38 ve 57. maddeler bu çalışmada savunuculuk boyutu altında yer almıştır. Bunun yanı sıra, ilk çalışmada olumluluğu benimseme faktörü altında yer alan 41. maddenin de bu faktör altında yer aldığı (*yeni tanıştığınız insanlarla konuşurken, iyi özelliklerinizi ve/veya başarılarınızı vurgularken zaaflarınıza ve/veya başarısızlıklarınıza değinmemek*) görülmüştür. Genel olarak, bu boyutun altında başarısızlık için benliğe hizmet eden yüklemeler, benliğe hizmet eden grup yüklemeleri, karşılaştırmalı iyimserlik, benliğe hizmet eden benlik temsili, dışgrubu değersizleştirme ve kendini engelleme gibi stratejiler yer almaktadır.

İkinci faktör varyansın % 10.33'ünü açıklamakta ve 8 maddeden oluşmaktadır. Söz konusu faktör altında toplanan maddelerin olumlu özellikleri vurgulamaya yönelik ifadeleri temsil ettiği düşünüldüğünden "*benliği olumlama*" olarak adlandırılmıştır. Bu faktörün içerik olarak orijinal çalışmadaki olumluluğu benimseme boyutu ile benzerlik göstermesine karşılık, farklı maddelerden oluşması nedeniyle farklı adlandırılmıştır. Bu faktör altında yer alan 6. madde orijinal çalışmada herhangi bir faktöre yüklenmemiş olmasına rağmen bu çalışmada bu boyut altında yer almıştır. Bununla birlikte, orijinal ölçekte olumlu yapılandırmalar altında yer alan 1., 20. ve 21. maddeler, benliği onaylayan yansımalar boyutunda yer alan 18. ve 19. maddeler ile olumluluğu benimseme boyutunda bulunan 15. ve 25. maddeler burada aynı faktör altında toplanmıştır. Buna göre, bu maddelerin herhangi bir tehdit söz konusu olmamasına rağmen bireylerin sahip oldukları ya da sahip olduklarını düşündükleri olumlu özellikleri ön plana çıkarma yönündeki benliği yüceltme stratejilerine karşılık geldiği görülmüştür. Bu nedenle, bu maddelerin bir boyut oluşturdukları düşünülmüştür. Bu boyutta karşılaştırmalı iyimserlik, geçici karşılaştırma yapma, olumlu geribildirim hatırlama, güçlü yönler odaklanma, ortalamanın üzerinde değerlendirme ile başarı için benliğe hizmet eden yükleme yanlılığı gibi stratejiler yer almakta ve genel olarak benliği yüceltme güdüsünü yansıttığı düşünülmektedir.

Analiz sonucunda elde edilen üçüncü faktör varyansın % 6.07'sini açıklamakta ve 9 madde içermektedir. Bu maddelerden 11, 43 ve 50. maddeler orijinal çalışmada herhangi bir faktör altında yer almayan ancak bu çalışmada faktör yükü alan maddelerdir. Diğer yandan, 3., 51. ve 55. maddeler orijinal çalışmada savunuculuk, 52. madde benliği onaylayan yansımalar ve 58. ve 59. maddeler ise olumluluğu benimseme boyutları altında yer almışlardır. Maddeler incelendiğinde, söz konusu ifadelerin ortak yönünün olumsuz bilgiyle kıyaslayarak olumlu özellikleri vurgulamayı içerdiği görülmüştür. Bu nedenle bu boyut "*olumsuzla kıyaslama*" olarak adlandırılmış ve bu boyutun benliği koruma güdüsünü yansıttığı düşünülmüştür. Savunucu karamsarlık, geçici karşılaştırmalar yapma, gerçeğe karşıt olarak aşağı doğru düşünme, aşağı doğru karşılaştırma yapma, benliğe hizmet eden benlik temsili ve olumlu geribildirim arayışı gibi stratejiler bu boyut altında yer almaktadır.

Son olarak, dördüncü faktör varyansın % 4.56'sını açıklamakta ve 4 maddeden oluşmaktadır. Söz konusu maddelerden üçü (44., 45. ve 46. madde) orijinal çalışmada benliği onaylayan yansımalar, biri ise (36. madde) olumlu yapılandırmalar boyutunda yer alırken bu çalışmada tek bir faktör altında toplanmışlardır. Bu maddelerin olumsuz bir deneyimle başa çıkmayı ve bunun üstesinden gelmeyi temsil eden ifadelerden oluştuğu gözlemlendiğinden bu faktör "*telafi*" olarak adlandırılmıştır. Bu stratejilerin bireyin olumsuz bir durum ve tehdit koşulunda verdiği tepkileri içermesiyle birlikte benliği yüceltmeyi yansıttığı düşünülmüştür. Bu stratejiler arasında değerlere, ilişkilere ve güçlü yönlerle odaklanma ve olumsuz geribildirim üstesinden gelme gibi stratejiler yer almaktadır.

Bu çalışma kapsamında, ölçeğin güvenilirliğini incelemek amacıyla alt boyutların Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmış ve test tekrar test güvenilirliğine bakılmıştır. Buna göre, ölçeğin savunuculuk alt boyutu için iç tutarlık katsayısı .82, benliği olumlama için .68, olumsuzla kıyaslama için .67 ve telafi alt boyutu için .64 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirliğini hesaplamak için iki hafta arayla tekrar veri toplanmıştır. Buna göre, ölçeğin ilk uygulandığı kişilerden 260 katılımcıya tekrar ulaşılarak ölçekteki sorulara yanıt vermeleri istenmiştir. Sonuç olarak, aynı ölçeğin iki hafta arayla uygulanmasından elde edilen puanlar arasındaki korelasyon katsayıları savunuculuk alt boyutu için .74, benliği olumlama için .68, olumsuzla kıyaslama için .67 ve telafi için .54 olarak hesaplanmıştır.

Ölçeğin alt boyutlarının birbiriyle ve sosyal istenirlikle arasındaki korelasyon katsayıları ise Tablo 9'da gösterilmiştir. Savunuculuk alt boyutu hem olumsuzla kıyaslama ($r=.36$, $p<.01$) hem de benliği olumlama ($r=.16$, $p<.01$) alt boyutlarıyla olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki göstermektedir. Buna göre, savunuculuk stratejilerine başvuran kişilerin, aynı zamanda benliği olumlama ve olumsuz bilgiye kıyaslama yaparak olumlu bilgiye vurgu yapma eğiliminde oldukları söylenebilir. Bunun yanı sıra, savunuculuk boyutu sosyal istenirlikle de olumsuz yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki göstermektedir ($r=-.30$, $p<.01$). Söz konusu bu ilişki, bireylerin sosyal istenirlik yönünde tepki verme eğilimleri arttıkça savunucu yönde gösterdikleri tepkilerin azaldığı anlamına gelmekte ve bu boyutta ele alınan stratejilerin sosyal istenirliğe sahip maddeleri içerdiğine işaret etmektedir.

Tablo 9: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin alt boyutlarının birbiriyle ve sosyal istenirlik ile arasındaki korelasyon katsayıları

	1	2	3	4
1. Savunuculuk	-			
2. Benliği olumlama	.16**	-		
3. Olumsuzla kıyaslama	.36**	.21**	-	
4. Telafi	.08	.36**	.15*	-
5. Sosyal istenirlik	-.30**	.07	-.23**	.10

* $p<.05$; ** $p<.01$

Benliği olumlama alt boyutu, hem telafi ($r=.36$, $p<.01$) hem de olumsuzla kıyaslama ($r=.21$, $p<.01$) alt boyutlarıyla olumlu yönde ve anlamlı bir ilişkiye sahiptir. Bireylerin benlikleri ile ilgili olumlu görüşleri öne çıkarma amaçlı stratejilere başvurmalarıyla birlikte, olumsuz olayların üstesinden gelme yönünde stratejileri ve olumsuz bilgiyle kıyaslayarak olumlu bilgilere vurgu yapma yönündeki stratejileri kullanmaları artmaktadır. İlgili alt boyutun sosyal istenirlikle ilişkisine bakıldığında ise bu ilişkinin anlamlı düzeyde olmadığı görülmektedir.

Bireylerin olumsuz bilgilere kıyaslama yaparak olumlu bilgileri ön olana çıkarmalarına hizmet eden stratejilerin ise telafi alt boyutuyla düşük düzeyde ancak olumlu yönde ve anlamlı bir korelasyona sahip olduğu söylenebilir ($r=.15$, $p<.01$). Diğer yandan savunuculuk alt boyutunda olduğu gibi, bu boyutun sosyal istenirlik eğilimi ile ters yönde ve anlamlı bir ilişkisi vardır ($r=-.23$, $p<.01$). Buna göre, söz konusu alt boyutun sosyal istenirliğe duyarlı olduğu söylenebilir. Telafi alt boyutu açısından ise sosyal istenirlik eğilimi ile arasında anlamlı düzeyde bir ilişkinin olmadığı görülmektedir.

Benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin oluşturduğu bu dört boyutun temelde iki boyut altında toplanıp toplanmadığını değerlendirmek amacıyla bu boyutlara ikinci dereceden faktör analizi uygulanmıştır (bkz., Thompson, 2004). Buna göre, temel bileşenler analizi sonucunda, özdeğer grafiğinin işaret ettiği ve özdeğeri 1'den büyük olan iki faktörün bulunduğu gözlenmiştir. Promax rotasyonu uygulanarak tekrarlanan analiz sonucunda savunuculuk ile olumsuzla kıyaslama boyutlarının bir üst faktör altında (faktör yükleri sırasıyla .84 ve .80), benliği olumlama ile telafi boyutlarının ise ikinci bir üst faktör altında (faktör yükleri sırasıyla .84 ve .80) yer aldıkları gözlenmiştir. Bu alt boyutları oluşturan stratejilerin içeriği doğrultusunda, ilk üst faktöre benliği koruma, ikinci üst faktöre ise benliği yüceltme adı verilmiştir. Bu iki faktörlü yapı toplam varyansın % 68.34'ünü açıklamaktadır. Ayrıca benliği yüceltme ve benliği koruma boyutlarının güvenilirliğini değerlendirmek için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre, benliği yüceltme için bu değer .73 (test-

tekrar test güvenilirlik katsayısı .70) ve benliği koruma için .82 (test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .75) olarak hesaplanmıştır. Bu boyutların sosyal istenirlik ile arasındaki ilişkilere bakıldığında, benliği yüceltme için anlamlı düzeyde bir ilişkinin bulunmadığı, benliği koruma için ise sosyal istenirlik ile arasında ters yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişkinin bulunduğu gözlenmiştir ($r=-.33$, $p<.01$). Diğer yandan, benliği yüceltme ve koruma arasında anlamlı düzeyde ve olumlu yönde bir ilişki gözlenmiştir ($r=.21$, $p<.01$).

Son olarak, Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin faktör yapısı orijinal çalışmada 40 madde ve 4 faktör olarak rapor edildiğinden, ölçeğin söz konusu faktör yapısını gösterip göstermediğini sınamak amacıyla veriler üzerinde doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Buna göre, uyum indeksi sonuçlarının model için iyi destek sağlamadığı görülmüştür [χ^2 (734, N= 309) = 1506.02, $p<.001$, RMSEA=.06, GFI=.80, AGFI=.77, CFI=.66, NNFI=.64]. χ^2/sd 'nin (2.05) modelin uyum gösterdiğine işaret etmesiyle birlikte, diğer uyum indekslerinin düşük olması modelin veri ile uyum göstermediğini ortaya koymuştur.

Elde edilen bulgular doğrultusunda, bu ölçeğin benliği yüceltme ve koruma amaçlı stratejileri bütüncül bir biçimde ele alarak ölçmeye hizmet edebileceği ve bu araştırmanın asıl çalışmasında kullanılabileceği düşünülmüştür. Ancak alt boyutların orijinal çalışmada elde edilen boyutlardan farklılaşması ve savunuculuk boyutu dışındaki boyutlar için güvenilirlik katsayılarının görece düşük olması nedeniyle, söz konusu ölçeğin psikometrik özelliklerini geliştirebilmek amacıyla gelecekte çalışmaların yapılması gerektiği görülmüştür.

2.1.2. Birinci Asıl Çalışma: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejilerinin Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Bazı Diğer Kişisel Özelliklerle İlişkilerini İnceleme

Bu araştırmanın amacı, benliği yüceltme ve koruma eğilimlerinin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi, benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük olarak ele alınan bazı kişilik değişkenleriyle ilişkilerini incelemektir.

2.1.2.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın örneklemini Hacettepe, Marmara, Maltepe ve Ufuk üniversitelerinin farklı bölümlerinde (psikoloji, felsefe, sosyal hizmet, sosyoloji, mimarlık, iç mimarlık, gemi ve yat tasarımı, İngilizce öğretmenliği, fen bilgisi öğretmenliği, coğrafya öğretmenliği, sosyal bilgiler öğretmenliği, okul öncesi öğretmenliği, halkla ilişkiler ve tanıtım, radyo, sinema ve televizyon ile gazetecilik) öğrenim gören 728 kişiden oluşmaktadır. Ancak bu kişilerden 47'si bir ölçekte 3'ten fazla soruyu boş bırakması ve 29'u yaş üzerinden aşırı değer olması (26 yaşın üzerinde olanlar) gerekçesiyle analiz dışında bırakılmıştır. Bunun yanı sıra, veriler tek yönlü ve çok yönlü aşırı değerler açısından da incelenmiştir. Buna göre, her bir değişken için hesaplanan z puanları incelenmiş ± 3 'ün üzerinde değerlere sahip 27 katılımcı elenmiştir. Benzer şekilde, Mahalanobis aralığının hesaplanması yoluyla çok yönlü aşırı değer gösteren ($p < .001$) toplam 94 katılımcı analizler dışında bırakılmıştır. Böylece ilgili analizler 531 katılımcının cevapları üzerinden gerçekleştirilmiştir. Bu katılımcıların 365'i kadın (% 68.7) ve 166'sı erkektir (% 31.3). Katılımcıların yaşları ise 18 ile 26 arasında değişmektedir (Ort.=21.16, S=1.54).

2.1.2.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form), Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği, Koşula Bağlı Benlik Değeri Ölçeği, Psikolojik İyi Olma Hali Ölçeği ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği ve demografik bilgi formu kullanılmıştır.

2.1.2.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği

Bu çalışmada daha önce uyarlama çalışması yapılan (üçüncü ön çalışmada) Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğin faktör yapısını bu çalışma kapsamında tekrar gözden geçirmek amacıyla elde edilen verilere açıklayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Buna göre, öncelikle verilerin açıklayıcı faktör analizine uygun olup olmadığı Kaiser Meyer Olkin (KMO; .89) ve Bartlett testleri (5372.12, $p < .001$) ile değerlendirilmiş ve verilere faktör analizi uygulanabileceği görülmüştür. Maddelere uygulanan temel bileşenler analizi sonucuna göre, özdeğeri 1'den büyük ve çizgi grafiğinin işaret ettiği 4 faktör bulunmuştur. Promax eksen döndürme tekniği kullanılarak tekrarlanan temel bileşenler analizinde, ölçek maddelerinden faktör yükü .32'nin altında kalan 1 madde (2. madde) analizler dışında bırakılmıştır. Analiz sonucunda elde edilen 4 faktör incelendiğinde, sonuncu faktörün 3 maddeden oluştuğu gözlenmiştir. Bu maddelerin bir araya gelmesi anlamlı görülmediğinden, maddeler 3 boyuta zorlanarak analiz tekrarlanmıştır. Burada maddelere ilişkin faktör örüntüsünün uyarlama çalışmasında 4 faktörlü yapı temelinde elde edilen bulgulardan farklılaştığı gözlenmiştir. Bu nedenle, ön çalışma kapsamında elde edilen ikinci dereceden faktör analizi bulguları göz önünde tutularak, maddeler iki boyuta zorlanmıştır. Bu iki faktörlü yapı toplam varyansın % 32.08'ini açıklamaktadır.

Bu boyutlardan ilkinde benliği savunucu yönde kullanılan stratejiler yer aldığı için ilgili boyut "*benliği koruma*" olarak adlandırılmıştır. İkinci boyutun ise daha çok benliği yüceltmeyi temsil eden stratejilerden oluşması nedeniyle "*benliği yüceltme*" olarak adlandırılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği bağlamında, alt boyutlara

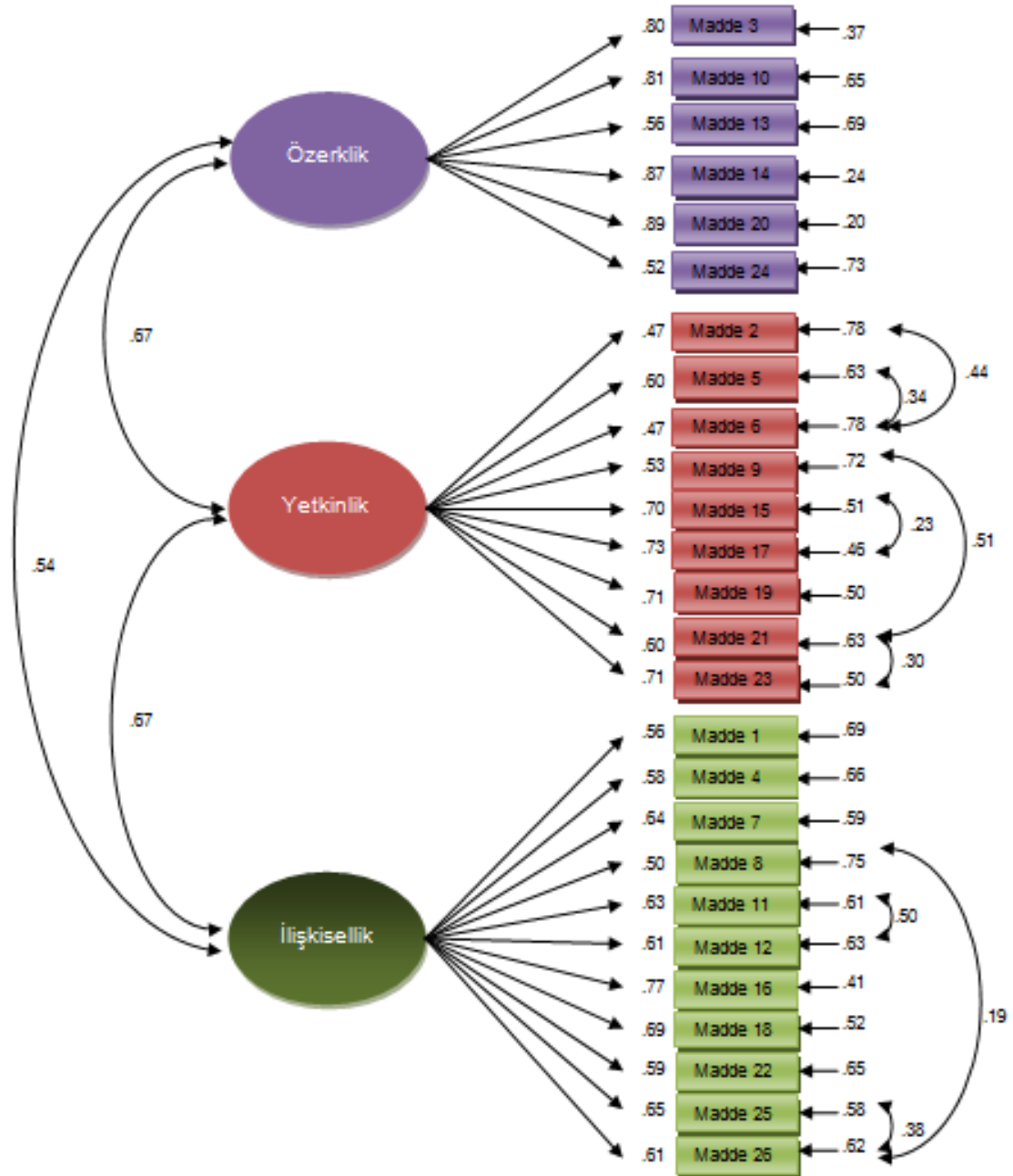
ilişkin Cronbach Alfa katsayıları hesaplanmıştır. Buna göre benliği yüceltme için bu değer .76, benliği koruma için ise .89 olarak elde edilmiştir. Bu değerler ilgili ölçme aracının güvenilirliğinin görece yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bundan sonraki analizlerde temel olarak bu iki değişken kullanılmıştır (EK 8).

Ölçeğe ilişkin hem uyarlama çalışması hem de asıl çalışma kapsamında elde edilen bulgular, ölçeğin temel olarak benliği yüceltme ve korumayı ölçmekte kullanılabileceğine işaret etmektedir. Ancak faktör yapısının değişkenlik göstermesi ölçeğin yapı geçerliğine yönelik soru işaretlerini beraberinde getirmektedir. Bu açıdan gelecekte ölçeğin iyileştirilebilmesi için yeni araştırmalara ihtiyaç duyulduğu anlaşılmıştır. Bu çalışma kapsamında ise ölçeğin yukarıda anılan faktör yapısı çerçevesinde ele alınması uygun görülmüştür.

2.1.2.2.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)

Bu çalışmada daha önce uyarlama çalışması yapılan (ikinci ön çalışmada) Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği kullanılmıştır. Ölçeğe ilişkin yürütülen birinci ve ikinci ön çalışma sonucunda, ölçeğin elde edilen 26 maddelik bu yeni formunun faktör yapısını incelemek amacıyla verilere doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Buna göre, modele ilişkin uyum indeksleri ile modifikasyon indeksleri temelinde, modelde bazı değişikliklere gitmek gerektiği anlaşılmıştır [χ^2 (296, N=531)=1650,38, $p<.001$, RMSEA=.09, GFI=.80, AGFI=.76, CFI=.81, NNFI=.79]. Buna göre, modifikasyon indeksleri temelinde, anlamsal olarak birbirine yakın bazı madde çiftlerinin hata kovaryansları arasındaki ilişkiler serbest bırakılarak analiz tekrarlanmıştır. Analiz sonucunda, elde edilen uyum indeksi değerlerinin model için destek sağladığı gözlenmiştir [χ^2 (279, N=531)=829,53, $p<.001$, RMSEA=.06, GFI=.90, AGFI=.87, CFI=.91, NNFI=.92]. Ölçekte yer alan tüm maddelerin, tanımlandıkları boyut altında ve anlamlı düzeyde faktör yüküne sahip oldukları gözlenmiştir. Model, maddeler arasında izin verilen bağlantılar grafik olarak Şekil 2'de sunulmuştur. Asıl çalışma

kapsamında, ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı .93 olarak hesaplanırken, bu değer ilişkisellik .88, için yetkinlik için .86 ve özerklik için .88 olarak elde edilmiştir.



Şekil 2: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form) doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarının grafik gösterimi

2.1.2.2.3. Koşula Bağlı Benlik Değeri

Koşula bağlı benlik değerini ölçmek amacıyla, Paradise ve Kernis (1999) tarafından geliştirilen (akt., Kernis ve Goldman, 2006) Türk kültürüne uyarlama çalışması Çiffiliz ve Abayhan (2009) tarafından yapılan Koşula Bağlı Benlik Değeri Ölçeği (Contingent Self-Esteem Scale) uygulanmıştır. Söz konusu ölçeğin orijinali 15 maddeden oluşmakta ve bireylerin beklentilerinin karşılanması, başarılı performans ile başkalarının kabulüne bağlı olarak benlik değerini ölçen maddeleri içermektedir. Orijinal ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .85, test tekrar-test güvenirlik katsayısı ise .77 olarak (Paradise ve Kernis, 1999), Türk kültürüne uyarlanan formunun iç tutarlılık katsayısı ise .86 olarak bulunmuştur (Çiffiliz ve Abayhan, 2009; EK 9). Bu araştırma için ise iç tutarlık katsayısı .81 olarak hesaplanmıştır.

2.1.2.2.4. Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği

Ölçeğe ilişkin bilgi birinci ön çalışmada yer almaktadır. Bu çalışma için iç tutarlık katsayısı ise .86 olarak elde edilmiştir.

2.1.2.2.5. Öznel İyi Olma Hali Ölçeği

Öznel iyi olma halini ölçmek amacıyla, Bradburn (1969) tarafından geliştirilen ve Inglehart, Basanez ve Moreno (1998) tarafından yeniden düzenlenen Öznel İyi Olma Ölçeği kullanılmıştır. 10 maddeden oluşan bu ölçek tek boyutlu bir yapıdadır. Katılımcılardan son birkaç haftayı düşünerek kendilerini ölçek ifadeleri temelinde değerlendirmeleri istenir. Ölçekte 2., 4., 6., 8. ve 10. maddeler ters kodlanmaktadır. Katılımcılar cevaplarını evet/hayır biçiminde vermektedirler. Ölçekten alınan yüksek puan öznel iyi olma halindeki artışa karşılık gelmektedir. Türkçe'ye uyarlaması Sümer, Solak ve Harma (2013) tarafından yürütülen öznel iyi olma ölçümünün iç tutarlık katsayısı tüm örneklem için .73, çalışan örnekleme için .70 ve işsiz örnekleme için .76 olarak rapor

edilmiştir (EK 10). Bu araştırma kapsamında ise ölçeğin iç tutarlık katsayısı .63 olarak elde edilmiştir.

2.1.2.2.6. Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği (Intolerance of Uncertainty Scale), bireylerin belirsiz bir duruma yönelik bilişsel, duygusal ve davranışsal düzeyde olumsuz tepki verme eğilimlerini ölçmek amacıyla kullanılan 27 maddeden ve 4 boyuttan oluşan 5'li Likert tipi bir ölçektir (Freeston ve ark., 1994). Ölçeğin orijinal olan Fransızca formunun iç tutarlılık katsayısı .91, İngilizce formunun iç tutarlılık katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur (Buhr ve Dugas, 2002). Bu ölçek "belirsizlik üzücü ve stres vericidir", "belirsizlik eyleme geçmeyi engeller", "belirsiz olaylar olumsuzdur ve kaçınılması gerekir" ve "belirsizlik adil değildir" şeklinde tanımlanan dört boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin İngilizce formundan Türkçe'ye uyarlanması Sarı ve Dağ (2009) tarafından gerçekleştirilmiştir (EK 11). Buna göre, ölçeğin 26 madde ve dört faktörden oluştuğu, .79 değerinde bir iç tutarlık katsayısının bulunduğu rapor edilmiştir. Bu çalışmada ise ölçeğin iç tutarlık katsayısı .95 olarak elde edilmiştir.

2.1.2.3. İşlem

Veri toplama araçları katılımcılara ders saatlerinde, dersin sorumlularından izin alınarak ve ilgili ders için ekstra puan karşılığında gruplar halinde uygulanmıştır. Katılımcılar ölçek sorularını cevaplandırmadan önce araştırmanın amacı ve cevaplarının gizli kalacağı konusunda bilgilendirilmişler ve gönüllü katılımlarına ilişkin onayları alınmıştır (EK 12). Katılımcılara kimlik bilgilerini açığa çıkaracak herhangi bir soru sorulmamıştır. Sıra etkisini engellemek amacıyla ölçeklerin sıraları değiştirilerek katılımcılara sunulmuştur.

2.2. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, birinci asıl çalışma kapsamında toplanan verilere ilişkin istatistiksel analiz sonuçları yer almaktadır. Buna göre, birinci asıl çalışma çerçevesinde, benliği yüceltme ve koruma eğilimleri ile temel psikolojik ihtiyaçlar, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değişkenlerine ilişkin istatistiksel analiz bulgularına yer verilmiştir. Sonrasında, değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiş ve böylece bu ilişkilere yönelik giriş bölümünde önerilen denenceler sınanmıştır. Elde edilen bulgular bu bölümde sunulmuştur.

2.2.1. Benliği Yüceltme ve Koruma ile diğer değişkenler arası korelasyon bulguları

Bu bölümde, öncelikle benliği yüceltme ve koruma, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi, koşula bağlı benlik değeri, genel benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilere ait bulgular aktarılmıştır. Araştırmada yer alan değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri Tablo 10'da sunulmuştur. Değişkenler arasındaki ilişkileri görmek amacıyla yapılan korelasyon analizlerinin sonuçları ise Tablo 11'de sunulmuştur.

Elde edilen bulgulara göre, temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ile benliği yüceltme arasında olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişkinin olduğu gözlenmiştir ($r=.28$, $p<.01$). Yetkinlik ile benliği yüceltmenin ilişkisi incelendiğinde, korelasyon katsayısının $.36$ ($p<.01$) olduğu ve bu değer anlamlı olduğu bulunmuştur. Temel psikolojik ihtiyaçlardan ilişkiselliğin benliği yüceltme ile olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir ($r=.40$, $p<.01$). Buna göre, bireylerde ilişkisellik, yetkinlik ve özerklik ihtiyaçları karşılandıkça, benliğe yönelik olumlu görüşlerini arttırma amaçlı stratejilerin kullanımının da arttığı söylenebilir.

Tablo 10: Değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri

	Ort.	Ss	Min.	Max.
Benliği yüceltme	4.18	.62	1.69	5.92
Benliği koruma	3.09	.76	1.29	5.76
Özerklik	5.46	1.00	1.83	7.00
Yetkinlik	5.48	.77	2.89	7.00
İlişkiselik	5.75	.76	3.27	7.00
Koşula bağlı benlik değeri	3.08	.62	1.00	5.00
Genel benlik değeri	3.19	.48	1.70	4.00
Öznel iyi olma	.84	.14	.50	1.00
Belirsizliğe tahammülsüzlük	2.96	.81	1.08	4.88

Benliği yüceltmenin temel psikolojik ihtiyaçların her biriyle ilişkisine bakıldığında, en yüksek korelasyonu ilişkisellik ihtiyacının karşılanmasıyla gösterdiği gözlenmiştir. Elde edilen bu korelasyonların arasındaki farkların anlamlı olup olmadığı Fisher's z-dönüştürmesi yoluyla incelenmiştir (Steiger, 1980). Buna göre, benliği yüceltmenin ilişkisellik ihtiyacıyla korelasyonunun ($r=.40$, $p<.01$), özerklik ihtiyacıyla korelasyonundan ($r=.28$, $p<.01$) anlamlı düzeyde farklı olduğu gözlenmiştir ($z=3.08$, $p<.05$). Benzer biçimde, benliği yüceltmenin yetkinlik ihtiyacıyla korelasyonunun ($r=.36$, $p<.01$) özerklik ihtiyacıyla korelasyonundan ($r=.28$, $p<.01$) anlamlı düzeyde farklı olduğu bulgusu elde edilmiştir ($z=2.25$, $p<.05$). Bu bağlamda, temel psikolojik ihtiyaçlardan ilişkisellik ve yetkinliğin benliği yüceltmeyle istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek bir ilişkisi görünmektedir. Diğer bir deyişle, özerklik ihtiyacına kıyasla, ilişkisellik ve yetkinlik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi arttıkça, benliğe ilişkin görüşlerin olumluluğunu arttırmaya yönelik benliği yüceltme stratejilerinin kullanımının da arttığı söylenebilir.

Benliği yüceltmenin hem koşula bağlı benlik değeri ($r=.21$, $p<.01$) hem de genel benlik değeri ($r=.24$, $p<.01$) ile olumlu yönde anlamlı biçimde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Bunun yanı sıra öznel iyi olma hali ile de olumlu yönde ilişkilidir

($r=.26$, $p<.01$). Belirsizliğe tahammülsüzlük ile ise benzer şekilde olumlu yönde bir ilişki göstermiştir ($r=.15$, $p<.01$).

Tablo 11: Özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçları ile diğer değişkenler arası korelasyon katsayıları

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Benliği yüceltme	1							
2. Benliği koruma	.38**	1						
3. Özerklik	.28**	-.12**	1					
4. Yetkinlik	.36**	-.10*	.62**	1				
5. İlişkisellik	.40**	-.11*	.53**	.59**	1			
6. Koşula bağlı benlik değeri	.21**	.46**	-.15**	-.12**	.02	1		
7. Genel benlik değeri	.24**	-.27**	.40**	.48**	.38**	-.30**	1	
8. Öznel iyi olma	.26**	.03	.16**	.28**	.18**	-.08	.35**	1
9. Belirsizliğe tahammülsüzlük	.15**	.43**	-.12**	-.14**	-.09*	.43**	-.38**	-.21**

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

Benliği korumanın temel psikolojik ihtiyaçlarla -güçlü bir ilişki olmamakla birlikte- ters yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Buna göre, bireylerde özerklik ($r=-.12$, $p<.01$), yetkinlik ($r=-.10$, $p<.05$) ve ilişkisellik ($r=-.11$, $p<.05$) ihtiyaçları karşılandıkça benliği koruma yönündeki stratejilerin kullanımı azalıyor görünmektedir. Ayrıca, benliği koruma koşula bağlı benlik değeri ile olumlu yönde ve görece güçlü bir biçimde ($r=.46$, $p<.01$), genel benlik değeri ters yönde ($r=-.27$, $p<.01$) ilişkili görünmektedir. Buna göre, koşula bağlı benlik değeri ile benliği koruma stratejilerinin kullanımı birlikte olumlu yönde değişim gösterirken, genel benlik değeri olumsuz yönde değişim göstermektedir. Benliği koruma ile belirsizliğe tahammülsüzlük arasında ise olumlu yönde ve görece güçlü bir ilişki gözlenmiştir ($r=.43$, $p<.01$). Son olarak, bu çalışmada beklenenin aksine, benliği korumanın öznel iyi olma haliyle anlamlı düzeyde bir ilişkisi bulunmadığı gözlenmiştir.

Ayrıca, benliği yüceltme ve benliği koruma güdülerinin koşula bağlı benlik değeriyle korelasyonlarının arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Fisher's z-dönüştürmesi yoluyla incelenmiştir (Steiger, 1980). Buna göre, koşula bağlı benlik değerinin benliği koruma ile korelasyonunun ($r=.46$, $p<.01$), benliği yüceltme ile korelasyonundan ($r=.21$, $p<.01$) anlamlı düzeyde farklı olduğu gözlenmiştir ($z=-3.99$, $p<.05$). Özetle, benliği koruma ile koşula bağlı benlik değeri arasındaki ilişkinin anlamlı düzeyde daha güçlü olduğu söylenebilir.

Benzer biçimde, benliği yüceltme ve koruma ile belirsizliğe tahammülsüzlük korelasyonları arasındaki farkın anlamlı olup olmadığı Fisher's z-dönüştürmesi yoluyla sınanmıştır (Steiger, 1980). Buna göre, belirsizliğe tahammülsüzlüğün benliği koruma ile ilişkisinin, benliği yüceltme ile ilişkisine kıyasla, anlamlı düzeyde daha güçlü bir ilişki olduğu gözlenmiştir ($z=-6.23$, $p<.05$). Buna göre, belirsizliğe tahammülsüzlüğün benliği korumayla ilişkisi, benliği yüceltmeyle ilişkisine kıyasla, anlamlı biçimde daha yüksektir.

Koşula bağlı benlik değeri ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler incelendiğinde, özerklik ve yetkinlik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi ile ters yönde (sırasıyla, $r=-.15$, $p<.01$ ve $r=-.12$, $p<.01$) ilişkili olduğu gözlenmiştir. Ancak ilişkisellik ihtiyacı ile anlamlı düzeyde bir ilişkiye sahip görünmemektedir. Diğer yandan, genel benlik değeri ile ilişkileri incelendiğinde, her üç temel ihtiyacın karşılanma düzeyindeki artışla beraber benlik değerinde de artış olduğu gözlenmiştir (özerklik için $r=.40$, $p<.01$; yetkinlik için $r=.48$, $p<.01$; ilişkisellik için $r=.38$, $p<.01$). Temel psikolojik ihtiyaçların öznel iyi olma haliyle de olumlu yönde ilişkili olduğu elde edilen bulgular arasındadır. Buna göre, özerklik ($r=.16$, $p<.01$), yetkinlik ($r=.28$, $p<.01$) ve ilişkisellik ($r=.18$, $p<.01$) ihtiyaçları karşılandıkça öznel iyi olma hali de artmaktadır. Son olarak, belirsizliğe tahammülsüzlük ile her üç ihtiyacın karşılanma düzeyinin ters yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir (özerklik için $r=-.12$, $p<.01$; yetkinlik için $r=-.14$, $p<.01$; ilişkisellik için $r=-.09$, $p<.05$). Ancak bu korelasyon katsayıları değişkenler arasında zayıf bir ilişkiye işaret etmektedir.

2.3. TARTIŞMA

Bu çalışmada benliği yüceltme ve koruma, Kendini Belirleme Kuramı çerçevesinde ele alınmıştır. Bu doğrultuda, ilk olarak benliği yüceltme ve koruma ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra, benliği yüceltme ve koruma ile psikolojik uyumun göstergesi olarak ele alınan genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Bu çalışmanın birinci amacı, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile benliği yüceltme ve koruma eğilimlerinin ilişkilerini incelemektir. Böylece KBK'nın bakış açısından yararlanarak benliği yüceltme ve korumanın uyumsallığını değerlendirmek amaçlanmıştır. KBK çerçevesinde, benliği savunucu süreçlerin bağlı olduğu koşullar ve sonuçları üzerinde durulmasıyla birlikte, benliği yüceltmeye ilişkin açıklama getirilmemektedir. Bu araştırmada, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasına bağlı olarak, benliği yüceltme ve korumanın işlevsel olarak farklılaşıp farklılaşmadığı incelenmiştir. Buna göre, benliği yüceltmenin temel psikolojik ihtiyaçların her biriyle olumlu yönde, benliği korumanın ise bu ihtiyaçlarla ters yönde ilişki göstermesi beklenmiştir. Elde edilen bulgular benliği yüceltme ve koruma ile temel psikolojik ihtiyaçların her birinin anlamlı düzeyde ve beklenen yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Benliği yüceltme temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile olumlu yönde ve görece güçlü bir ilişki gösterirken, benliği koruma olumsuz yönde ilişki göstermiştir. Bu bulgulara göre, temel psikolojik ihtiyaçlarla ilişkileri açısından, benliği yüceltme ve koruma güdülerinin işlevleri arasında bir ayırım yapılması gerektiği anlaşılmıştır.

Bu çalışmada, KBK'da ihtiyaçların karşılanmaması ile savunucu süreçler arasındaki öngörülen ilişkiye (Deci ve Ryan, 2000; Vansteenkiste ve Ryan, 2013) görgül olarak destek sağlandığı söylenebilir. Alan yazında bazı araştırmalarda, zeminini temel psikolojik ihtiyaçların oluşturduğu nedensellik

yönelimleri ile benliği koruma stratejileri arasındaki ilişkilerin incelendiği görülmektedir (örn., Hodgins ve ark., 2006; Knee ve Zuckerman, 1996, 1998; Lynch ve O'Mara, 2015). Ancak temel psikolojik ihtiyaçların savunucu süreçlerle ilişkisi kuramsal olarak öngörülmeyle birlikte, alan yazında bu ilişkiyi doğrudan ele alan araştırmalara rastlanmamıştır. Bu ilişkinin doğrudan ele alındığı bu çalışmada ise temel psikolojik ihtiyaçların doyumu azaldıkça benliği koruma stratejilerinin daha fazla kullanıldığı gözlenmiştir. Ancak, elde edilen bulgular doğrultusunda, söz konusu bağlantının kuramda öngörüldüğü kadar güçlü olmadığını belirtmek gerekmektedir.

Sonuç olarak, bu çalışmada Deci ve Ryan'ın (2000) benliği savunucu süreçlerin, temel ihtiyaçların karşılanmadığı ve benlik tehdidinin varlığı durumunda işleyen dengeleyici süreçler olduğu görüşüne, zayıf olmakla birlikte, destek sağlandığı söylenebilir. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin düşük olması, bireylerin benlik kavramlarının olumlu bir içerikten uzaklaşması ve benlik kabulünün azalması biçiminde de yorumlanabilir. Bu tür bir süreç ise benliği korumanın açığa çıkması açısından önemlidir (Alicke ve Sedikides, 2009). Özetle, temel ihtiyaçların karşılanmadığı durumda, benlik kabulünü sağlayabilmek için benliği korumaya başvurulduğu söylenebilir. Ancak, benliği korumanın benlik değerindeki azalmayı engellemeye hizmet etmesinin ötesinde (Baumeister, 1998), temel psikolojik ihtiyaçlarla bağlantılı olarak psikolojik uyuma pek de katkı sağlamadığı düşünülebilir.

Benliği yüceltmenin temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ile olumlu yönde bir ilişki gösterip göstermeyeceği ise bu çalışmada merak edilen bir soru olmuştur. Çünkü KBK'da temel ihtiyaçların benliği korumayla doğrudan bir ilişkisi öngörülmeyle birlikte, benliği yüceltmeyle bağlantısına değinilmemektedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular, benliği yüceltme ile temel ihtiyaçların doyumu arasında öngörüldüğü gibi bir ilişkinin bulunduğu işaret etmektedir. Böylece araştırmanın denencesinin desteklendiği söylenebilir. Buna göre, temel psikolojik ihtiyaçların her birinin karşılanma düzeyi arttıkça, benliği yüceltme eğiliminin de arttığı gözlenmiştir.

Özerklik ihtiyacı karşılanan birey, yaşamı üzerinde kontrole sahibi olduğu, davranışlarını kendi tercih ve iradesi temelinde gerçekleştirdiği ve yaşamına kendisinin yön verdiği algısına sahiptir (Ryan ve Deci, 2002, 2006). Yetkinlik ihtiyacı karşılanan birey ise sahip olduğu beceriler ve kapasitesi açısından çevresi üzerinde etki yaratabildiği algısına sahiptir (White, 1959; Ryan ve Deci, 2002). Bu nedenle, birey bu becerileri ile kapasitesini geliştirebileceği zorlu görevlere yönelir. İlişkisel ihtiyacının karşılanması, bireyin derinlikli kişilerarası ilişkiler kurabildiği, başkaları tarafından önemsendiği ve aidiyet hissettiği bir durumdur. Bu ihtiyaçların doyumunun bireyin kendisindeki ve yaşamındaki güçlü yönler odaklanmak, zaman içerisinde gelişme gösterdiğine inanmak, yakın ilişkilere sahip olduğunu düşünmek, başarısızlık geribildiriminden üstesinden gelebilmek veya başarısızlığın kaynağını bulabilmek için çaba harcamak gibi benliği yüceltme stratejilerine içerik sağladığı ve böylece benlik kabulünü beslediği düşünülebilir. Bu açıdan, temel psikolojik ihtiyaçlar bağlamında, benliği yüceltmenin işlevinin benliği korumadan farklılaştığı söylenebilir. Kurama göre, benliği koruma ihtiyaç doyumunun sağlanmadığı durumlarda dengeleyici bir süreç olarak işlemektedir. Ancak benliği yüceltmenin ihtiyaç doyumunun gerçekleştiği durumlarda, olumlu benlik görüşlerini besleyen bir süreç olarak işlediği düşünülebilir.

Bu ihtiyaçlardan ilişkisel ve yetkinliğin benliği yüceltmeyle ilişkisinin, özerklik ihtiyacı ile benliği yüceltme arasındaki ilişkiye kıyasla, anlamlı düzeyde daha güçlü olduğu gözlenen bir başka bulgudur. Buna göre, bireyin yaşamına kendisinin yön verdiği algısına kıyasla, hem anlamlı sosyal ilişkilere sahip olduğunu düşünmesi, önemsendiğini hissetmesi ve aidiyet yaşaması hem de çevresi üzerinde etki yaratma potansiyeline sahip olduğunu düşünmesi benliği yüceltme yoluyla benlik kabulünü sürdürme açısından daha önemli görünmektedir. Ayrıca bu bulgunun kültürel bir farka işaret ettiği ve Türkiye'nin toplulukçu kültür özelliklerine sahip olması (Hofstede, 2001) dolayısıyla, ilişkiselliğin kültürel anlamı çerçevesinde ele alınabileceği biçiminde de yorumlanabilir.

KBK'ya göre, bireylerin temel ihtiyaçları karşılandıkça, büyüme ve bütünleşme eğilimleri gerçeklik kazanır ve deneyime dönüşür (Deci ve Ryan, 2000). Diğer bir deyişle, birey kişisel ilgileri doğrultusunda hareket eden, kapasitesini sınavan, yetkinlik kazanan ve yakın ilişkileri bulunan bir birey haline gelmektedir. Bu görüş, kuramda doğrudan ifade edilmemekle birlikte, bu tür deneyimlere sahip bir bireyin benliğe ilişkin olumlu görüşlerinin bulunduğu ve benlik kabulünün gerçekleştiği biçiminde de yorumlanabilir. Bu açıdan, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ile benliği yüceltme arasındaki olumlu ilişki temelinde, bu ihtiyaçların doyumuyla ulaşılmış olan olumlu benlik görüşlerini ve kabulünü sürdürmek için benliği yüceltmenin destekleyici işlev gördüğü düşünülebilir. Böylece olumlu benlik görüşleri ve benlik kabulüyle birey, asıl potansiyelini gerçekleştirerek büyüme ve bütünleşme gösterebilir. Özetle, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasına bağlı olarak, benliği koruma dengeleyici bir güdü, benliği yüceltme ise destekleyici bir güdü olarak işlev görüyor olabilir.

Bu çalışmada, benliği yüceltme ve korumanın uyumsallığını değerlendirmek amacıyla bu güdülerin, birey için psikolojik uyum açısından olumlu/olumsuz sonuçlarla bağlantılı belirli kişisel özelliklerle ilişkileri ele alınmıştır. Bu doğrultuda, benliği yüceltme ve korumanın genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük değışkenleriyle ilişkilerine bakılmıştır. Böylece bu güdülerin uyumsal niteliği değerlendirilmiştir. Araştırmanın denenceleri kapsamında, benliği yüceltmenin, genel benlik değeri ve öznel iyi olma hali ile olumlu yönde ilişki gösterirken, koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ters yönde ilişkili olması beklenmiştir. Benliği korumanın ise genel benlik değeri ve öznel iyi olma hali ile ters yönde bir ilişki göstereceği, ancak koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile olumlu yönde ilişkili olacağı beklenmiştir. Aşağıdaki bölümde, öne sürülen bu denencelerin sınıandığı birinci asıl çalışmadan elde edilen bulguların tartışmasına yer verilmektedir.

Benliği yüceltme ve koruma ile benlik değerinin ilişkisini ele alan çeşitli araştırmalarda, genel benlik değeriyle ilişkisine dikkat çekilmektedir (örn.,

Baumeister ve ark., 1989; Hepper ve ark., 2010; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998). Bu çalışmalarda genel olarak, yüksek benlik değerinin benliği yüceltmeyle, düşük benlik değerinin ise benliği korumayla ilişkili olduğu öne sürülmektedir. Ancak farklı araştırmalarda, benlik değerinin düzeyinin ötesinde, güvenli ve kırılgan yönleriyle ele alınması gerektiğine işaret edilmektedir (Bosson ve ark., 2003; Jordan ve ark., 2002; Kernis ve ark., 2008). Bu çalışmada, benlik değeri kırılganlık ve istikrar üzerinden ele alınmıştır. Bu bağlamda, benlik değerinin kırılganlığını gösteren koşula bağlı benlik değeri ve istikrarını gösteren genel benlik değeri ile ilişkilerine bakılmıştır. Genel olarak elde edilen bulgular benliği yüceltme ve korumanın bu iki tür benlik değeriyle farklı yönde veya güçte ilişkilerinin bulunduğunu göstermektedir.

Koşula bağlı benlik değeri bireyin belirli standartlara ve beklentilere bağlı şekilde kendine yönelik hissettiklerinin belirlenmesi olarak tanımlanmaktadır (Deci ve Ryan, 1995). Yüksek koşula bağlı benlik değeri bireyin kendisini değerli hissedebilmek için belirli standartlara ve başarıya ulaşma çabasında olduğunu, benlik değerinin istikrarsız ve kırılgan bir özellik taşıdığını göstermektedir (Kernis, 2003). Genel benlik değeri ise bireyin durumdan ve zamandan görece bağımsız biçimde, kendine yönelik hissettiklerine karşılık gelmektedir (Kernis, 2003; Rosenberg, 1965). Bu çalışmanın sonucunda, benliği yüceltmenin hem koşula bağlı benlik değeri hem de genel benlik değeri ile olumlu yönde ve birbirine yakın düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Benliği yüceltmenin genel benlik değeriyle ilişkisi ise önceki araştırmaların bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Hepper ve ark., 2010; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998). Benlik değerinin istikrarlı bir yapı göstermesi ve görece yüksek olması, bireylerin benliklerine ilişkin olumlu görüşlerini sürdürmesine yarayan benliği yüceltme stratejilerine başvurmalarıyla ilişkili görünmektedir. Diğer yandan, benliği yüceltme ile koşula bağlı benlik değeri arasında ters yönlü bir ilişki beklenmesine rağmen, olumlu yönde ilişkili oldukları gözlenmiştir. Baumeister ve arkadaşları (1989) benliği yüceltme ve koruma güdülerinin her zaman birbirinden kesin şekilde ayrılmayabileceğine ve aynı davranışsal örüntüde bir arada var olabileceğine işaret etmektedir. Bu

çalışmada da hem benliği yüceltme ve koruma boyutları arasında gözlenen anlamlı düzeydeki ilişki, hem de koşula bağlı benlik değeri ile gözlenen aynı yöndeki ilişki bu duruma örnek olarak yorumlanabilir.

Benliği korumanın ise koşula bağlı benlik değeri ve genel benlik değeri ile ilişkileri bu araştırmada önerildiği biçimde gözlenmiştir. Benliği koruma koşula bağlı benlik değeri ile olumlu yönde ilişkili iken, genel benlik değeri ile ters yönde ilişkili bulunmuştur. Bir başka deyişle, koşula bağlı benlik değeri ile benliği koruma stratejilerinin kullanımı birlikte olumlu yönde değişim gösterirken, genel benlik değeri olumsuz yönde değişim göstermektedir. Bu tür bir bulgu özellikle benliği koruma söz konusu olduğunda, benlik değerinin farklı yönlerini incelemenin yararlı olabileceğine işaret etmektedir. Benliği korumanın genel benlik değeriyle ilişkisi önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Hepper ve ark., 2010; Hepper ve ark., 2013).

Benzer biçimde, kırılğan benlik değeri olarak tanımlanan koşula bağlı benlik değerinin benliği koruma ile ilişkisi de önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (Borton ve ark., 2012; Bosson ve ark., 2003; Kernis ve ark., 2008). Örneğin Kernis ve arkadaşları (2008), sözel savunuculuğun genel benlik değeri ve koşula bağlı benlik değeri ile olumlu yönde, örtük benlik değeri ile ise ters yönde bir ilişkiye sahip olduğunu göstermişlerdir. Yazarlara göre, kırılğan benlik değerine sahip bireyler kendilerinin değerine ilişkin şüphe içerisindedirler ve bu tür bir şüpheyile baş etmek için de daha savunucu tepkilere başvururlar. Bu nedenle, savunucu tepkilerde benlik değerinin kırılğan yapısı önemli görünmektedir. Bu çalışmada ise daha kapsamlı biçimde ele alınan benliği koruma eğiliminin koşula bağlı benlik değeri ve genel benlik değeri ile benzer bir ilişkisi ortaya konmuş ve benlik değerinin yüksek ya da düşük düzeyde olmasının ötesinde, kırılğanlığının benliği koruma açısından önemli olduğu görüşü desteklenmiştir.

Son olarak, benliği yüceltme ve koruma ile koşula bağlı benlik değeri arasındaki ilişkilerin anlamlı düzeyde fark gösterip göstermediği incelenmiştir. Buna göre,

benliği korumanın koşula bağlı benlik değereri ile ilişkisinin, benliği yüceltmeye kıyasla, anlamlı düzeyde çok daha güçlü olduğu gözlenmiştir. Kısacası, bireyin benlik değerinin çeşitli standartlara, hedeflere ulaşılmasına ve başarılarla göre belirlenmesi savunucu süreçlerle çok daha yakından ilişkilidir. Bu durum, koşula bağlı benlik değereri yüksek bireylerin kendi değerlerine ilişkin daha çok şüphe duymaları ve benliği korumayı tetikleyen tehditleri çok daha tehdit edici algılamalarıyla bağlantılı açıklanabilir. Benliğe yönelik bir tehdidin benlikle ilgili olumsuz bir bilgi içermesi, başarısızlığa veya hedeflenen standartlara ulaşılmadığına işaret etmesi nedeniyle, benlik değereri bu koşullara bağlı olan bireyde çok daha güçlü biçimde savunucu tepkilere yol açıyor olabilir. Aynı zamanda, benliği koruma stratejilerine başvuran bireylerin benlik değerinin daha kırılğan bir yapıda olduğu da söylenebilir.

Bu araştırmada benliği yüceltme ve korumanın işlevselliğini değerlendirmek amacıyla öznel iyi olma hali ile de ilişkileri incelenmiştir. İlgili alan yazında, özellikle benliği yüceltmenin psikolojik uyum ve iyi olma haliyle ilişkisine işaret eden görüşler ve araştırmalar yer almaktadır (Kurman ve Eshel, 1998; Robins ve Beer, 2001, birinci çalışma; Taylor ve Brown, 1988; Taylor ve ark., 2003a; Taylor ve ark., 2003b). Diğer yandan, bazı araştırmacılar benliği yüceltme ve korumanın kısa vadede uyumsal ancak uzun vadede uyumsal olmadığına işaret etmektedirler (Robins ve Beer, 2001, ikinci çalışma; Colvin ve ark., 1995). Baumiester (1998) ise benlik ile ilgili olumsuz görüşlerden kaçınmak amacıyla kullanılan benliği koruma stratejilerinden bazılarının benlik düzenlemedeki başarısızlığa işaret ettiğini ve bu yönüyle birey için sıkıntı yaratan durumlara yol açtığını öne sürmektedir. Bu çalışmada, benliği yüceltme ve korumanın psikolojik uyumun göstergelerinden biri olarak ele alınan öznel iyi olma haliyle ilişkisi incelenmiştir. Bu iki güdüden benliği yüceltmenin öznel iyi olma haliyle olumlu yönde ilişki gösterdiği gözlenmiştir. Bu bulgu benliği yüceltmenin psikolojik uyumla bağlantılı olduğuna işaret eden diğer araştırma bulgularıyla tutarlılık gösterirken (Kurman ve Eshel, 1998; Taylor ve Brown, 1988; Taylor ve ark., 2003a; Taylor ve ark., 2003b), bu ilişkiye eleştirel yaklaşan araştırmacıların bulgularıyla çelişmektedir (Robins ve Beer, 2001, ikinci çalışma; Colvin ve ark.,

1995). Benliği koruma ile öznel iyi olma hali arasındaki ilişkiye bakıldığında ise bu değişkenlerin anlamlı düzeyde bir ilişki göstermediği bulunmuştur. Her iki güdü için elde edilen bu bulgular doğrultusunda, psikolojik uyum açısından bu güdülerin farklı sonuçlarla bağlantılı olduğu söylenebilir. Benliği yüceltmenin genel olarak iyi olma hali açısından işlevsel olabileceği, ancak benliği korumanın bu tür bir işlevsellikten ziyade benlik tehditleriyle baş etmede işlev sağladığı düşünülebilir.

Bu çalışmada, merak edilen konulardan bir diğeri benliği yüceltme ve korumanın belirsizliğe tahammülsüzlük ile nasıl bir ilişki göstereceği konusudur. Belirsizliğe tahammülsüzlüğün bilinmeyene karşı eğilimsel düzeyde bir korku ve belirsizlik içeren durum ve olaylara olumsuz tepki verme eğilimi biçiminde tanımlanması (Carleton, 2012; Buhr ve Dugas, 2002), bunun yanı sıra kaygı, endişe ve depresyonla bağlantısı (Boelen ve Reijntjes, 2009; Buhr ve Dugas, 2006; McEvoy ve Mahoney, 2012) psikolojik uyumun bir göstergesi olarak kullanılabileceğini düşündürmüştür. Bu nedenle, benliği yüceltme ve korumanın işlevselliğini değerlendirirken belirsizliğe tahammülsüzlükle ilişkileri incelenmiştir. Elde edilen bulgular hem benliği yüceltmenin hem de korumanın belirsizliğe tahammülsüzlükle anlamlı düzeyde ve olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. Ancak korelasyonlar arası farka ilişkin yapılan anlamlılık testi, belirsizliğe tahammülsüzlüğün benliği koruma ile anlamlı düzeyde çok daha güçlü bir ilişkisi bulunduğuna işaret etmektedir. Benliği koruma, özellikle tehdit durumlarında benlik değerindeki azalmayı engellemeye yönelik başvurulan stratejileri içermektedir (Alicke ve Sedikides, 2009). Kişisel belirsizlik durumlarının benliğe yönelik bir tehdit olarak ele alınması (McGregor, 2006) ve benlik tehditlerinin benliği korumayı ortaya çıkardığı (Alicke ve Sedikides, 2009) görüşleri temelinde, belirsizliğe tahammülsüzlüğu yüksek bireylerin potansiyel bir tehdit algısıyla benliği koruma stratejilerine daha fazla başvurdukları düşünülebilir. Bu açıdan, benliği korumanın benlik tehditleriyle baş etmede işlevsel olmasıyla birlikte, psikolojik uyuma pek katkı sağlamayabileceği söylenebilir.

Sonuç olarak, bu çalışmada benliği yüceltme ve korumanın psikolojik uyum açısından farklı sonuçlarla ilişkili olduğu bulunmuş ve bu yönüyle işlevselliklerini farklı biçimde değerlendirmek gerektiği düşünülmüştür. Benliği yüceltme temel psikolojik ihtiyaçlar, genel benlik değeri, öznel iyi olma haliyle olumlu yönde ilişkili görünmektedir. Bu açıdan, benliği yüceltme yoluyla benliğe ilişkin olumlu görüşleri beslemenin ve benlik kabulünü sağlamanın birey için uyumsal çerçevede olumlu bazı sonuçlarla ilişkili olduğu ve işlevselliğine hizmet ettiği söylenebilir. Diğer yandan, benliği korumanın benlik tehditleriyle baş etmede işlevsel olmasıyla birlikte, temel psikolojik ihtiyaçlarla ve genel benlik değeriyle ters yönde, koşula bağlı benlik değeri ve belirsizliğe tahammülsüzlükle olumlu yönde görece güçlü ilişkilerinin bulunması, ayrıca öznel iyi olma haliyle ilişki göstermemesi nedeniyle psikolojik uyuma hizmet etmeyebileceği düşünülebilir.

Benliği yüceltme ve korumanın evrensel ve uyumsal olup olmadığına ilişkin Heine (2005b) olumlu benlik görüşüne ulaşma çabasının bireyci kültürlerde benliği yüceltme, toplulukçu kültürlerde ise benliği geliştirme yoluyla sağlandığını öne sürmektedir. Ayrıca benliği yüceltmenin evrensel bir güdü olduğunu söyleyebilmek için daha fazla araştırma bulgusunun gerektiğine vurgu yapmaktadır. Diğer yandan, Sedikides ve arkadaşları (2005), benliği yüceltmenin kültürel düzeyde farklı stratejiler aracılığıyla gözlenmesiyle birlikte, bu güdünün varlığının evrensel bir özellik taşıdığını öne sürmektedirler. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, Heine (2005b) tarafından öne sürülen görüşlerin aksine, benliği yüceltmenin toplulukçu kültürlerde de gözlenebileceğine işaret etmektedir. Benliği yüceltme ve korumaya ilişkin farklı bir kültürel bağlamdan elde edilen bu bulgular, söz konusu bu güdülerin evrensel olduğunu öne süren önceki çalışmaların bulgularıyla tutarlılık göstermektedir (örn., Gaertner, Sedikides ve Chang, 2008; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003).

Bu çalışma kapsamında, benliği yüceltme ve koruma dışında, temel psikolojik ihtiyaçların psikolojik uyumun göstergesi olarak ele alınan genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile

gösterdiği ilişkiler de incelenmiştir. Deci ve Ryan (2000), temel psikolojik ihtiyaçların doğuştan gelen ve evrensel ihtiyaçlar olduğunu öne sürerler. Kültürel bağlamda yürütülen çalışmalar bu ihtiyaçların evrensel niteliğine destek sağlamaktadır (Chen ve ark., 2015; Church ve ark., 2012; Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993). Bu çalışmada da temel psikolojik ihtiyaçların birbirinden ayrıştığı ve psikolojik uyuma işaret eden çeşitli kişisel özelliklerle ilişki gösterdiği gözlenmiştir. Bu açıdan, kuram tarafından önerilen ihtiyaçların evrensel bir özellik taşıdığı görüşü desteklenmiş görünmektedir. KBK'da, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun, bireyin büyüme ve bütünleşme girişimlerinin yanı sıra, psikolojik iyi olma halini de beslediği ve ihtiyaçların karşılanmadığı koşulda iyi olma halinin zarar gördüğü öne sürülmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bu açıdan, temel ihtiyaçlarla iyi olma hali arasında doğrudan bir ilişki kurulmaktadır. Bu ilişkinin incelendiği çeşitli araştırma bulgularıyla yazarların bu görüşü desteklenmiştir (Chen ve ark., 2015; Deci ve ark., 2001; Ng ve ark., 2012; Reis ve ark., 2000; Ryan ve ark., 2008; Sheldon ve ark., 1996). Bu çalışmada ise her bir temel ihtiyacın öznel iyi olma haliyle ilişkisine bakılmış ve olumlu yönde ilişkiler gözlenmiştir. Bu bulgu yukarıda söz edilen araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Bu yönüyle, temel psikolojik ihtiyaçların evrensel olduğuna ilişkin görüşün desteklenmesinin yanı sıra, iyi olma hali ile kuramsal olarak öngörülen bir bağlantının gözlemlendiği de söylenebilir.

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının benlik değeri açısından da önemine vurgu yapılmaktadır (Ryan ve Deci, 2004). KBK çerçevesinde, benlik değeri koşula bağlı ve gerçek benlik değeri olarak ele alınmaktadır (Deci ve Ryan, 1995). Koşula bağlı benlik değeri, bireyin kendisine yönelik hissettiklerinin kişisel veya kişilerarası düzeyde bazı standartları karşılamaya ve başarı elde etmeye bağlı olduğu anlamına gelmektedir. Bu tür bir benlik değeri kırılğan ve istikrarsız özelliktedir (Kernis, 2003). Diğer yandan, gerçek benlik değeri bireyin dışsal standartlardan ve ulaşılan başarılarından bağımsız biçimde sahip olduğu benlik değeridir (Deci ve Ryan, 1995). Bireyin sahip olduğu benlik değerinin altında temel psikolojik ihtiyaçlarının doyumunu yatmaktadır (Ryan ve Brown, 2003; Ryan ve Deci, 2004). Diğer bir deyişle, bireyin benlik değeriyle ilgili

sorunlarının temelinde ihtiyaç yoksunluğu yer almaktadır. Bu ihtiyaçların engellenmesi bireyde daha güvensiz ve düşük bir düzeyde benlik değerine yol açmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Farklı araştırmalarda temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması genel benlik değeriyle ilişkisi gösterilmektedir (örn., Chen ve ark., 2015; Deci ve ark., 2001; Ilardi ve ark., 1993; Podlog ve ark., 2010). Yürütülen bu araştırmada da temel psikolojik ihtiyaçların her birinin karşılanma düzeyi ile genel benlik değeri arasında olumlu yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler elde edilmiştir. Bu bulgu önceki araştırmaların bulgularıyla tutarlılık göstermekte ve ihtiyaç doyumunun bireyin kendisine yönelik istikrar gösteren olumlu hislerinde önemli olduğuna işaret etmektedir.

Temel ihtiyaçların doyumunun koşula bağlı benlik değeriyle kuramsal olarak öngörülen ilişkisine işaret eden görgül araştırma bulgularına rastlanmamakla birlikte, bu çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçlardan özerklik ve yetkinliğin koşula bağlı benlik değeriyle ters yönde ve anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmiştir. Ancak bu ilişkilerin görece zayıf olduğu görülmektedir. Koşula bağlı benlik değerinin ilişkisellik ihtiyacı ile bağlantısı ise gözlenmemiştir. Özerklik ihtiyacının karşılanması bireyin yaşamına kendisinin yön verdiği, tercihleri ve ilgileri doğrultusunda hareket ettiği algısını doğurmaktadır. Koşula bağlı benlik değeri ise dışsal standartlara ne derece ulaşıldığına ve başkalarının beklentilerinin ne ölçüde karşılandığına bağlı olarak artar. Bu yönüyle, yaşamına kendisi yön veren bireyin özerklik hissindeki artışın, benlik değerinin dışsal standartlardan ve beklentilerden ayrışmasıyla bağlantılı olduğu düşünülebilir. Yetkinlik ihtiyacının karşılanmasıyla ise birey kendisini çevresi üzerinde etki yaratan, belirli kapasite ve becerilere sahip biri olarak algılamaktadır. Dolayısıyla, bu tür bir yetkinlik algısıyla, bireyin ne kadar değerli olduğunu anlayabilmek için dışsal standartlara ulaşmaya veya beklentileri karşılamaya daha az ihtiyaç duyduğu düşünülebilir.

Son olarak, özerklik, yetkinlik ve ilişkiselliğin belirsizliğe tahammülsüzlük ile ters yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bu ilişkilerin zayıf olmasıyla birlikte, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerin, belirsizliğe yönelik daha az tahammülsüzlük gösterdiği söylenebilir. Bu bulgu, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının bireyi deneyime daha açık hale getireceği, stresli ve tehdit edici yaşam olaylarının zararlı etkilerine karşı onu koruyan bir kaynak görevi göreceği görüşleri temelinde (Deci ve Ryan, 2000; Hodgins ve Knee, 2002), bu ihtiyaçları karşılanan bireylerin deneyime açıklık göstermeleriyle bağlantılı olarak belirsizliği daha az rahatsız edici algılamaları biçiminde yorumlanabilir.

BÖLÜM 3

İKİNCİ ÇALIŞMA

Bu araştırmanın ikinci çalışmasında benliğe yönelik bir tehdit olarak başarı/başarısızlık geribildiriminin benliği koruma stratejilerinden bellekte olumsuz bilginin ihmali üzerindeki etkisi ve temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin bu ilişkiyi düzenleyip düzenlemediği deneysel olarak incelenmiştir. Asıl çalışma öncesinde yürütülen üç ön çalışmayla deneyde kullanılacak görevlerin çalışıp çalışmadığı değerlendirilmiştir.

Bu deneysel araştırmada, benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildiriminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisini ve temel psikolojik ihtiyaçların bu ilişkideki düzenleyici rolünü incelemek amaçlanmıştır. Buna göre, başarısızlık geribildirimi koşulundaki katılımcıların başarı geribildirimi koşulundakilere oranla, savunucu yönde gösterilen bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisine daha fazla başvurmaları (olumsuz ve merkezi özelliklere oranla, olumlu ve merkezi özelliklerin daha çok hatırlanması) beklenmiştir. Ancak, bu etkinin temel psikolojik ihtiyaçları desteklenen katılımcılara oranla, desteklenmeyen kontrol koşulundaki katılımcılarda gözleneceği düşünülmüştür. Bu açıdan, benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildirimi ile benliği koruyucu tepkiler arasındaki ilişkiyi temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyeceği öne sürülmüştür. Aşağıda bu amaca yönelik deneysel olarak yürütülen araştırmanın yöntem, bulgu ve tartışma kısımlarına yer verilmiştir. Ayrıca, asıl deneyin öncesinde, bu deneyde kullanılacak görevlere ilişkin ön çalışmalar yürütülmüş ve bu çalışmaların yöntem ve bulguları bu bölümde anlatılmıştır.

3.1. YÖNTEM

3.1.1. Deneyde Kullanılan Görevlere İlişkin Ön Çalışmalar

Asıl deneyde kullanılması amacıyla, temel psikolojik ihtiyaçlar için örtük bilişsel hazırlama görevinin uyarlanması ve çalışıp çalışmadığının değerlendirilmesi amacıyla üç ayrı ön çalışma yürütülmüştür. Aşağıda bu ön çalışmaların yöntem ve bulgularına yer verilmiştir.

3.1.1.1. Birinci Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Bilişsel Hazırlama Görevinin Denenmesi

Bu çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) desteklenmesine yönelik Pavey ve arkadaşları tarafından (2011) kullanılan örtük bilişsel hazırlama (priming) görevinin çalışıp çalışmadığını görmek amaçlanmıştır.

3.1.1.1.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın örneklemini Maltepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören 48 öğrenci oluşturmaktadır. Bireyler, araştırmaya katılımları karşılığında ekstra ders puanı almışlardır. Katılımcılar deneysel desendeki 4 koşula (özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol) seçkisiz yolla atanmışlardır. Her bir koşulda 12 katılımcı bulunmaktadır. Örneklemin 37'si (%77.1) kadın, 11'i (%22.9) ise erkektir. Katılımcıların yaşları 18 ile 28 arasında değişmektedir (Ort.=20.52, S=1.54).

3.1.1.1.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler

Bu deneyin bağımsız değişkeni temel psikolojik ihtiyaçlar (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ve kontrol koşulu), bağımlı değişkeni ise her bir ihtiyaçla ilgili olan kelimelerin tamamlanma düzeyidir. Bilişsel hazırlama görevi için Pavey ve arkadaşları (2011) tarafından kullanılan cümle oluşturma görevi (sentence unscrambling task), her bir koşul için özelleştirilmiş yönergeler ve değişimleme kontrolü için kullanılan kelime tamamlama görevi (word completion task) örnek alınmiştır (EK 13). Cümle oluşturma görevinde, katılımcılara 5'er kelimedenden oluşan 20 setlik bir liste verilmektedir. Bu setlerden 15 tanesi özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarından biriyle ilgili ya da kontrol koşulu için nötr kelimeleri içermektedir. Diğer 5 set ise tüm koşullarda ortak olarak kullanılan tamamen nötr ifadeleri içermektedir. Katılımcılardan her bir sette bulunan beş kelimenin dört tanesiyle bir cümle oluşturmaları istenmektedir. Ayrıca cümle oluşturma görevinin etkisini arttırmak amacıyla, her bir ihtiyacı yansıtan ifadelerin kullanıldığı yönergeler hem cümle oluşturma görevinin başında hem de kelime tamamlama görevinin başında katılımcılara sunulur.

Bu araştırmada kullanılması amacıyla söz konusu bu görevler ve yönergelerin, araştırmacı ve bir sosyal psikolog tarafından Türkçe'ye çevirisi yapılmıştır. Sonrasında, sosyal psikoloji alanında uzman olan 6 yargıcıdan cümlelerde geçen ve temel ihtiyaçlar için kullanılan ifadelerin bu ihtiyaçlarla ne derece ilişkili olduğu konusunda 1'den 7'ye kadar değerlendirmede bulunmaları istenmiştir. Bu yargıcılardan gelen cevaplar doğrultusunda, her bir ifade için ortalama puan elde edilmiş ve değerlendirmesi ortalamanın altında kalan ifadeler için gerekli değişikliklere gidilmiştir (EK 15).

3.1.1.1.3. Veri Toplama Araçları

3.1.1.1.3.1. Kelime Tamamlama Testi

Bu deneyde, temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin etkisini gözlemleyebilmek amacıyla kelime tamamlama görevi (Pavey ve ark., 2011) kullanılmıştır (EK 14). Bu görevde özerkliği, yetkinliği ve ilişkiselliği temsil eden üçer kelime ile üç nötr kelime olmak üzere toplam 12 kelime yer almaktadır. Katılımcılardan istenen ise eksik harfleri bulunan kelimeleri akıllarına gelen ilk kelime ile tamamlamalarıdır. Her bir kelimenin farklı şekillerde tamamlanma olasılığı göz konusudur (örn., sh_re → share, shire ve shore). Katılımcılar tamamladıkları kelimelerin özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarını temsil etmesine göre 0 ile 3 arasında değişen puanlar almaktadırlar. Bu çalışmada kullanılmak amacıyla, orijinal çalışmadaki kelimeler göz önünde bulundurularak kelime tamamlama görevi oluşturulmuştur (EK 16). Bu görevde yer alan kelimelerin eksik bırakılacak harfleri belirlenirken, farklı hangi kelimelere tamamlanabileceği konusunda kelimelerin Türkçe'de kullanım sıklığı (Göz, 2003) göz önünde bulundurulmaya çalışılmıştır. Buna göre, görevde geçen kelimelerin kullanım sıklıklarının, alternatif kelimelerin kullanım sıklığına yakın olması amaçlanmıştır. Bunun nedeni ise temel ihtiyaçlarla ilişkili kelimelerin alternatif kelimelere oranla daha fazla tamamlanmasında, kelimelerin kullanım sıklıklarının olası etkisini azaltmaktır.

3.1.1.1.4. İşlem

Bu çalışma Maltepe Üniversitesi'nde hazırlanan deney ortamında, araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Deney ortamına gelen katılımcılara, orijinal çalışmadaki yönergeye uygun şekilde (Pavey ve ark., 2011), paravan öykü olarak, katılacakları araştırmanın bireylerin dili kendilerine özgü kullanım stilleri üzerine yapıldığı ve bu amaçla kendilerine cümle oluşturma ve kelime tamamlama görevlerinin verileceği söylenmiştir. Sonrasında, katılımcıların

seçkisiz olarak atandıkları koşula bağlı olarak özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol değişimlemesi yapılmıştır. Katılımcılardan öncelikle görevin yönergesini dikkatle okumaları, daha sonra ise kendilerine verilen 20 setlik listede yer alan 5'er kelimedenden oluşan grupları, her bir setteki 4 tane kelimeyi kullanarak bir cümle haline getirmeleri istenmiştir. Böylece her setten bir tane kelimeyi elemeleri gerektiği söylenmiştir. Bunun ardından kelime tamamlama görevi verilmiş ve göreve başlamadan önce yine yönergeyi dikkatle okumaları istenmiştir. Bu görevlerin ardından katılımcılar araştırmanın amacı hakkında ayrıntılı olarak bilgilendirilerek, kendilerinden verilerin kullanımı için izin istenmiştir.

3.1.1.1.5. Birinci Ön Çalışmanın Bulguları

Temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine ilişkin bilişsel hazırlama görevinin çalışıp çalışmadığını görmek amacıyla, elde edilen verilere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Bu analiz sonucunda gruplar arasında anlamlı farkların olduğu gözlenmiştir, Wilks' Lambda =.48, F=2.93, $p < .05$. Söz konusu dört koşul temelinde kelime tamamlama görevinden elde edilen puanlara ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 12'de sunulmuş, ortalamalara ilişkin çizgi grafiği ise Şekil 3'te gösterilmiştir.

Buna göre, özerklik ile ilişkili kelimelerin tamamlanması açısından, özerklik değişimlemesi koşulu (Ort.=.91, S=.67) ile nötr koşul (Ort.=.25, S=.45) arasındaki farkın anlamlı düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Özerklik koşulu ile yetkinlik koşulu arasında anlamlı düzeyde fark görülmemekle birlikte, anlamlılık değerinin sınırda olduğu gözlenmiştir. İlişkisellik değişimlemesi koşulundaki katılımcılar (Ort.=1.41, S=.99) sadece yetkinlik koşulundaki katılımcılara (Ort.=.50, S=.51) kıyasla, ilişkisellik ile ilgili kelimeleri anlamlı düzeyde daha fazla tamamlamışlardır. İlişkisellik koşulunun özerklik ve nötr koşul ile arasında anlamlı fark olmamasıyla birlikte, anlamlılık değerinin yine sınırda olduğu görülmüştür. Yetkinlik ile ilişkili kelimelerin tamamlanması

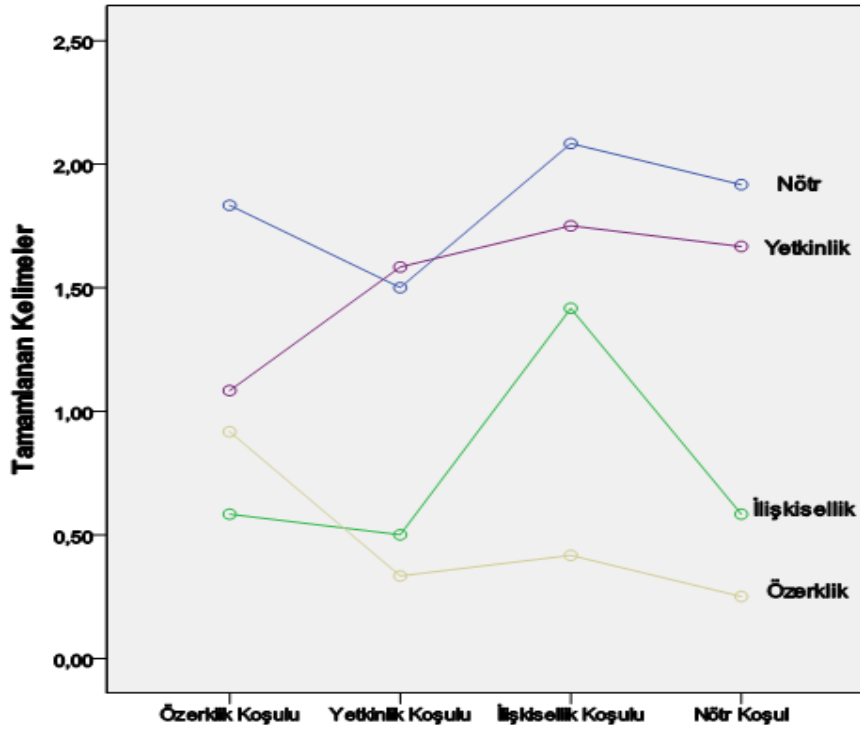
açısından ise yetkinlik koşulu ile özerklik, ilişkisellik ve nötr koşul arasında anlamlı düzeyde farkın olmadığı gözlenmiştir.

Tablo 12: Temel psikolojik ihtiyaçların puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri

	Deney koşulu				F	Eta ²
	Özerklik	Yetkinlik	İlişkisellik	Nötr		
<i>Kelime Tamamlama Görevi</i>	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)		
Özerklik Kelimeleri	.92 (.67)	.33 (.49)	.42 (.51)	.25 (.45)	3.72*	.20
Yetkinlik Kelimeleri	1.08 (.79)	1.58 (1.44)	1.75 (.75)	1.67 (.98)	1.11	.07
İlişkisellik Kelimeleri	.58 (.51)	.50 (.51)	1.41 (.99)	.58 (.67)	3.83*	.21
Nötr Kelimeler	1.83 (.72)	1.50 (.90)	2.08 (.67)	1.91 (.78)	1.99	.08

*p<.05

Özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarını yansıtan kelimeler ile nötr kelimelerin tamamlanmasına ilişkin frekanslar ise Tablo 13'te sunulmuştur. Frekans tablosuna bakıldığında, özerklik ile ilgili kelimelerden “özgür” kelimesinin tamamlanması açısından özerklik koşulundaki katılımcıların daha fazla frekansa sahip oldukları, diğer taraftan “tercih” ve “karar” kelimelerinin tamamlanması açısından ise bu tür bir sıklığın söz konusu olmadığı gözlenmiştir. Buna göre, bu kelimelerde değişikliğe gidilebileceği düşünülmüştür.



Şekil 3: Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi

Yetkinlik kelimelerinden “akıllı” kelimesinin özellikle ilişkisellik koşulundaki katılımcılar tarafından tamamlanmasının, bu kelimenin ilişkisel bağlamda geribildirim olarak kullanılmasıyla bağlantılı olabileceği düşünülmüştür (“çok akıllı bir çocuksun” ya da “burada akıllı uslu şekilde otur bakalım” gibi). “Başarmak” kelimesini ise yetkinlik koşulundaki katılımcılar görece daha fazla tamamlarken, “yetenek” kelimesini en fazla nötr koşuldakilerin, sonrasında yetkinlik koşulundakilerin tamamladıkları görülmüştür. İlişkisellik ile ilgili kelimeler bağlamında, “önemsemek” ve “bağlılık” kelimelerinin en fazla ilişkisellik koşulunda tamamlandığı, “paylaşmak” kelimesinin ise hem ilişkisellik hem de özerklik koşullarında eşit şekilde tamamlandığı gözlenmiştir.

Tablo 13: Deneyde koşullara göre kelimelerin tamamlanma frekansları

Deney Koşulları	Nötr Kelimeler			zerklik Kelimeleri			Yetkinlik Kelimeleri			İlişkisellik Kelimeleri		
	Kitap	Bitki	Elma	zgr	Tercih	Karar	Akıllı	Başarmak	Yetenek	Paylaşmak	nemsemek	Bağlılık
Özerklik N=12	11	2	9	8	2	1	9	2	2	5	0	2
Yetkinlik N=12	8	2	8	2	1	1	6	5	6	2	2	2
İlişkisellik N=12	12	4	9	4	0	1	12	4	5	5	7	5
Nötr N=12	12	3	8	3	0	0	9	3	8	1	3	3

Genel olarak elde edilen bulgular doğrultusunda, temel psikolojik ihtiyaçların değişimlenmesi için kullanılan cümle oluşturma görevinin bu ihtiyaçlar için örtük düzeyde bilişsel hazırlama yaratabileceği, ancak değişimlemenin etkisini daha iyi görebilmek amacıyla, kullanılan kelime tamamlama görevinde bazı değişikliklere gidilmesi gerektiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu amaçla, kelime tamamlama görevinde kullanılabilecek ifadeleri belirleyebilmek için ikinci bir çalışma yürütülmüş ve aşağıda bu çalışmaya ayrıntılarıyla yer verilmiştir.

3.1.1.2. İkinci n alışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlara Yönelik ağrışım Kelimelerine İlişkin Niteliksel Araştırma

Bu çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevi kapsamında, değişikleme kontrolü için kullanılacak kelime tamamlama görevindeki kelimelerin belirlenmesi amaçlanmıştır.

3.1.1.2.1. Katılımcılar

Bu alışmaya Maltepe niversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören 90 kişi katılmıştır. Katılımcıların 50'si kadın (%55.6), 40'ı ise erkektir (%44.4). Bu kişilerin yaşları 19 ile 26 arasında değişmektedir (Ort.=22.22, S=1.26). Her bir

ihtiyaca yönelik veri farklı öğrencilerden toplanmıştır. Buna göre, özerklik ihtiyacı için 33 (20 kadın ve 13 erkek; Ort.=22.33, S=1.29), yetkinlik için 31 (16 kadın ve 15 erkek; Ort.=22.10, S=1.04) ve ilişkisellik ihtiyacı için 26 (14 kadın ve 12 erkek; Ort.=22.23, S=1.47) katılımcıdan veri toplanmıştır.

3.1.1.2.2. Veri Toplama Araçları

Her bir ihtiyacın tanımı çerçevesinde katılımcılardan akıllarına gelen kelimeleri listelemelerinin istendiği bir soru formu oluşturulmuştur. Ayrıca, bu formda katılımcıların cinsiyetleri, doğum yılları ve bölümleri ile ilgili sorular da bulunmaktadır. Formun yönergesi ise şu şekildedir: *“Aşağıda özerklik/yetkinlik/ilişkisellik kavramına ilişkin tanımlama yer almaktadır. Sizden yapmanızı istediğimiz şey bu kavramın üzerine düşünerek size çağrıştırdığı kelime ya da kelime gruplarını alt alta yazmanızdır. Şimdi lütfen bu tanım çerçevesinde aklınıza gelen olabildiğince çok ifadeyi aşağıdaki satırlara yazınız.”*

3.1.1.2.3. İkinci Ön Çalışmanın Bulguları

Her bir ihtiyaç için elde edilen veriler üzerinden bu ihtiyaçlar için kullanılan kelimelerin sıklığına bakılmıştır. Tablo 14’te frekansları en yüksek olan kelimeler yer almaktadır. Buna göre, özerklik kavramı çerçevesinde en sık sözü edilen kelimelerin “özgürlük, irade, bağımsız, kontrol, bireysellik, sorumluluk, özgüven” gibi kelimeler olduğu gözlenmiştir. Ancak bazı kelimelerin birden fazla anlamı çağrıştırmaya olasıdır (örneğin kontrol kelimesi kontrol etmek veya edilmek biçiminde ele alınabilir) ve bazılarının ise birden fazla ihtiyaçla ilişkili olması (örneğin sorumluluk ve özgüven) gibi nedenlerle *“özgür, irade, karar, bağımsız ve serbest”* kelimeleri belirlenerek bu görevde kullanılabileceği düşünülmüştür.

Yetkinlik ihtiyacıyla ilgili en sık bahsedilen kelimelerin ise “başarı, özgüven, sorumluluk, yeterlilik, yetenek, kapasite, güç, kişilerarası ilişkiler, bilgi” gibi kelimeler olduğu görülmüştür. Görev için kelime seçimi yapılırken kelimelerin birden fazla ihtiyacı tanımlama olasılığına (özgüven, sorumluluk, kişilerarası ilişkiler gibi), uzunluklarına (güç, yeterlilik gibi) veya kelimeye alternatif üretmenin zorluğuna (örneğin kapasite, zekâ) dikkat edilmiştir. Böylece, “başarı, yetenek, beceri, bilgi ve akıl” kelimeleri görev için uygun bulunmuştur.

Son olarak, ilişkisellik ihtiyacı için verilen cevapların “arkadaşlık, sevgi, saygı, aşk, ilişki, dostluk ve yakınlık” gibi kelimeler olduğu gözlenmiştir. Ancak bu kelimelerin çoğunun belirli bir ilişki alanıyla (örneğin arkadaşlık, dostluk, aşk, aile gibi) bağlantılı olduğu görülmüştür. Bu nedenle kelime seçiminde, kelimelerin ilişkisellik ihtiyacıyla bağlantılı daha kapsayıcı kelimeler olmasına özen gösterilmiştir. Böylece bu ihtiyaç için “ilişki, yakınlık, bağlılık, destek ve sevecen” kelimeleri belirlenmiştir.

Tablo 14: Temel psikolojik ihtiyaçlara ilişkin frekansları en yüksek olan kelimeler

Özerklik (N=33)	Frekans	Yetkinlik (N= 31)	Frekans	İlişkisellik (N= 26)	Frekans
Özgürlük	30	Başarı	18	Arkadaşlık	13
İrade	14	Özgüven	15	Sevgi	13
Bağımsız	13	Sorumluluk	15	Saygı	11
Kontrol	13	Yeterlilik	13	Aşk	10
Bireysellik	13	Yetenek	11	İlişki	10
Sorumluluk	9	Kapasite	10	Dostluk	9
Özgüven	8	Güç	10	Yakınlık	9
Karar	7	Kişilerarası ilişkiler	9	Güven	9
Güç	6	Bilgi	8	Aile	7
Bağımsızlık	5	Hedef	8	İletişim	7
Benmerkezci	5	İletişim	8	Samimiyet	7
Serbest olmak	5	Kendini geliştirme	8	Birlikte	7
Tutarlılık	5	Beceri	7	Paylaşım	7
Benlik saygısı	5	Güven	7	Çevre	5
		Zekâ	7	Yardımlaşma	5
		Liderlik	6	Duygu	5
		Amaç	6		
		İstek	6		
		Motivasyon	6		
		Meslek	5		
		Benlik saygısı	5		
		Özgürlük	5		
		Değerler	5		
		Çevre	5		
		Benlik	5		

Değişimleme kontrolü için kullanılacak olan kelime tamamlama görevinin içeriğini oluşturabilmek amacıyla, hem orijinal çalışmadaki kelimeler ve birinci ön çalışma bulguları hem de söz konusu bu niteliksel çalışma sonuçları göz önünde bulundurularak olası kelimeler belirlenmiş ve üçüncü ön çalışmada görev tekrar sınanmıştır (Tablo 15).

3.1.1.3. Üçüncü Ön Çalışma: Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Yenilenen Bilişsel Hazırlama Görevinin Denenmesi

Yukarıda sözü edilen ön çalışmalar doğrultusunda, değişimleme kontrolü için hazırlanan kelime tamamlama görevinin yeni formunu değerlendirmek amacıyla, üçüncü bir ön çalışma yürütülmüştür. Aşağıda bu çalışmanın yöntem bölümüne ve bulgularına yer verilmektedir.

3.1.1.3.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın amacı doğrultusunda, Maltepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde okuyan 76 öğrenciden veri toplanmış ve araştırmaya katılımları karşılığında ders puanı almışlardır. Bu öğrencilerden 22'si görevi eksik yapmaları, 1'i yaş üzerinden aşırı değer olması, 8'i ise kelime tamamlama görevindeki performansları açısından aşırı değer olmaları nedeniyle analiz dışında bırakılmıştır. Bu nedenle analizler 45 katılımcıdan elde edilen veriler üzerinden yürütülmüştür. Katılımcılar deneysel desendeki 4 koşula (özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol) seçkisiz yolla atanmışlardır. Özerklik koşulunda 12, yetkinlik koşulunda 10, ilişkisellik koşulunda 12 ve kontrol koşulunda 11 kişi bulunmaktadır. Örneklemin 33'ü (%73.3) kadın, 12'si (%26.7) ise erkektir. Katılımcıların yaşları 17 ile 24 arasında değişmektedir (Ort.=19.29, S=1.44).

3.1.1.3.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler

Bu deney, deneysel araştırma başlığı altında yer alan birinci ön çalışmanın tekrarı niteliğindedir. Ancak değişimleme kontrolü amacıyla kullanılan kelime tamamlama görevinde, birinci ve ikinci ön çalışmadan elde edilen bulgular ışığında, değişikliklere gidilmiş ve temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin işleyip işlemediğini tekrar değerlendirmek amaçlanmıştır.

3.1.1.3.3. Veri Toplama Araçları

3.1.1.3.3.1. Kelime Tamamlama Testi

Bu deneyde, temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin etkisini gözlemleyebilmek amacıyla birinci ön çalışmada kullanılan kelime tamamlama görevi kullanılmıştır. Ancak, bu görevde yapılan değişiklikler Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15: Kelime tamamlama görevinde yapılan değişiklikler

Kelime	Sıklık (Göz, 2003)	Çözüm	Alternatif kelimeler ve sıklıkları
Özerklik için			
Özgür	72	Ö__ü_	Örgüt (174) - Özgün (41)
İrade	73	İ_a_e	İfade (253) - İhale (97) - İdare (67)
Karar	622	Ka_a_	Kadar (3527) - Kanal (229) - Kapak (142)
Bağımsız	88	B____s_z	Belirsiz (41) - Bakımsız (10)
Serbest	108	Ser_____	Sermaye (100) - Seramik (57)
Yetkinlik için			
Başarı	304	B_ş____	Başkan (269) - Boşluk (158) - Boşuna (35)
Yetenek	177	Y_____ek	Yürümek (424) - Yiyecek (177)
Beceri	63	B____ri	Beğeni (55) - Beşeri (10)
Bilgi	985	B_l_i	Belki (725) - Belli (363)
Akıl	679	A_i_	Açık (564) - Ağız (419) - Ağır (316)
İlişkisellik için			
İlişki	709	İ_____i	İkinci (509) - İlgili (712) - İsimli (57)
Yakınlık	43	Ya_____lık	Yaklaşık (180) - Yaşlılık (21)
Bağlılık	29	B_____lık	Bakanlık (203) - Bataklık (9)
Destek	215	D_____ek	Dernek (110) - Dönmek (942) - Düşmek (871)
Sevecen	12	S_____en	Serüven (51) - Sahiden (11)

3.1.1.3.4. İşlem

Birinci ön çalışmada izlenen işlemsel sıra takip edilmiştir.

3.1.1.3.5. Üçüncü Ön Çalışmanın Bulguları

Temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine ilişkin bilişsel hazırlama görevinin çalışıp çalışmadığını görmek amacıyla yürütülen bu çalışmada elde edilen verilere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Buna göre, gruplar arasında anlamlı farkların olduğu gözlenmiştir, Wilks' Lambda =.25, F=5.72, p<.05. Söz konusu dört koşul temelinde kelime tamamlama görevinden elde edilen puanlara ilişkin ortalama ve standart sapmalar Tablo 16'da sunulmuş, ortalamalara ilişkin çizgi grafiği ise Şekil 4'te gösterilmiştir.

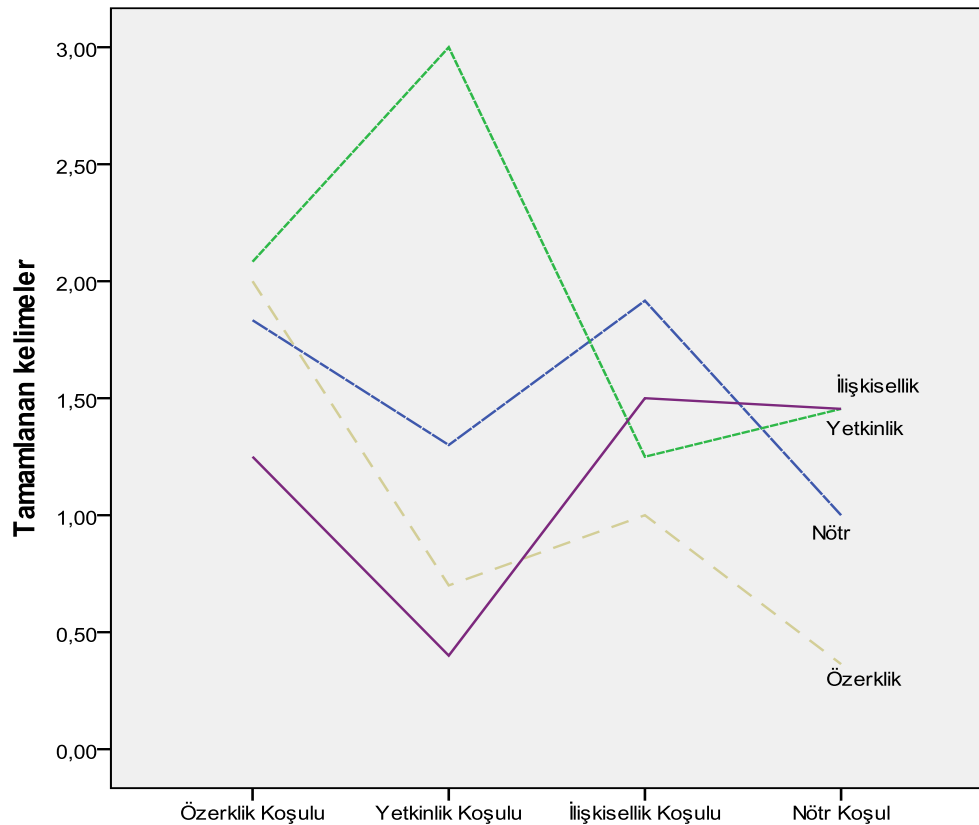
Tablo 16: Temel psikolojik ihtiyaçların puanlarına ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri

	Deney koşulu				F	Eta ²
	Özerklik	Yetkinlik	İlişkiselik	Nötr		
<i>Kelime Tamamlama Görevi</i>	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)		
Özerklik Kelimeleri	2.00 (1.13)	.70 (.67)	1.00 (.95)	.36 (.50)	7.70*	.36
Yetkinlik Kelimeleri	2.08 (1.44)	3.00 (1.33)	1.25 (.87)	1.45 (.82)	5.00*	.27
İlişkiselik Kelimeleri	1.25 (1.21)	.40 (.51)	1.50 (.90)	1.45 (.82)	3.26*	.19
Nötr Kelimeler	1.83 (.57)	1.30 (.95)	1.92 (.79)	1.00 (.77)	3.60*	.21

*p<.05

Buna göre, özerklik ile ilişkili kelimeleri tamamlamaları açısından, özerklik değişimlemesi koşulu (Ort.=2.00, S=1.13) ile diğer üç koşul (yetkinlik, Ort.=.70, S=.67; ilişkiselik, Ort.=1.00, S=.95; nötr, Ort.=.36, S=.50) arasındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yetkinlik ile ilişkili kelimelerin

tamamlanması açısından ise, yetkinlik değişimlemesi koşulu (Ort.= 3.00, S=1.33) ile ilişkisellik Ort.=1.25, S=.87) ve nötr koşul (Ort.=1.45, S=.82) arasındaki farkların anlamlı düzeyde olduğu gözlenmiştir. İlişkisellik değişimlemesi koşulundaki katılımcılar (Ort.=1.50, S=.90) ise sadece yetkinlik koşulundaki katılımcılara (Ort.=.40, S=.51) kıyasla, ilişkisellik ile ilgili kelimeleri anlamlı düzeyde daha fazla tamamlamışlardır. İlişkisellik koşulunun özerklik ve nötr koşul ile arasında anlamlı fark olmamasıyla birlikte, anlamlılık değerinin sınırda olduğu görülmüştür. Son olarak, nötr kelimelerin tamamlanması açısından bakıldığında ise, sadece ilişkisellik koşulundaki katılımcıların (Ort.=1.92, S=.79) nötr koşula (Ort.=1.00, S=.77) kıyasla, bu kelimeleri daha fazla tamamladıkları görülmüştür. Koşullara göre özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ihtiyaçlarını yansıtan kelimeler ile nötr kelimelerin tamamlanmasına ilişkin frekanslar ise Tablo 17’de sunulmuştur.



Şekil 4: Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi

Elde edilen bulgular doğrultusunda, genel olarak temel psikolojik ihtiyaçların değişimlenmesi için kullanılan cümle oluşturma görevinin bu ihtiyaçlar için örtük düzeyde bilişsel hazırlama yaratabileceği, diğer taraftan görevin ortaya çıkardığı etkinin gücünün tartışılabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda, asıl deneyde bu görev kullanılabilmesi gibi, temel psikolojik ihtiyaçların ölçülerek ele alındığı bir çalışmanın da yürütülebileceği düşünülmüş ve iki yolla da veri toplanmasına karar verilmiştir. Bu amaçla, yürütülen bu ön çalışmaların bulgularından yararlanılarak kelime tamamlama görevinde bazı değişikliklere gidilmiş ve asıl deneyde bu görevin kullanılmasının uygun olduğu düşünülmüştür (EK 17).

Tablo 17: Deneyde gruplara göre kelimelerin tamamlanma frekansları

Deney Koşulları	Nötr Kelimeler			Özerklik Kelimeleri					Yetkinlik Kelimeleri				İlişkisel Kelimeleri					
	Kitap	Bitki	Elma	Özgür	İrade	Karar	Bağımsız	Serbest	Başarı	Yetenek	Beceri	Bilgi	Akıl	İlişki	Yakınlık	Bağlılık	Destek	Sevecen
Özerklik N=12	10	2	10	7	8	3	3	3	5	6	5	8	1	3	2	5	1	3
Yetkinlik N=10	8	2	3	1	4	1	1	0	6	8	7	6	3	0	1	2	0	1
İlişkisel N=12	11	3	9	3	5	0	2	2	0	5	4	4	2	2	2	2	3	8
Nötr N=11	7	1	3	2	2	0	0	0	3	5	4	5	0	1	5	1	4	5

3.1.2. İkinci Asıl Çalışma: Başarısızlık Geribildiriminin Benliği Yüceltme Stratejisi Üzerindeki Etkisinde Temel Psikolojik İhtiyaçların Düzenleyici Rolü

Benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildirimi etkisini ve temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolünü incelemenin amaçlandığı bu deneyde, başarısızlık geribildirimi koşulundaki katılımcıların başarı geribildirimi koşulundakilere oranla, benliği koruyucu yönde gösterilen bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisine daha fazla başvurmaları (olumsuz ve merkezi özelliklere oranla, olumlu ve merkezi özelliklerin daha çok hatırlanması) beklenmiştir. Ancak, bu etkinin temel psikolojik ihtiyaçları desteklenen katılımcılara oranla, desteklenmeyen kontrol koşulundaki katılımcılarda daha fazla görüleceği öne sürülmüştür. Bu açıdan, benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildirimi ile benliği savunucu tepkiler arasındaki ilişkiyi temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyeceği düşünülmüştür.

3.1.2.1. Katılımcılar

Bu araştırmanın örneklemini Maltepe Üniversitesi'nin çeşitli bölümlerinde (Psikoloji, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Sosyoloji ve Sosyal Hizmet) okuyan öğrenciler oluşturmuş ve araştırmaya katılımları karşılığında ekstra ders puanı almışlardır. Katılımcılar 2 (Başarı/Başarısızlık) X 4 (Özerklik, Yetkinlik, İlişkisel ve Kontrol) faktörlü deneysel desendeki koşullara seçkisiz yolla atanmışlardır. Araştırmaya toplam 126 kişi katılmıştır. Ancak bunlardan 4'ü görevlerden bazılarını tamamlayamadıkları için analizler dışında bırakılmış ve analizler 122 katılımcının cevapları üzerinden yürütülmüştür. Özerklik ve yetkinlik koşullarında 16, ilişkisel ve kontrol koşullarında ise 15'er katılımcı yer almaktadır. Katılımcılardan 82'si kadın (% 67.2), 40'ı ise erkektir (% 32.8). Yaşları ise 18 ile 23 arasında değişmektedir (Ort.=19.94, S=1.13).

3.1.2.2. Araştırmada Yer Alan Değişkenler

Bu deneyin bağımsız değişkeni benliğe yönelik tehdit olarak ele alınan ve iki koşula karşılık gelen başarı/başarısızlık geribildirimidir. Bağımlı değişken ise benliği yüceltme yönünde kullanılan bellekte olumsuz bilginin ihmalı stratejisidir. Bağımsız değişken ile bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi düzenlediği düşünülen temel psikolojik ihtiyaçlar (zerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol koşulu) ise söz konusu bu çalışmada yer alan düzenleyici değişkendir.

3.1.2.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada veri toplama araçları olarak, bellekte olumsuz bilginin ihmalini lme amaçlı görev, Temel Psikolojik İhtiyaçlar leği (Yeni Form) ve Sosyal İstenirlik leği kullanılmıştır.

3.1.2.3.1. Bellekte Olumsuz Bilginin İhmali lm

Benliği yüceltme veya koruma stratejilerinden biri olarak tanımlanan bellekte olumsuz bilginin ihmalı, bireylerin benlikleriyle ilişkili olarak olumsuz davranışları daha az, olumlu davranışları ise daha fazla hatırlama yönünde sergiledikleri ve seçici unutmayı içeren bir stratejidir (rn., Sedikides ve Green, 2000). Bu tür bir seçici unutma yoluyla benliği koruma gerçekleşir ve benliğe ilişkin olumluluğun devamı daha iyi Şekilde sağlanır (Sedikides ve Green, 2009). Söz konusu bu strateji kapsamında, bilginin benlikle ilişkisinin (ben/başkası), değerinin (olumlu/olumsuz) ve türünün (merkezi/çevresel) seçici unutma açısından önemli olduğu vurgulanmaktadır.

Sedikides ve Green (2000) yürüttükleri pilot çalışma sonrasında, bellekte olumsuz bilginin ihmalini ölçmek amaçıyla 32 hipotetik davranıştan oluşan bir liste geliştirmişlerdir. Bu listede yer alan davranışlar iki merkezi (güvenilir olma/güvenilir olmama ile kibar/kaba olma) ve iki çevresel kişilik özelliğini

(alçakgönüllü/kibirli ile şikâyet eden/şikâyet etmeyen) temsil etmektedir. Her bir kişilik özelliği için 4'ü olumlu ve diğer 4'ü olumsuz yönde toplam 8 ifade yer almaktadır. Böylece listede yer alan davranışların yarısı olumlu diğer yarısı ise olumsuz niteliktedir (Tablo 18).

Yazarlar bellekte olumsuz bilginin ihmaline ilişkin bu ölçümde, benlikle ilgili olduğu koşula *"Size ait aşağıdaki tanımlamayı inceleyiniz. Bu tanımlamanın sizi çok iyi tanıyan insanların sizin hakkınızda söylediklerine dayanarak oluşturulduğunu düşününüz."* şeklinde bir yönerge kullanmışlardır (Deney 2). Bu görevde katılımcılara 4 sayfada 8 davranış verilmiştir. Her bir sayfadaki davranışların hepsi tek bir boyutu yansıtan olumlu-olumsuz maddelerden oluşmaktadır. Katılımcılar ortalama 4 dakika sonunda kitapçığı incelemeyi tamamlamışlardır. Sonrasında çeldirici bir görev verilmiş ve ardından sürpriz bir hatırlama testi yapılmıştır. Bu test sırasında, katılımcılardan daha önce kitapçıkta gördükleri davranışlardan olabildiğince fazlasını hatırlamaları ve her bir sayfaya bir davranış yazmaları istenmiştir. Davranışları hatırlarken önceki yazdıkları cevaplara dönmeleri ve kelimesi kelimesine hatırlama konusunda endişe duymamaları söylenmiştir. Hatırlama testi 5 dakika sonra tamamlanmıştır. Hatırlanan davranışa ilişkin kodlamalar araştırmanın amacından habersiz olan bağımsız iki yargıcı tarafından gerçekleştirilmiş ve ifadelerin hatırlanmasına ilişkin yüzdeler elde edilmiştir. Ayrıca araştırmacılar her bir katılımcı için kodlama dışı ifadelerin yüzdesini belirleyerek bu tür ifadeleri ikiden fazla kullanan katılımcıları elemişlerdir. Yazarlar, kodlama dışı ifadeleri davranışın tekrarlı olarak yazılması, listede olmayan bir davranışın yazılması veya ifadenin değerinin değişmesi üzerinden hesaplamışlardır. Veriler analiz edilirken tekrarlı ifadeler kaldırılmıştır. Söz konusu bu araştırmada da Sedikides ve Green (2000) tarafından bellekte olumsuz bilginin ihmalini ölçmek amacıyla ikinci deneyde kullanılan hipotetik davranış listesi ve işlemi kullanılmıştır.

Tablo 18: Bellekte olumsuz bilginin ihmalini ölçme amaçlı davranış listesi

<p>1. MERKEZİ ÖZELLİK: Güvenilir olan ve güvenilir olmayan davranışlar</p> <ul style="list-style-type: none"> - A, kendisinden istendiğinde sır saklar. - A, arkadaşlarına verdiği sözün arkasında durur. - A kişisi, bir sınav olurken öğretmeni sınıfta onu yalnız başına bırakabilir ve onun kopya çekme ihtimalinden korkmaz. - İnsanlar A kişisine kendileri için utanç verici şeyleri güvenle anlatırlar. - A kişisi, başkalarının eşyalarını onların bilgisi olmadan alır. - A kişisi, yakın bir ilişkide sadakatsizdir. - A kişisi, ailesine sık sık yalan söyler. - Bir işveren A kişisine zaman sınırlaması olan önemli bir projenin bitirilmesi konusunda güven duymaz.
<p>2. MERKEZİ ÖZELLİK: Kibar ve kaba davranışlar</p> <ul style="list-style-type: none"> - A kişisi komşusuna bebek bakıcısı gelemediği zaman, çocuğuna bakmayı önerir. - A insanların elleri dolu olduğunda onlar için kapıyı açar. - A kişisi, görme engelli bir arkadaşı için ders notlarını ses kaydına almada yardımcı olur. - A kişisi, ihtiyaç içerisindeki çocuklarla büyük ağabey veya abla olarak gönüllü şekilde çalışır. - A kişisi, başkalarıyla dış görünüşlerinden dolayı dalga geçer. - A kişisi, kendi çıkarı için bir başkasına kasıtlı olarak zarar verir. - A kişisi, hasta olan bir arkadaşına ders notlarını vermeyi reddeder. - A kişisi, yaşlı bir kadına küfür niteliğinde el kol hareketi yapar.
<p>1. ÇEVRESEL ÖZELLİK: Kibirli ve alçakgönüllü davranışlar</p> <ul style="list-style-type: none"> - A kişisi, dikkatini kendine odaklamak yerine başkalarına yönlendirir. - A kişisi, bazen başarılarında kendi isminin geçmemesine izin verir. - A kişisi, grup başarısı söz konusu olduğunda diğerlerine de bu başarıdan pay verir. - A kişisi, başarıları için hiçbir zaman açık şekilde övünmez. - A kişisi, diğer insanlara onları küçümseyen şekilde davranır. - A kişisi, kendini daha iyi göstermek için başkalarının zayıflıklarına dikkat çeker. - A kişisi, kendisi hakkında diğerinden daha fazla konuşur. - A kişisi, başkalarının önünde gösteriş yapar.
<p>2. ÇEVRESEL ÖZELLİK: Şikâyet Etme ve Şikâyet Etmemeyi İçeren Davranışlar</p> <ul style="list-style-type: none"> - A kişisi, fiziksel rahatsızlıklar hakkında başkalarına nadiren bir şey anlatır. - A kişisi, oda arkadaşıyla ilgili olumsuz noktaları hoş görür. - A kişisi, olumsuz deneyimlerinden konuşacağı zaman bunların olumsuz yönlerini en aza indirmeye çalışır. - A kişisi, iyi zaman geçirmiyor olsa bile bu tür durumları tolere eder. - A kişisi, yaşamı iyi gidiyor olsa bile sürekli eksiklik arar. - A kişisi, bir şeyi yapmak istemediğinde, sürekli bundan bahseder. - A kişisi, sürekli ne kadar çok yapılacak şey olduğundan bahsedip durur. - A kişisi, aldığı derslerle ilgili olarak sadece kötü şeylerden bahseder.

3.1.2.3.2. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği_Yeni Form

Birinci çalışma kapsamında uyarılma ve yeniden düzenleme çalışmaları yürütülen ölçek kullanılmış ve katılımcılar deneye katılmadan bir ay önce bu ölçeği yanıtlamışlardır. Böylece, bağımlı değişken ölçümünden önce ölçeği yanıtlamanın olası etkisinin ortadan kaldırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmada ölçeğin özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik alt boyutlarına ilişkin iç tutarlık katsayıları

sırasıyla .89, .87 ve .89'dur. ölçeğin tümü için hesaplanan iç tutarlık katsayısı ise .93 olarak elde edilmiştir.

3.1.2.3.3. Sosyal İstenirlik Ölçeği

Bu araştırmada, bellekte olumsuz bilginin ihmali ölçümüne yönelik görevde, hatırlama görevinin öncesinde, çeldirici görev olarak Sosyal İstenirlik Ölçeği (Kozan, 1983) kullanılmıştır.

3.1.2.4. İşlem

Bu deney, Maltepe Üniversitesi'nde hazırlanan deney ortamında, araştırmacı tarafından yürütülmüştür. Deney ortamına gelen katılımcılara, katılacakları söz konusu araştırmanın iki bölümden oluştuğu, ilk bölümünde bireylerin dili kendilerine özgü kullanım stillerinin inceleneceği söylenmiş ve bu amaçla bazı görevleri tamamlamaları istenmiştir. Çalışmanın ikinci bölümünde ise bireylerin görsel algı, görsel bellek ve tanıma gibi bilişsel işlevlerinin Yüz Tanıma Testi aracılığıyla değerlendirileceği belirtilmiştir. Bu açıklamanın sonrasında, deneyin birinci bölümünde katılımcılara temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol) desteklenmesi amacıyla örtük bilişsel hazırlama görevi verilmiştir. Bu amaçla, katılımcıların seçkisiz olarak atandıkları koşula bağlı olarak özerklik, yetkinlik, ilişkisellik ve kontrol değişimlemesi yapılmıştır. Örtük bilişsel hazırlama görevi için Pavey ve arkadaşları (2011) tarafından kullanılan cümle oluşturma görevi (sentence unscrambling task) ile her bir psikolojik ihtiyaç ve kontrol koşulu için özelleştirilmiş yönergeler örnek alınmıştır. Benzer bir görev, Türkçe'de söz konusu psikolojik ihtiyaçlarla ilişkili kelimeler göz önünde bulundurularak yukarıda açıklanan ön çalışmalar aracılığıyla oluşturulmuştur. Bu görevde, katılımcılara 5'er kelimededen oluşan 20 setlik bir liste verilmiştir. Bu setlerden 15 tanesi özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarından biriyle ilgili ya da nötr kelimeleri içermektedir. Diğer 5 set ise tüm koşullarda yer alan nötr kelimelerden oluşmaktadır. Katılımcılardan her bir sette

bulunan beş kelimenin dört tanesiyle bir cümle oluşturmaları istenmiştir. Bilişsel hazırlama amacıyla kullanılan bu listenin yanı sıra, her bir psikolojik ihtiyaçla ilişkili kelimelerden oluşan ve değişimlemenin etkisini arttırmaya yönelik içerikte yönergeler de bulunmaktadır.

Temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine ilişkin bilişsel hazırlama gerçekleştirildikten sonra, benliğe yönelik tehdit olarak başarı/başarısızlık değişimlemesi yapılmıştır. Başarı/başarısızlığa yönelik değişimlemeler, benzer araştırmalarda sıklıkla kullanılan bir paradigmayla gerçekleştirilmiştir (Campbell ve Sedikides, 1999). Bu amaçla, katılımcılara bireylerde görsel bellek, görsel algı ve tanıma gibi bilişsel becerileri değerlendiren "Yüz Tanıma Testi" uygulanmıştır. Başarı/başarısızlık geribildirimlerinin değişimlenebilmesi açısından bu testin tercih edilmesinin nedeni bir aşamadan sonra testte yer alan fotoğrafların ayırt edilmesinde katılımcıların zorluk yaşamaya başlamaları ve bu zorluğun deneycinin verdiği geribildirim inandırıcılığını arttırmaya katkı sağlamasıdır. Başarı koşuluna seçkisiz olarak atanan katılımcılara "*bireylerde görsel algı, görsel bellek ve tanıma gibi bilişsel becerileri değerlendiren bu görevde ortalamanın üzerinde bir performans gösterdiniz ve başarılı oldunuz*" şeklinde geribildirim verilmiştir. Başarısızlık koşuluna seçkisiz olarak atanan katılımcılara ise "*bireylerde görsel algı, görsel bellek ve tanıma gibi bilişsel becerileri değerlendiren bu görevde ortalamanın altında bir performans gösterdiniz ve başarısız oldunuz*" şeklinde geribildirim verilmiştir.

Bağımsız değişkenin değişimlenmesinde kullanılan görevi değerlendirmek için asıl deneyin öncesinde 38 katılımcının yer aldığı bir ön çalışma yürütülmüştür. Bu katılımcıların 24'ü kadın, 14'ü ise erkektir ve yaşları 20 ile 23 arasında değişmektedir (Ort=21.16, S=.92). Elde edilen bulgular, başarı/başarısızlık geribildirimi için kullanılan görevin bellekte olumsuz bilginin ihmalini (merkezi olumsuz özellikler ile olumsuz özelliklerin daha az hatırlanması) ortaya çıkarmada etkili olduğunu ortaya koymuştur. Buna göre, benlik tehdidinin varlığı hem merkezi olumsuz özelliklerin ($F=5.30$, $p<.05$) hem de genel olarak olumsuz özelliklerin ($F=4.76$, $p<.05$) hatırlanmasında etkilidir. Diğer bir deyişle, başarısızlık geribildirimi alan katılımcılar (Ort=.18, S=.14), başarı geribildirimi

alan katılımcılara kıyasla (Ort=.31, S=.17) merkezi olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır. Benzer biçimde, genel olarak olumsuz özelliklerin hatırlanmasının başarısızlık geribildirimi alan katılımcılarda (Ort=.26, S=.11), başarı geribildirimi alan katılımcılara (Ort=.38, S=.13) kıyasla daha az gerçekleştiği gözlenmiştir. Buna göre, söz konusu görevin asıl deneyde kullanılabileceği düşünülmüştür.

Bağımsız değişken olarak başarı/başarısızlığın değişimlenmesinin ardından, bağımlı değişken ölçümü olarak katılımcılara bellekte olumsuz bilginin ihmeline ilişkin görev verilmiştir. Bu görevde, sürpriz hatırlama görevinden önce, çeldirici görev olarak Sosyal İstenirlik Ölçeği kullanılmıştır. Sonrasında, bağımlı değişken ölçümü alınmıştır. Deney tamamlandıktan sonra katılımcılar araştırmacının asıl amacı ve kullanılan yanıtma konusunda ayrıntılı şekilde bilgilendirilmişlerdir (EK 18). Katılımcılardan elde edilen verilerin bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi için izin istenmiş, katılımları için teşekkür edilerek deney tamamlanmıştır.

3.2. BULGULAR

Bu bölümde, araştırmanın ikinci asıl çalışması kapsamında ise, bağımsız değişken olarak ele alınan benliğe yönelik tehdit ile bağımlı değişken olan bellekte olumsuz bilginin ihmal stratejisi arasındaki ilişki ve temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolü sınanmıştır. İlgili sonuçlar bu bölümde sunulmuştur. Bu çalışmada benliğe yönelik bir tehdidin bellekte olumsuz bilginin ihmal stratejisi üzerindeki etkisini ve temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolünü incelemek amaçlanmıştır. Bu doğrultuda uygulanan deneyde, bellekte olumsuz bilginin ihmal Sedikides ve Green (2000) tarafından hazırlanan davranış listesi ile değerlendirilmiştir. Bu listeden hatırlanan davranışların merkezi/çevresel veya olumlu/olumsuz niteliğine göre 8 alt boyut oluşturulmuştur. Hatırlanan davranışların yüzdeleri ve kodlama dışı ifadelerin miktarı araştırmacı tarafından hesaplanmıştır. Ancak deneyci yanlılığını değerlendirmek için katılımcıların arasından rastgele seçilen 50 kişinin cevapları, araştırmanın amacından ve deney koşullarından habersiz olan bağımsız başka bir yargıcı tarafından da değerlendirilmiştir. Orijinal çalışmada olduğu gibi, iki yargıcı arasındaki tutarlılığa bakılmış ve % 97'nin üzerinde olduğu gözlenmiştir. Bellekte olumsuz bilginin ihmalini yansıtan alt boyutların betimsel istatistikleri Tablo 19'da sunulmaktadır.

Tablo 19: Değişkenlere ilişkin ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerleri

Davranışlar	Ort.	Ss	Min.	Max.
Merkezi olumlu davranışlar	.42	.21	.00	1.00
Merkezi olumsuz davranışlar	.29	.22	.00	.88
Çevresel olumlu davranışlar	.19	.17	.00	.63
Çevresel olumsuz davranışlar	.12	.15	.00	.75
Merkezi davranışlar	.36	.17	.00	.81
Çevresel davranışlar	.15	.14	.00	.69
Olumlu davranışlar	.30	.15	.00	.81
Olumsuz davranışlar	.20	.15	.00	.75

3.2.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar için Bilişsel Hazırlama Görevinin Kontrolüne İlişkin Bulgular

Temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine ilişkin bilişsel hazırlama görevinin çalışıp çalışmadığını görmek amacıyla elde edilen verilere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Buna göre, gruplar arasında anlamlı farkların olduğu gözlenmiştir, Wilks' Lambda =.81, F=2.08, p<.05. Söz konusu dört koşul temelinde kelime tamamlama görevinden elde edilen puanlara ilişkin ortalama ve standart sapmalar Tablo 20'de sunulmuş, ortalamalara ilişkin çizgi grafiği Şekil 5'te gösterilmiştir.

Tablo 20: Tamamlanan kelimelere ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri

	Deney koşulu				F	Eta ²
	Özerklik	Yetkinlik	İlişkisel	Nötr		
<i>Kelime Tamamlama Görevi</i>	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)	Ort. (S)		
Özerklik Kelimeleri	.81 (.70)	.87 (.76)	.50 (.68)	.40 (.62)	3.33*	.08
Yetkinlik Kelimeleri	1.39 (.88)	1.45 (.92)	.97 (.67)	1.03 (.93)	2.48	.06
İlişkisel Kelimeleri	1.03 (.75)	.84 (.78)	.87 (.68)	.80 (.80)	.56	.01
Nötr Kelimeler	1.64 (.76)	1.48 (.85)	1.57 (.75)	1.87 (.63)	1.47	.04

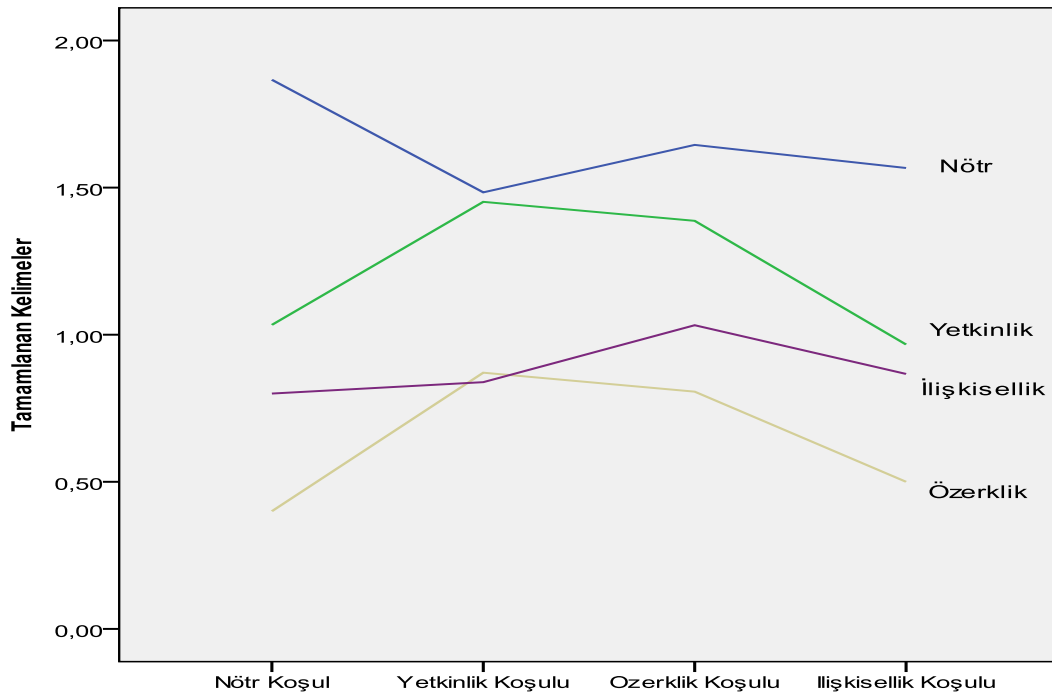
*p<.05

Elde edilen bulgulara göre, özerklikle ilişkili kelimeleri tamamlamaları açısından, yetkinlik koşulu (Ort.=.87, S=.76) ile nötr koşul (Ort.=.40, S=.62) arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür. Diğer bir deyişle, bilişsel hazırlama görevinde (cümle oluşturma) yetkinlikle ilgili kelimelere maruz kalan katılımcılar, kelime tamamlama görevinde özerklikle ilgili kelimeleri nötr koşula kıyasla daha fazla tamamlamışlardır. Bunun yanı sıra, gruplararası diğer farkların ise anlamlı olmadığı gözlenmiştir. Koşullara göre özerklik, yetkinlik, ilişkisel ihtiyaçlarını yansıtan kelimeler ile nötr kelimelerin tamamlanmasına ilişkin frekanslar Tablo 21'de sunulmuştur.

Tablo 21: Deneyde gruplara göre kelimelerin tamamlanma frekansları

Deney Koşulları	Nötr Kelimeler			Özerklik Kelimeleri			Yetkinlik Kelimeleri			İlişkiselik Kelimeleri		
	Kitap	Bitki	Elma	Özgür	İrade	Karar	Başarı	Yetenek	Bilgi	Yakınlık	Destek	Sevecen
Özerklik N=31	25	6	20	10	9	6	9	13	21	8	7	19
Yetkinlik N=31	25	6	17	9	14	4	12	17	16	7	6	13
İlişkiselik N=30	22	3	21	4	9	2	7	9	14	9	6	11
Nötr N=30	24	10	20	3	6	3	7	10	14	6	6	11

Elde edilen bu bulgular daha önce yer verilen ön çalışmaların bulgularıyla tutarlılık göstermemektedir. Ön çalışmalarda, gruplararası farklara ilişkin genel olarak beklenen etkinin gözlenmesine karşın, asıl deneyde bu tür bir fark gözlenememiştir. Dolayısıyla, temel psikolojik ihtiyaçlar için kullanılan beklenen etkiyi yaratmadığı düşünülmüştür.

**Şekil 5:** Koşullara göre tamamlanan kelimelerin ortalamalarının grafiksel gösterimi

3.2.2. Başarı/Başarısızlık Geribildirimi ile Temel Psikolojik İhtiyaçların Etkisine İlişkin Varyans Analizi Bulguları

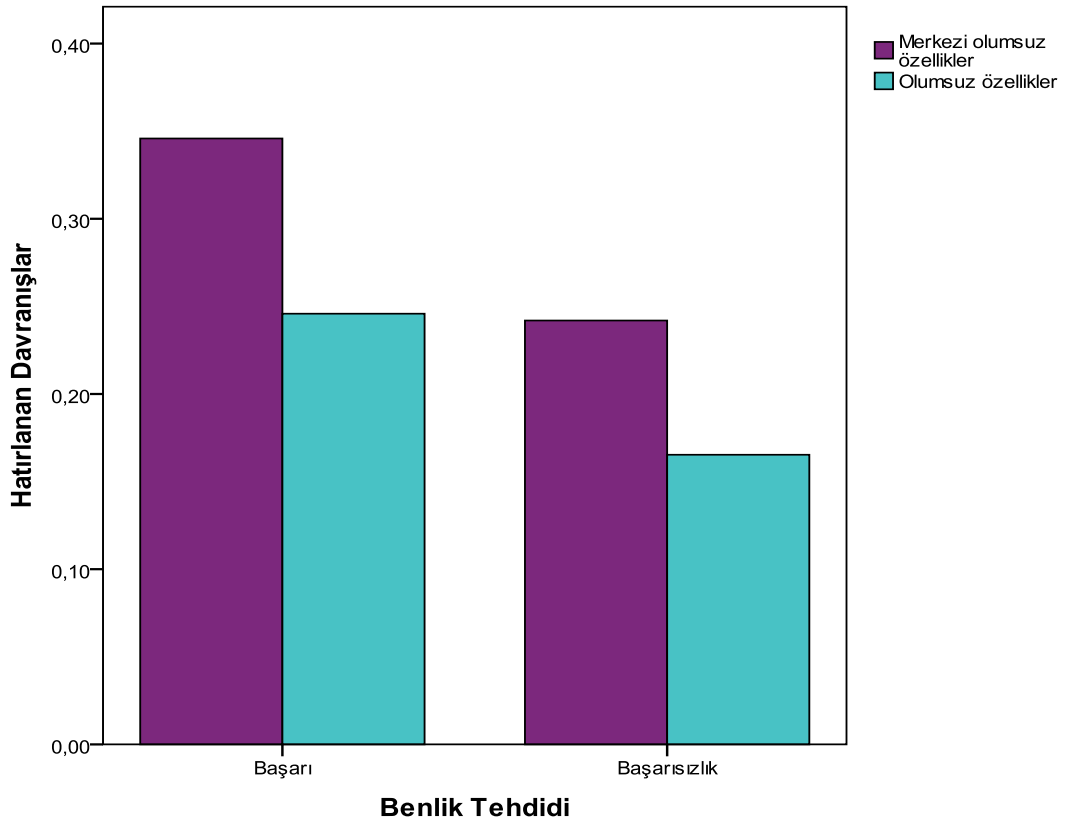
Başarı/başarısızlık geribildirimi ile temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkilerini inceleyebilmek amacıyla elde edilen verilere çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) uygulanmıştır. Buna göre, bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerinde (merkezi olumsuz özellikler ile olumsuz özelliklerin hatırlanmasında) başarı/başarısızlık geribildiriminin temel etkisinin anlamlı olduğu gözlenmiştir. Ancak diğer taraftan, bilişsel hazırlama görevinin temel etkisi bulunmadığı gibi, geribildirim türüyle ortak etkisi de anlamlı bulunamamıştır.

Tablo 22: Benlik tehdidi ve temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesi değişkenlerinin, merkezi olumsuz özellikler ile olumsuz özellikler üzerindeki etkileri

Kaynak	Bağımlı Değişken	Kareler Toplamı	sd	Ortalama Kare	F	p	η^2
Benlik tehdidi (A)	Merkezi olumsuz özellikler	20.90	1	20.90	6.97*	.009	.06
	Olumsuz özellikler	50.19	1	50.19	9.04	.003	.07
Temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesi (B)	Merkezi olumsuz özellikler	7.87	3	2.62	.88	.456	.02
	Olumsuz özellikler	16.69	3	5.56	1.00	.395	.03
A X B	Merkezi olumsuz özellikler	9.21	3	3.07	1.02	.384	.03
	Olumsuz özellikler	18.52	3	6.17	1.11	.348	.03
Hata	Merkezi olumsuz özellikler	341.62	114	2.99			
	Olumsuz özellikler	633.14	114	5.55			
Toplam	Merkezi olumsuz özellikler	1050.00	122				
	Olumsuz özellikler	2030.00	122				

*p<.05

Benliğe yönelik bir tehdit olarak başarı/başarısızlık geribildiriminin olumsuz merkezi özelliklerin (güvenilir olma/güvenilir olmama ile kibar/kibar kaba davranışlar) hatırlanması açısından anlamlı düzeyde bir etkisinin bulunduğu gözlenmiştir, $F=6.97$, $p<.05$. Buna göre, başarısızlık geribildirimi alanlar (Ort.=.25, $S=.17$), başarı koşulundakilere (Ort.=.35, $S=.24$) kıyasla, merkezi olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır (Şekil 6).



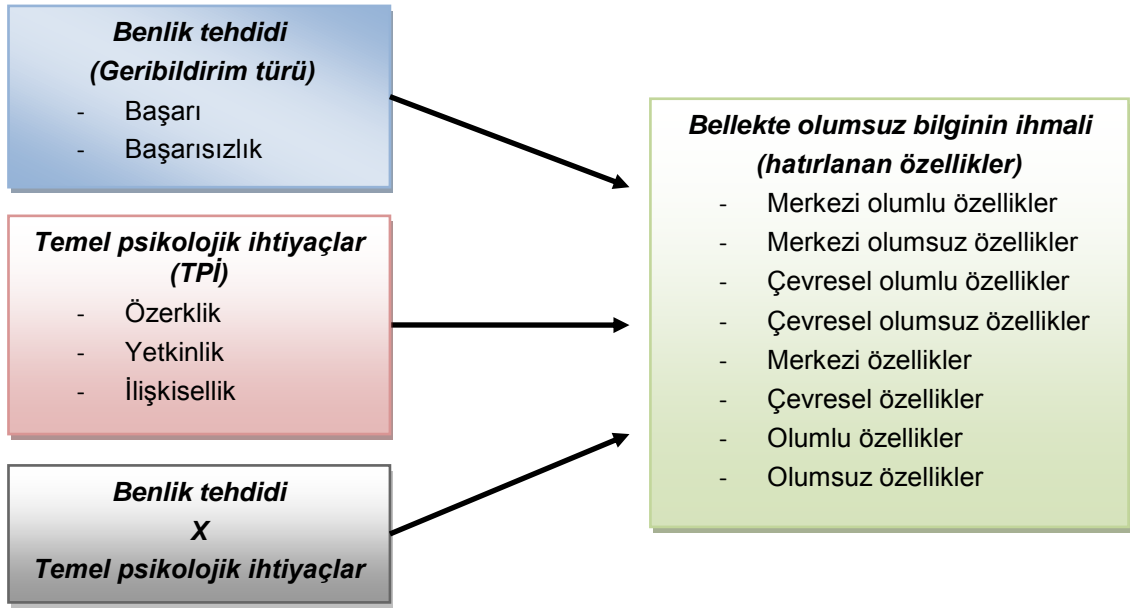
Şekil 6: Koşullara göre merkezi olumsuz özelliklerin ortalamalarının grafiksel gösterimi

Başarı/başarısızlık geribildiriminin temel etkisinin gözlemlendiği bir diğer değişken ise olumsuz özelliklerin (hem merkezi olumsuz hem de çevresel olumsuz özellikler) hatırlanmasıdır, $F=9.04$, $p<.05$. Buna göre, başarısızlık geribildirimi alanlar (Ort.=.16, $S=.12$), başarı koşulundakilere (Ort.=.25, $S=.17$) kıyasla, olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır. Bu bulgu benlik tehdidi söz konusu olduğunda, bellekte olumsuz bilginin ihmali yönünde bir stratejinin kullanıldığına

işaret etmektedir. Böylece ikinci çalışmanın ilk denencesinin kısmen desteklendiği görülmüştür.

Temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici değişken olarak rolünü sınamak amacıyla yukarıda bulguları aktarılan bir deneysel işlem uygulanmış ve sonuç olarak bu değişkenin temel etkisi veya ortak etkisi bağlamında anlamlı bulgular elde edilememiştir. Buna göre, ikinci çalışmanın son denencesinin desteklenmediği görülmüştür. Bu görevin etkisini gözlemlemek için kullanılan ve yukarıda bulguları aktarılan değişimleme kontrolü de görevin etki yaratmadığını göstermiştir. Buna göre, temel psikolojik ihtiyaçların benlik tehdidi ile savunucu bellek süreçleri arasındaki ilişkide düzenleyici değişken olarak bir rolünün bulunmadığı görülmüş olmasıyla birlikte, bu durum iki biçimde yorumlanabilir. İlk olarak, temel psikolojik ihtiyaçların savunucu süreçlerin ortaya çıkmasında rol oynayan bir değişken olmadığı söylenebilir.

İkinci olarak ise, görevin uygun etkiyi ortaya çıkarmada yetersiz kaldığı düşünülebilir. Değişimleme kontrolüne ilişkin Tablo 21'de özetlenen bulgular göz önüne alındığında, düzenleyici değişken rolüne ilişkin bu bulgular bilişsel hazırlama görevinin çalışmamasıyla bağlantılı da olabilir. Bu ikinci olasılık çerçevesinde, temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolünün Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nden elde edilen puanlar aracılığıyla da değerlendirilmesinin yararlı olabileceği düşünülmüştür. Buna göre, Şekil 7'de yer alan model Aiken ve West (1991) tarafından düzenleyici değişken analiziyle ilgili önerilen aşamalar takip edilerek hiyerarşik regresyon analiziyle sınanmıştır.



Şekil 7: Düzenleyici değişken analizi kapsamında sınanması planlanan model

3.2.3. Temel Psikolojik İhtiyaçların Düzenleyici Rolüne İlişkin Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları

Benlik tehdidinin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisini ve bu etkide temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun düzenleyici rolünü değerlendirmek amacıyla elde edilen verilere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Ancak bunun öncesinde, veriler kayıp değerler ile tek değişkenli ve çok değişkenli aşırı değerler açısından incelenmiştir. Bu araştırmanın örnekleme, katılımcılar bölümünde belirtildiği gibi, 122 kişiden oluşmaktadır. Bu katılımcılardan elde edilen kayıp değerler incelendiğinde bu oranın %5'in altında kaldığı gözlenmiş ve var olan kayıp değerler ortalama ile değiştirilerek katılımcı sayısı korunmuştur. Bunun yanı sıra, veriler hem tek değişkenli hem de çok değişkenli aşırı değerler açısından incelenmiş ve verinin analize uygun olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, ilgili analizler 122 katılımcıdan elde edilen veri üzerinden yürütülmüştür (82 kadın ve 40 erkek). Özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının doyumunun düzenleyici rolünü incelemek amacıyla her bir ihtiyaç için ortalama puanlar elde edilmiştir. Bunun yanı sıra, genel olarak ihtiyaç doyumunun düzenleyici etkisini incelemek için de bir ortalama puan hesaplanmıştır (Gagne, 2003; Vansteenkiste ve ark., 2007). Bu puanların artması her bir ihtiyacın karşılanmasının arttığını göstermektedir.

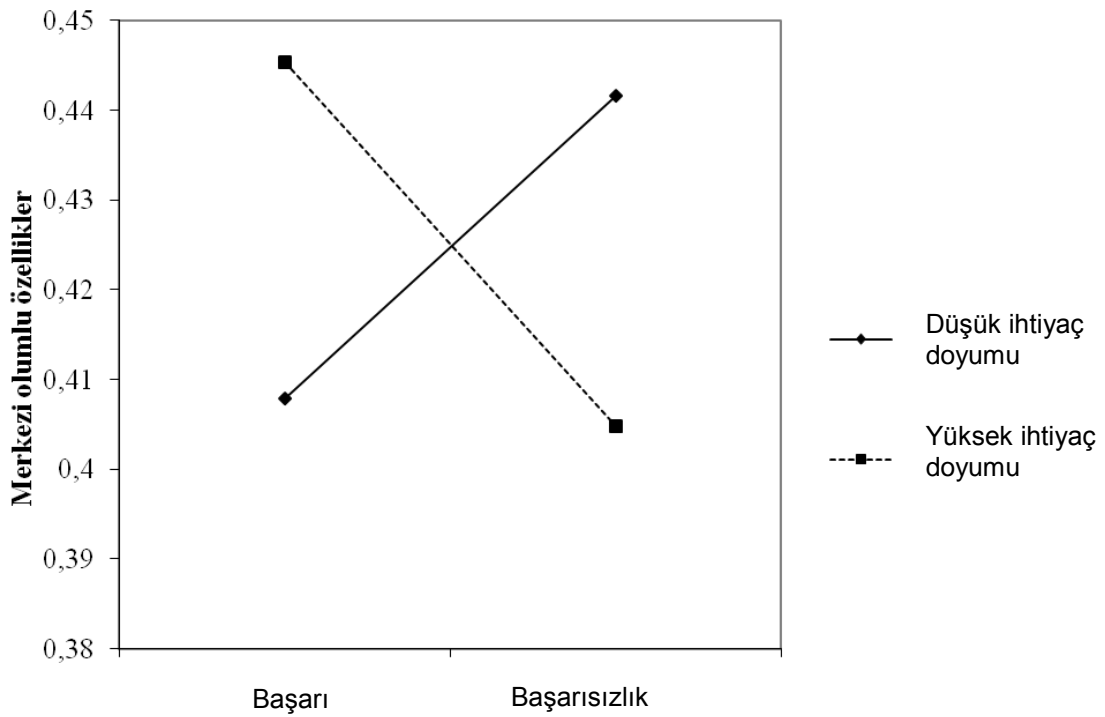
Benlik tehdidi ile bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi arasındaki ilişkide özerklik ihtiyacının düzenleyici değişken olarak rolünü sınamak için verilere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Elde edilen bulgular benlik tehdidinin hem merkezi olumsuz özelliklerin ($\beta=-.23$, $p<.05$) hem de genel olarak olumsuz özelliklerin hatırlanmasını anlamlı biçimde yordadığını göstermiştir ($\beta=-.26$, $p<.01$). Buna göre, başarısızlık geribildirimi alan bireyler hem merkezi olumsuz özellikleri hem de genel olarak olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır. Diğer yandan, benlik tehdidi ile özerklik ihtiyacının etkileşiminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisini anlamlı biçimde yordamadığı görülmüştür. Yetkinlik ihtiyacının karşılanmasının düzenleyici rolü incelendiğinde ise, sadece benlik tehdidinin hem merkezi olumsuz özelliklerin ($\beta=-.24$, $p<.05$) hem de genel

olarak olumsuz özelliklerin ($\beta=-.26$, $p<.01$) hatırlanmasını yordadığı gözlenmiştir. Buna göre, başarısızlık geribildirimi alan bireyler hem merkezi olumsuz özellikleri hem de olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır. Benlik tehdidi ile yetkinlik ihtiyacının karşılanmasının etkileşimi için ise anlamlı bir bulgu elde edilememiştir. İlişkisellik ihtiyacının karşılanmasının düzenleyici rolünü incelemek için yürütülen hiyerarşik regresyon analizi sonucunda ise, benlik tehdidinin hem merkezi olumsuz özelliklerin ($\beta=-.23$, $p<.05$) hem de genel olarak olumsuz özelliklerin ($\beta=-.27$, $p<.01$) hatırlanmasını yordadığı bulunmuştur. Ancak, yukarıdaki sonuçlara benzer şekilde, benlik tehdidi ile ilişkisellik ihtiyacının etkileşiminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisini anlamlı biçimde yordamadığı gözlenmiştir. Özetle, her bir ihtiyacın karşılanma düzeyi için bu çalışmada öne sürülen düzenleyici rolü desteklenmemiştir.

Temel psikolojik ihtiyaçların ayrı ayrı incelenmesiyle birlikte, genel ihtiyaç doyumu çerçevesinde de ele alınabileceği önerilmektedir (Gagne, 2003; Vansteenkiste ve ark., 2007). Bu çalışmada da genel olarak ihtiyaç doyumunun düzenleyici rolünü incelemek için ölçeğin tüm maddeleri üzerinden bir ortalama puanı hesaplanmış ve elde edilen verilere hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Bu analizin bulguları, varyans analizi bulgularına benzer şekilde, benlik tehdidinin hem merkezi olumsuz özelliklerin ($\beta=-.24$, $p<.01$) hem de genel olarak olumsuz özelliklerin ($\beta=-.26$, $p<.01$) hatırlanmasını yordadığını göstermiştir.

Güvenilir ve kibar olmaya ilişkin merkezi olumlu özelliklerin hatırlanmasında benlik tehdidinin temel etkisinin anlamlı bulunmamasıyla birlikte, benlik tehdidi ile genel ihtiyaç doyumunun etkileşimi anlamlı bulunmuştur ($\beta=-.64$, $p<.05$). Buna göre, bu ortak etkiye ilişkin çizgi grafiğinde (Şekil 8) görüldüğü gibi, benlik tehdidinin bellekte olumsuz bilginin ihmali çerçevesinde merkezi olumlu özelliklerin hatırlanması üzerindeki etkisinin, temel ihtiyaçların karşılanmasına bağlı olarak değiştiği görülmüştür ($t=-2.29$, $p<.05$). Ancak, bu ortak etkiye ilişkin temel eğri, benlik tehdidinin merkezi olumlu özelliklerin hatırlanması üzerindeki etkisinin sadece ihtiyaç doyumunun yüksek olduğu koşulda gerçekleştiğini

göstermiştir ($t=-1.77$, $p<.05$). Buna göre, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireyler başarı geribildirimi aldıklarında, başarısızlık geribildirimi aldıkları koşula oranda, merkezi olumlu özellikleri daha fazla hatırlamaktadırlar. Diğer yandan, temel psikolojik ihtiyaçları düşük düzeyde karşılanan bireyler için, hatırlanan özellikler açısından başarı/başarısızlık koşulları arasında anlamlı bir fark görünmemektedir ($t=-0.20$, $p>.05$).



Şekil 8: Merkezi olumlu özelliklerin yordanmasında benlik tehdidi ile ihtiyaç doyumunun etkileşimi

Özetle, temel ihtiyaçları karşılanan bireyler, başarı geribildirimi aldıklarında olumlu merkezi özellikleri daha fazla hatırlamaktadırlar. Diğer yandan, bu bireyler başarısızlık geribildirimi aldıklarında olumlu merkezi özelliklerin hatırlanması daha azdır. Temel ihtiyaçların karşılanma düzeyi düşük olan bireylerde ise bu tür bir farka rastlanmamaktadır. Sonuç olarak, bellekte olumsuz bilginin ihmalinin benliğe yönelik başarısızlık geribildiriminden etkilendiği ve bu ilişkiyi temel psikolojik ihtiyaçların kısmen düzenlediği söylenebilir.

3.3. TARTIŞMA

Bu araştırmada, başarısızlık geribildirimi olarak ele alınan benlik tehdidinin benliği koruma stratejisi olarak tanımlanan bellekte olumsuz bilginin ihmali üzerindeki etkisini ve temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolünü incelemek amaçlanmıştır. Buna göre, olumsuz geribildirimin daha az tehdit edici algılanmasının ve büyüme yönünde bir fırsat olarak görülmesinin, temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesine bağlı olarak gerçekleşeceği ve benliği korumanın azalacağı öngörölmüştür.

Temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolü iki biçimde ele alınmıştır. İlk olarak, bu ihtiyaçlar bilişsel hazırlama göreviyle desteklenmiş ve bu ihtiyaçların düzenleyici rolü varyans analizi ile değerlendirilmiştir. İkinci olarak ise temel ihtiyaçların doyumu kişisel özellik olarak ölçölmüş ve hiyerarşik regresyon analizi ile bu ihtiyaçların doyumunun düzenleyici bir rolünün bulunup bulunmadığı incelenmiştir. Aşağıdaki bölümde bu analizlerin bulgularına ilişkin tartışma yer almaktadır.

3.3.1. Varyans Analizi Bulgularının Tartışılması

Varyans analizi sonucunda elde edilen bulgular, benlik tehdidi olarak başarısızlık geribildiriminin bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisini ortaya çıkardığını göstermiştir. Sedikides ve Green (2000) bu stratejiyi bireyin benlikle ilişkili olumsuz bilgiyi ve başarısızlık içeren deneyimleri seçici şekilde unutması, olumlu deneyim ve geribildirimleri ise daha sık hatırlaması olarak tanımlamaktadırlar. Bu stratejiyi değerlendirmek için kullandıkları görevde ise dört kişilik özelliği temelinde olumlu ve olumsuz davranışların ne kadar hatırlandığına bakmaktadırlar. Bu kişilik özelliklerinden ikisi (güvenilir olma/olmama, kibar/kaba olma) merkezi özellikler olarak tanımlanmakta ve bu özelliklerin benlik bilgisiyle daha çok ilişkili olduğu öne sürölmektedir. Öte yandan, alçakgönüllü/kibirli olma ile şikâyetçi olma/olmama ise çevresel

nitelikteki özelliklerdir. Yazarlara göre, tüm bu özellikler benlik bilgisi olarak işlendiği koşulda daha tehdit edici algılanmaktadır. Böylece, bu özellikleri temsil eden davranışların hatırlanması zayıflamakta ve bu olumsuz bilginin bellekte ihmali gerçekleşmektedir. Özetle, birey seçici unutma yoluyla bu olumsuz bilgiyle mücadele ederek benliği korumaya çalışmaktadır.

Pinter ve arkadaşları (2011), bu tür bir stratejinin kullanılmasının altında yatan mekanizmayı benlik ile ilgili gelen bu bilgilerin hâlihazırda depolanmış benlik bilgisi ile bütünleştirilmesine bağlamaktadırlar. Buna göre, tehdit içerikli olmayan bilgi depolanmış benlik bilgisiyle örtüşüp örtüşmediğine bakılarak bütünleştirilirken, tehdit içerikli bilgi benlik bilgisinden ayrıştırılmaktadır. Böylece, benlikle bütünleştirilen bilgi daha fazla hatırlanmaktadır. Ayrıca benliğe ilişkin sunulan bu bilgiler değişebilir nitelikte olduğunda da bellekte olumsuz bilginin ihmali daha az gerçekleşmektedir (Green ve ark., 2005).

Bellekte olumsuz bilginin ihmalinin gerçekleşmesi açısından, benlikle ilgili verilen bilgilerin merkezi özellikte olması, olumsuz değer taşıması ve tanımlayıcılığı önemli görünmektedir (Sedikides ve Green, 2000). Diğer yandan, gündelik yaşamda karşılaşılan benliğe yönelik farklı tehditlerin de bu stratejiye yol açabileceği öne sürülmektedir (Green ve ark., 2008). Örneğin yazarlar araştırmalarının ikinci deneyinde, yaratıcılık ile ilgili verilen olumsuz bir geribildirim bu stratejiye yol açtığını göstermişlerdir. Bu bulgu olumsuz geribildirim benliği korumaya yol açtığına işaret eden diğer araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Yürütülen bu çalışmada da benzer bir bulgu elde edilerek, bir performansa ilişkin verilen başarı/başarısızlık geribildiriminden ardından hem merkezi olumsuz özelliklerin hem de genel olarak olumsuz özelliklerin hatırlanmasının zayıfladığı görülmüştür. Bu bulgu hem benliğe yönelik tehditlerin benliği korumaya yol açtığını gösteren araştırma bulgularıyla (Basgall ve Snyder, 1988; Campbell ve Sedikides, 1999; Green ve ark., 2008; Niiya ve ark., 2010; Wood ve ark., 1994) hem de bellekte olumsuz bilginin ihmali özelinde elde edilen bulgularla tutarlılık göstermektedir (örn., Green ve Sedikides, 2000; Green ve ark., 2008; Newman ve ark., 2009; Pinter ve ark.,

2011; Sedikides ve Green, 2000, 2004). Özetle, bireylerin benlikle ilişkili başarısızlık türünde bir bilgiyle baş ederken bellekte olumsuz bilginin ihmalinin gerçekleştiğine, böylece seçici unutmaya yoluyla bu olumsuz bilgiyle mücadele edildiğine yönelik görüşlere destek sağlandığı söylenebilir.

Benlik tehdidi ile benliği koruma arasındaki ilişkiye birçok çalışmanın görgül destek sağlamasının yanı sıra, bu ilişkinin bazı koşullara bağlı biçimde ve farklı yönlerde gelişebileceğine işaret edilmektedir. Benlik değerinin düzeyi (Tice, 1991) ile kırılma yapısı (Borton ve ark., 2012), kontrol odağı (Basgal ve Snyder (1988) ve benliği onaylama fırsatı (Critcher ve Dunning, 2015; Sherman ve Cohen, 2006; Sherman ve Kim, 2005) bu tür koşullar arasında yer almaktadır. Bellekte olumsuz bilginin ihmali açısından ise, bireyler için benliği geliştirme fırsatı bulunduğu, benliğe ilişkin geribildirim yakın birinden alındığında (Green ve ark., 2009) ya da olumsuz geribildirim niteliğindeki bilgiler değişebilir özelliklerle ilgili olduğunda (Green ve ark., 2005) benliği korumaya hizmet eden bu stratejinin zayıfladığı öne sürülmektedir. Bu çalışmada ise KBK temelinde öne sürülen temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin düzenleyici bir değişken olarak, benliğe yönelik tehdit ile bellekte olumsuz bilginin ihmali arasındaki ilişkide rol oynayacağı düşünülmüştür. Buna göre, temel ihtiyaçları desteklenen bireylerin, benlik tehdidi ile karşılaştıklarında daha az savunucu tepkiler gösterecekleri beklenmiştir. Çünkü bu kurama göre benliği koruma süreçleri temel ihtiyaçların karşılanmadığı, engellendiği veya yoksunluğunun yaşandığı durumlarda dengeleyici bir süreç olarak işlev görmektedir (Deci ve Ryan, 2000).

Bu çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolü Pavey ve arkadaşları (2011) tarafından oluşturulan bilişsel hazırlama görevi aracılığıyla incelenmiştir. Yazarlar, temel ihtiyaçların bu tür bir görev ile desteklendiğinde, özellikle ilişkisellik ihtiyacının desteklenmesi açısından olumlu sosyal davranışların (gönüllülük gösterme ve bağışta bulunma gibi) arttığını gözlemlemişlerdir. Bu çalışmada da Pavey ve arkadaşlarının kullandığı orijinal görev örnek alınarak bir bilişsel hazırlama görevi oluşturulmuş ve yürütülen ön çalışmalar aracılığıyla

bu görevin kullanılabilceği görülmüştür. Ancak asıl çalışmanın bulguları, görevin ön çalışmalarda olumlu sonuç vermesine rağmen, bu çalışmada işlemediğine işaret etmektedir. Diğer bir deyişle, değişimleme kontrolü bulguları, her bir temel ihtiyacın cümle oluşturma görevi yoluyla bilişsel olarak hazırlanmasının, ihtiyacın kendisiyle ilgili kelimelerin tamamlanmasını arttırmadığını göstermiştir. Özetle, değişimleme kontrolüne ilişkin bulgular doğrutusunda, görevin beklenen etkiyi ortaya çıkarmadığı anlaşılmıştır.

Çalışmanın asıl analizlerinden elde edilen bulgulara bakıldığında ise benzer şekilde temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin hem temel etkisi hem de ortak etkisi anlamlı bulunmamış ve bu durum iki biçimde ele alınmıştır. İlk olarak, temel psikolojik ihtiyaçların kuramsal çerçevede savunucu süreçler açısından rolüne vurgu yapılmasıyla birlikte (Deci ve Ryan, 2000), benlik tehdidi ile benliği koruma stratejisi arasındaki ilişkiyi bu çalışmada önerildiği biçimde düzenlemediği düşünülebilir. İkinci olarak ise, hem Pavey ve arkadaşlarının (2011) hem de bu araştırmanın ön çalışmalarının işaret ettiğinin aksine, bu görevin temel ihtiyaçların bilişsel hazırlanması için yetersiz kaldığı düşünülebilir. Bu bağlamda, temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolünün bulunmadığını söylemeden önce, ihtiyaç doyumunun ölçülmesi yoluyla da araştırmanın ikinci denencesi tekrar sınanmıştır.

3.3.2. Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulgularının Tartışılması

Temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna ilişkin elde edilen ölçüm aracılığıyla özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik için ortalama puanlar elde edilmiştir. Ayrıca ölçeğe ilişkin bir ortalama puan hesaplanmış (Gagne, 2003; Vansteenkiste ve ark., 2007) ve genel olarak ihtiyaç doyumunun düzenleyici rolü incelenmiştir. Her bir ihtiyaç temelinde yürütülen analizlerde, hem önceki araştırma bulgularıyla hem de bu çalışmada yapılan varyans analizi bulgularıyla tutarlı olarak, benlik tehdidinin bellekte olumsuz bilginin ihmaline yol açtığı gözlenmiştir. Diğer bir deyişle, başarısızlık geribildirimi alan katılımcılar merkezi olumsuz özellikleri ve genel olarak olumsuz özellikleri daha az hatırlamışlardır.

Bu bulgu, Green ve arkadaşlarının (2008) araştırma bulgularıyla tutarlık göstermektedir. Bu tür bir seçici unutma Pinter ve arkadaşlarının (2011) işaret ettiği biçimde, olumsuz bilginin, depolanmış benlik bilgisinden ayrıştırılmasıyla bağlantılı olabilir. Dahası, bu tür bir ayrıştırmanın, hatırlanması beklenen bilginin olumsuzluğundan etkilenmesiyle birlikte, benliğe yönelik dışsal bir tehdit ile güçlenebileceği de söylenebilir.

KBK'da evrensel olarak tanımlanan temel ihtiyaçların karşılanması, psikolojik işlevsellik ile bireyin büyüme ve bütünleşme girişimleri açısından gerekli görülmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Ancak bu ihtiyaçların karşılanmadığı veya engellendiği koşulda, işlevsel bir yarar sağlayan benliği koruma süreçleri devreye girmektedir. Bu yönüyle, savunucu süreçlerin işlemesi açısından temel ihtiyaçların önemine vurgu yapılmaktadır. Öte yandan, temel ihtiyaçların karşılanmasının bireyi deneyime daha açık hale getireceği ve onu stresli ya da tehdit edici yaşam olaylarının zararlı etkilerine karşı koruyan bir kaynak görevi görebileceği öne sürülmektedir. Özellikle, temel ihtiyaçların karşılanmasına bağlı olarak gelişen özerklik yönelimi, bütünleşmiş ve güvenli benlik yapılarını da beraberinde getirmekte ve bireyin benlik tehdidine ilişkin eşliğini yükseltmektedir (Deci ve Ryan, 2000; Hodgins ve Knee, 2002). Bu bağlamda, bazı araştırmalarda özerkliğin başarısızlık geribildirimine (Knee ve Zuckerman, 1996) ve stresli yaşam olaylarına (Knee ve Zuckerman, 1998; Hodgins ve ark., 2010) verilen savunucu tepkiler açısından önemine işaret edilmektedir. Buna göre, bu çalışmada temel ihtiyaçların doyumunun artmasına bağlı olarak, bireyin benlik tehdidine karşı eşığının yükselmesiyle birlikte, bu tehdidin zararlı sonuçlarından bireyi koruyacağı ve benliği koruma stratejisine daha az başvurulacağı beklenmiştir. Ancak bu araştırmadan elde edilen bulgulara göre, benlik tehdidi ile özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin ortak etkisi anlamlı çıkmamıştır. Bu bulgulara dayanarak, benlik tehdidinin savunucu süreçler üzerindeki etkisinin her bir temel ihtiyacın doyumuna bağlı olarak gerçekleşeceğini öngören araştırma denencesi desteklenmemiştir. Benzer bir bulgu, temel ihtiyaçların genel olarak karşılanmasının düzenleyici rolü incelendiğinde de söz konusudur.

Bu çalışmada, temel ihtiyaçların doyumunun benlik tehdidi karşısında gösterilen savunucu tepkiler açısından öngörülen rolünün desteklenmemesiyle birlikte, benliği yüceltme açısından ele alınabilecek bazı bulgular da söz konusudur. Buna göre, merkezi olumlu özelliklerin hatırlanması açısından, benlik tehdidi ile temel ihtiyaçların doyumunun ortak etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Ancak bu durum sadece temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması için yüksek düzeyi için geçerli görünmektedir. Elde edilen bulgular, ihtiyaç doyumunu yüksek olan bireylerin, başarı geribildirim aldıkları koşulda, başarısızlık geribildirim aldıkları koşula kıyasla, merkezi olumlu özellikleri daha fazla hatırladıklarına işaret etmektedir. Buna göre, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerin, kendilerine ilişkin başarı türünde olumlu bir geribildirim aldıklarında, merkezi olumlu özellikleri daha fazla hatırlayarak benliği yüceltme yoluna gittikleri düşünülebilir. Diğer taraftan, bu bireyler benlik tehdidi niteliğinde başarısızlık geribildirim aldıklarında, merkezi olumlu özellikleri hatırlamaları daha az görünmektedir. Sonuç olarak, temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin savunucu süreçler ile ilişkisine destek sağlanmamakla birlikte, benliği yüceltme bağlamında ele alınabileceği söylenebilir. Temel ihtiyaç doyumunu yüksek bireylerin benlik bütünlüğünü ve güvenli benlik yapısını oluştururken, olumlu deneyimlerden ve bu deneyimlerin harekete geçirdiği benliği yüceltme süreçlerinden faydalandığı düşünülebilir.

Özetle, bu çalışmadan elde edilen bulgular, benliği koruma açısından destekleyici sonuçlar sunmamakla birlikte, KBK çerçevesinde temel psikolojik ihtiyaçlar ile bağlantılı olarak, benliği yüceltmenin incelenmesinin yararlı olabileceğini düşündürmüştür. Bu kuramın benlik sisteminin bütünlüğü ve güvenli benlik yapılarının nasıl sürdürüldüğü konusundaki açıklamaları benliği yüceltme güdüsünün işlevlerinden yararlanılarak genişletilebilir. Bu yönüyle, benliği yüceltme KBK içerisinde psikolojik işlevsellik konusunda yeni bir bakış açısı sunabilir.

BÖLÜM 4

GENEL TARTIŞMA

Benliği yüceltme ve korumanın KBK çerçevesinde ele alınmasının amaçlandığı bu araştırma kapsamında iki ayrı çalışma yürütülmüştür. Korelasyonel araştırma deseninin kullanıldığı ilk çalışmada, benliği yüceltme ve koruma bütünsel bir yaklaşımla ve eğilimsel düzeyde ele alınmış ve başta temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi olmak üzere belirli kişisel özellikleriyle ilişkileri incelenmiştir. Bu kişisel özellikler ise psikolojik uyuma işaret eden genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük olarak belirlenmiştir. Böylece, bu birinci çalışma kapsamında, benliği yüceltme ve korumanın, psikolojik işlevselliğin belirleyicileri olarak önerilen temel psikolojik ihtiyaçlarla ilişkilerini incelemek amaçlanmıştır. Bunun yanı sıra, belirli kişisel özelliklerle ilişkilerini inceleyerek bu güdülerin uyumsallığını ve birbirinden farklılaşıp farklılaşmadığını görmek amaçlanmıştır. Bu amaçla, üç ön çalışmayla Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin ve Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları yürütülerek, asıl çalışmada kullanılmış ve bu ölçeklerin Türkçe'ye kazandırılması hedeflenmiştir. Bu araştırmanın ikinci çalışmasında ise, deneysel bir araştırma deseni aracılığıyla belirli bir benliği koruma stratejisi üzerinde benlik tehdidinin etkisini ve temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin düzenleyici rolünü incelemek amaçlanmıştır. Bu çalışmanın kapsamında, üç ön çalışmayla temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesi için bir bilişsel hazırlama görevi oluşturulmuş ve asıl deneyde kullanılmıştır.

Genel olarak bu çalışma evrensel ve uyumsal olduğu öne sürülen benliği yüceltme ve korumanın bütünsel biçimde ele alınarak, KBK'nın psikolojik işlevselliğin temelinde gördüğü temel psikolojik ihtiyaçlar ile bir arada incelenmesi açısından var olan çalışmalardan farklılaşmaktadır. Bunun yanı

sıra, benliği koruma süreçlerinde temel psikolojik ihtiyaçların rolüne kuramsal olarak işaret edilmesiyle birlikte, bu rolün deneysel bağlamda ilk defa çalışılmış olması bugüne kadar yapılmış çalışmalardan ayrılan bir başka yönüdür.

Bu araştırmada temel olarak ele alınan konu benliği yüceltme ve korumadır. Benliği değerlendirme sürecinin bir parçası olan bu güdüler bireyin olumlu bir benlik kavramına sahip olması açısından önemlidir (Alicke ve Sedikides, 2009; Baumeister, 1998; Sedikides ve Gregg, 2003). Bu güdülerden benliği yüceltme bireyin benliği hakkında olumlu görüşlere ulaşma güdüsü, benliği koruma ise olumsuz görüşlerden kaçınma güdüsü olarak tanımlanmaktadır. Benliği yüceltme ve korumanın temel işlevi bireyin kendini kabul düzeyini arttırmak veya azalmasını engellemek (Alicke ve Sedikides, 2009, 2011) ya da benlik bütünlüğünü sağlamak olarak tanımlanmaktadır (Campbell ve Sedikides, 1999; Sedikides ve Luke, 2007; Tesser ve ark., 2000). Benliği yüceltmenin benliğe ilişkin görüşlerin olumluluğunu ve üst düzey ihtiyaçlara yönelmeyi sağlamak açısından işlevsel olduğu da öne sürülmektedir (Alicke ve Sedikides, 2009). Benliği koruma ise benliğe yönelik bir tehdit söz konusu olduğunda, psikolojik düzeyde dengeyi koruyabilmek ve benlik değerinin zarar görmesini engellemek amacıyla harekete geçen bir güdüdür (Sedikides, 2012).

Benliği değerlendirme güdüleri arasında bilişsel, duygusal ve davranışsal sonuçları açısından benliği yüceltme ve koruma çok daha güçlü güdüler olarak tanımlanmaktadır (Sedikides, 1993; 2007). Ayrıca bu güdüler bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak geniş bir yelpazede kendini göstermektedir (Alicke ve Sedikides, 2009; Sedikides, 1993; Sedikides ve Gregg, 2003; Hepper ve ark., 2010). Genel olarak benliği yüceltmenin benliği korumayı kapsadığına işaret edilmekle birlikte, bu iki güdünün farklı koşullar altında ve farklı stratejilerle kendini gösterdiği de ifade edilmektedir (Baumeister, 1998; Sedikides ve Strube, 1997). Ayrıca bu güdülerin işlevleri dolayısıyla evrensel olduğu (Sedikides, 2007; Sedikides ve ark., 2003; Sedikides ve ark., 2005) görüşlerinin yanı sıra, kültürlerarası bir genellenimin uygun olmadığı yönünde görüşler de bulunmaktadır (Heine, 2005a, 2005b). Ancak, kültürlerarası düzeyde yapılan

birçok çalışma, bu güdülerin kültürel bağlamda farklı biçimlerde kendini göstermesiyle birlikte, evrensel bir yönünün bulunduğu işaret etmektedir (örn., Gaertner ve ark., 2008; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003; O'Mara ve ark., 2012; Sedikides ve ark., 2005). Bu güdülerin işlevselliği ise kendini kabul düzeyi ile bağlantılı olarak, psikolojik bazı yararlar çerçevesinde tanımlanmaktadır (Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998; Taylor ve Brown, 1988; Taylor ve ark., 2003a, Taylor ve ark., 2003b). Genel olarak, bu çalışmalarda benliği yüceltmenin benlik değeri, psikolojik iyi olma hali, stres tepkileri, özerklik, kişisel büyüme, olumlu ilişkiler, benlik kabulü, depresyon ve kaygı gibi göstergelerle tanımlanan ruh sağlığı ile olumlu yöndeki ilişkisine işaret edilmektedir. Ancak, Robins ve Beer (2001) ile Colvin ve arkadaşları (1995), benliği yüceltmenin kısa vadede uyumsal görüldüğünü, uzun vadede ise olumsuz bazı sonuçlarla bağlantılı olduğunu öne sürmüşlerdir. Benzer biçimde, Baumeister (1998, 2002) benliği korumaya hizmet eden bazı stratejilerin benlik düzenlemede başarısızlığı yansıttığını öne sürmektedir. Bu araştırmanın birinci çalışmasında ise, bu güdülerin uyumsallığını değerlendirmek için çeşitli kişisel özelliklerle ilişkileri incelenmiştir.

Benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin başta benlik değeri (Baumeister ve ark., 1989; Hepper ve ark., 2010, Tice, 1991; Vohs ve Heatherton, 2001) olmak üzere, düzenleyici odak ve narsizm (Hepper ve ark., 2010, Hepper ve ark., 2013), benlik kontrolü (Uysal ve Knee, 2012), benlik duyarlılığı (Petersen, 2014) ve güdülenme yönelimleri (Hodgins ve ark., 2006; Knee ve Zuckerman, 1996, 1998; Lynch ve O'Mara, 2015) gibi değişkenlerle ilişkileri incelenmiştir. Bu çalışmalarda, benliği yüceltme ve koruma stratejilerinden genellikle bir veya birkaçı üzerine çalışılmıştır. Ancak Hepper ve arkadaşlarının (2010) yaptıkları çalışmalar benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin bütünsel bir biçimde ele alındığı çalışmalardır (ayrıca bkz., Hepper ve ark., 2013; Lynch ve O'Mara, 2015). Bu çalışmalarda, alan yazında karşılaşılan benliği yüceltme ve koruma stratejilerinin bir ölçme aracında toplanması yoluyla kişisel özelliklerle ilişkileri incelenmiştir. Bu araştırmanın birinci çalışmasında ise aynı ölçek kullanılarak, benliği yüceltme ve korumanın temel psikolojik ihtiyaçlar ile psikolojik uyuma

işaret eden genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkileri incelenmiştir.

Bu araştırmanın birinci çalışmasından elde edilen bulgular, benliği yüceltme ve korumanın hem temel psikolojik ihtiyaçlar hem de psikolojik uyum göstergeleri ile farklı biçimde ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu bağlamda, benliği yüceltme ve korumanın işlevsel olarak farklılaştığı görüşü desteklenmiştir. Ayrıca, bu bulgular söz konusu güdülerin kültürden görece bağımsız biçimde gözlenebileceğine işaret etmektedir. Diğer bir deyişle, benliği yüceltme ve korumanın evrenselliği görüşüne destek sağlanırken (örn., Gaertner ve ark., 2008; Hepper ve ark., 2013; Kurman, 2003; O'Mara ve ark., 2012; Sedikides ve ark., 2005), kültüre özgü açıklamaların (örn., Heine, 2005a, 2005b) genel olarak pek desteklenmediği söylenebilir.

Benliği yüceltme ve korumanın işlevselliği ise, bireyin kendini kabul düzeyi açısından ele alınmaktadır (Alicke ve Sedikides, 2009, 2011). Bu güdülerin bireyin kendini kabul düzeyini artırması veya azalmasını engellemesi yönünde bir işlevi bulunmaktadır. Aynı zamanda, bu güdüler psikolojik iyi olma hali açısından da uyumsal niteliktedir (Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998; Taylor ve Brown, 1988; Taylor ve ark., 2003a). Bu çalışmada, söz konusu güdülerin uyumsallığını değerlendirirken KBK tarafından önerilen temel psikolojik ihtiyaçlar ve psikolojik uyuma işaret eden belirli kişisel özelliklerle ilişkileri incelenmiştir.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular, benliği yüceltmenin ve korumanın temel psikolojik ihtiyaçlarla farklı ilişki örüntülerine sahip olduğunu göstermiştir. Benliği yüceltme temel psikolojik ihtiyaçların doyumuna ile olumlu yönde ve görece güçlü (özellikle yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçları) bir ilişki gösterirken, benliği koruma ters yönde ve görece zayıf bir ilişki göstermektedir. Aslında, temel psikolojik ihtiyaçlar ile savunucu süreçler arasında kuramsal olarak çok daha güçlü bir ilişki öngörülmekte ve benliği korumanın temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmadığı durumlarda devreye giren dengeleyici bir güdü olduğuna işaret

edilmektedir (Deci ve Ryan, 2000; Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Dahası, temel ihtiyaçları karşılanan bireylerin deneyime daha açık olacakları, bütünleşmiş ve güvenli bir benlik yapısına sahip olacakları öne sürülmektedir (Hodgins ve ark., 2010). Böylece birey ona zarar verebilecek stresli ve tehdit edici yaşam olaylarıyla başa çıkmasını sağlayan bir kaynağa sahiptir. Diğer yandan, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun engellenmesi ise bireyin benlik değerinin zarar görmesine, daha güvensiz ve düşük bir benlik değerine sahip olmasına yol açmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Bu çalışmadan elde edilen bulgular, temel ihtiyaçları karşılanan bireylerin daha az savunucu tepkiler verdikleri görüşüne destek sağlamakla birlikte, bu ilişkinin öne sürüldüğü kadar güçlü olmayabileceğini de göstermektedir.

Temel psikolojik ihtiyaçların, benliği yüceltme ile ilişkisine ise hem kuramın açıklamalarında hem de görgül çalışmalarda pek değinilmemiştir. Ancak, Lynch ve O'Mara'nın (2015) güdüsel yönelimler üzerine yaptıkları çalışmanın bulguları, temel ihtiyaçların benliği yüceltme ile ilişkisine işaret etmesi açısından değerlendirilebilir. Araştırmacıların benliği yüceltme stratejileri ile özerklik arasında buldukları olumlu yöndeki ilişkiler, bu yönelimin zeminini oluşturan temel psikolojik ihtiyaçlarla bağlantısı hakkında fikir vermektedir. Bu çalışmanın bulguları ise, kuramın benlik konusundaki açıklamalarının benliği yüceltmeyi de içine alacak biçimde genişletilebileceğine işaret etmektedir. Kurama göre, bireyin büyüme ve bütünleşme eğilimleri temel ihtiyaçları karşılandıkça deneyime dönüşür (örn., Deci ve Ryan, 2000; Ryan ve Deci, 2002). Diğer bir deyişle, birey ilgisi ve tercihleri doğrultusunda yaşamına yön verebilen, kapasitesini sınavan, belirli becerilere sahip, yetkinlik kazanan ve güçlü sosyal bağları bulunan bir birey halini alır. Yaşamında, büyüme ve bütünleşme gösterebilen bu tür özelliklere sahip bir bireyin olumlu benlik görüşlerine sahip olduğu ve benlik kabulünün gerçekleştiği söylenebilir. Dolayısıyla, ihtiyaç doyumuyla oluşan psikolojik kaynağın benliği yüceltmeye içerik sağladığı ve dahası, bireyin benliği yüceltme yoluyla, benlik kabulünü arttırdığı ve güvenli benlik yapısını sürdürdüğü düşünülebilir. Bu yönüyle, benliği yüceltmenin bütünleşmiş ve güvenli benlik yapısını beslemek amacıyla işleyen destekleyici

bir güdü olduğu düşünülebilir. Ayrıca söz konusu bu görüş, bu araştırma kapsamında yürütülen ikinci çalışmanın bulgularıyla da desteklenmektedir.

Yürütülen birinci çalışmada, benliği yüceltme ve korumanın işlevselliği psikolojik uyum çerçevesinde de ele alınmıştır. Çeşitli çalışmalarda, bu güdülerin birey için uyumsuz bir nitelik taşıdığı öne sürülmüş ve benlik değeri, psikolojik iyi olma hali, stres tepkileri (Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998), özerklik, kişisel büyüme, olumlu ilişkiler, benlik kabulü, depresyon ve kaygı bağlamında ele alınan ruh sağlığı (Taylor ve ark., 2003a) ile ilişkili olduğuna işaret edilmiştir. Bununla birlikte, bu güdülerin kısa vadede uyumsuz görüldüğü ancak uzun vadede pek de uyumsuz olmadığı da öne sürülmektedir (Robins ve Beer, 2001; Colvin ve ark., 1995). Bu çalışmada ise, benliği yüceltme ve korumanın uyumsallığını değerlendirmek amacıyla, genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri, öznel iyi olma hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük ile ilişkileri incelenmiştir. Elde edilen bulgular, benliği yüceltmenin hem benlik değerinin istikrarlı yönüne işaret eden genel benlik değeriyle (Kernis, 2003; Rosenberg, 1965) hem de kırılganlığına işaret eden koşula bağlı benlik değeriyle (Kernis, 2003) ve ayrıca öznel iyi olma haliyle (örn., Kurman, 2003; Kurman ve Eshel, 1998; Taylor ve ark., 2003a) olumlu yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Diğer yandan, kaygı ve stres tepkileriyle bağlantılı (McEvoy ve Mahoney, 2012) belirsizliğe tahammülsüzlük ile ters yönde ilişkili görünmektedir. Benliği koruma ise genel benlik değeriyle ters yönlü ilişki gösterirken, koşula bağlı benlik değeri ile olumlu yönde ilişki göstermiştir. Bunun yanı sıra, benliği koruma belirsizliğe tahammülsüzlük ile olumlu yönde bir ilişki gösterirken, öznel iyi olma hali ile de bağlantısız görünmektedir. Hem benliği yüceltme hem de korumanın koşula bağlı benlik değeriyle, bu çalışmada öngörülenin aksine, olumlu yöndeki ilişkilerinin arasında ise bir fark olduğu ve benliği korumanın koşula bağlı benlik değeriyle ilişkisinin çok daha güçlü bir ilişki olduğu gözlenen bulgular arasındadır.

Sonuç olarak, birinci çalışmadan elde edilen bulgular doğrultusunda, benliği yüceltme ve korumanın psikolojik uyum açısından farklı sonuçlarla ilişkili olduğu

söylenbilir. Benliği yüceltmenin bu tür bir uyumun sağlanması açısından çok daha önemli bir rolde olduğu düşünülebilir. Benliği korumanın işlevinin ise psikolojik uyuma hizmet etmekten ziyade, benliğe yönelik tehditler ve kırılan benlik değerinin sonuçlarıyla baş etmekle ilgili olduğu söylenebilir.

Bu araştırmanın ikinci çalışmasında ise, benlik tehdidi ile benliği koruma arasında temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolü incelenmiştir. Temel ihtiyaçların öngörülen bu düzenleyici rolü hem bilişsel hazırlama göreviyle bu ihtiyaçların desteklenmesi hem de ihtiyaç doyumunun ölçülmesi yoluyla iki biçimde değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, savunucu tepkiler açısından olmamakla birlikte, temel ihtiyaçların doyumunun benliği yüceltme açısından düzenleyici bir rolünün bulunduğu işaret etmektedir.

Bireyin benlikle ilişkili olumsuz görüşlerden ve değerlendirmelerden kaçınma güdüsü olarak tanımlanan benliği koruma, benliğe yönelik bir tehdidin varlığıyla tetiklenmekte ve psikolojik düzeyde dengeyi korumakta işe yaramaktadır (Alicke ve Sedikides, 2009; Sedikides, 2012). Böylelikle, tehdit nedeniyle benlik değerinin zarar görmesini engellemek amaçlanır. Benlik tehdidi olumlu benlik imgesini ve benlik değerini hedef almakta (Leary ve ark., 2009), benliğe ilişkin olumlu görüşlerin sorgulanması, alay konusu olması veya yadsınmasına karşılık gelmektedir (Alicke ve Sedikides, 2009). Çeşitli araştırmalarda, bireyin herhangi bir performansıyla ilgili başarısızlık geribildiriminin benliğe yönelik bir tehdit olarak işlediğine ve benliği korumayla sonuçlandığına işaret edilmektedir (örn; Basgall ve Snyder, 1988; Campbell ve Sedikides, 1999; Green ve ark., 2008; Niiya ve ark., 2010; Wood ve ark., 1994). Örneğin, Green ve arkadaşları (2008) benliği koruma stratejilerinden biri olarak tanımlanan bellekte olumsuz bilginin ihmalinin başarısızlık geribildirimine bağlı olarak ortaya çıktığını göstermişlerdir. Benlik tehdidi ile benliği koruma stratejileri arasındaki ilişkinin görgül çalışmalarla desteklenmesinin yanı sıra, bazı koşullarda bu ilişkinin zayıfladığına da işaret edilmektedir. Bu koşullar ise yüksek (Tice, 1991) veya güvenli (Borton ve ark., 2012) benlik değeri, iç kontrol odağı (Basgall ve Snyder, 1988) ya da benliği onaylama fırsatı (Cricher ve Dunning, 2015; Sherman ve

Cohen, 2006; Sherman ve Kim, 2005) olarak tanımlanmaktadır. Bu çalışmada ise, savunucu süreçlerin temel ihtiyaçların karşılanmadığı koşulda ortaya çıkan dengeleyici bir süreç olarak tanımlanmasından hareketle (Deci ve Ryan, 2000), temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin tehdit ile savunuculuk arasındaki ilişkiyi ortadan kaldıracağı veya zayıflatacağı beklenmiştir. Diğer bir deyişle, temel ihtiyaçları desteklenen bireylerin, benlik tehdidine yönelik daha az savunucu tepkilerde bulunacakları düşünülmüştür.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular başarısızlık geribildiriminin benliği korumaya yol açtığına işaret eden araştırma bulgularını desteklemektedir (örn; Basgall ve Snyder, 1988; Campbell ve Sedikides, 1999; Green ve ark., 2008; Niiya ve ark., 2010; Wood ve ark., 1994). Ancak, bilişsel hazırlama yoluyla desteklenen temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolüne ilişkin beklenen yönde bulgular gözlenmemiştir. Diğer yandan, bu tür bir bulgunun bilişsel hazırlama görevinin çalışmamasıyla bağlantılı olabileceği düşünülmüştür. Görevin yarattığı etkiye ilişkin hem Pavey ve arkadaşlarının (2011) bulgularının hem de bu araştırma kapsamındaki ön çalışmaların bulgularının gösterdiğinin aksine, değişimleme kontrolü aracılığıyla herhangi bir etki yaratmadığı anlaşılmıştır. Bu nedenle, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun ölçülmesi yoluyla, düzenleyici rolü tekrar sınanmıştır. Elde edilen bulgular, benlik tehdidi ile benliği koruma arasında temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolüne destek sağlamamıştır. Ancak, olumlu geribildirimden ardından benliği yüceltme stratejisi olarak değerlendirilebilecek olumlu merkezi özelliklerin seçici şekilde hatırlanmasında, temel ihtiyaçların doyumunun düzenleyici bir değişken olarak işlediği bulgusu elde edilmiştir. Diğer bir ifadeyle, temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireyler, başarı geribildiriminden ardından merkezi olumlu özellikleri daha fazla hatırlamaktadırlar. Bu durum temel psikolojik ihtiyaçları karşılanan bireylerde, edinilen olumlu bir deneyimin benlikle bütünleştirildiği söylenebilir. Dahası, bu bireylerin güvenli benlik yapılarını beslemek için benliği yüceltmeye başvurmalarının kolaylaştığı düşünülebilir.

Her iki çalışmadan elde edilen bulguların temel psikolojik ihtiyaçlar ile savunucu süreçler arasında kuramsal olarak öngörülen ilişkiye pek destek sağlamadığı

söylenbilir. Birinci çalışmada kişisel özellik olarak ele alınan ihtiyaç doyumu ile benliği koruma arasında görece zayıf bir ilişki elde edilmiştir. İkinci çalışmada ise bu ihtiyaçların desteklenmesinin veya doyumunun benliği korumanın azaldığı bir koşul olmadığı gözlenmiştir. Bu açıdan, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının benliği koruma süreçlerindeki vurgulanan öneminin tekrar gözden geçirilmesinin yararlı olabileceği düşünülmektedir. Diğer yandan, her iki çalışmanın bulguları temel psikolojik ihtiyaçlar ile benliği yüceltme arasında görece güçlü bir ilişkinin bulunduğuna işaret etmektedir. Tüm bu bulgular doğrultusunda, KBK'da tanımlanan temel psikolojik ihtiyaçlar bağlamında benliği yüceltme konusunun ele alınmasının bireyin büyüme ve bütünleşme süreçlerini daha iyi anlamak açısından katkı sağlayabileceği düşünülebilir.

4.1. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI

Bu araştırmada, benliği yüceltme ve koruma güdüleri temel psikolojik ihtiyaçlar ve psikolojik uyum çerçevesinde ele alınmıştır. Bunun yanı sıra, benlik tehdidinin benliği koruma üzerindeki etkisi temel ihtiyaçlar açısından incelenmiştir. Ancak, her iki çalışmanın da üniversite öğrencileriyle yürütülmüş olması, bu araştırmanın sınırlılıklarından birini oluşturmaktadır. Bu çalışmadan elde edilen bulguların genellenebilirliği açısından farklı yaş gruplarından oluşan örneklem gruplarıyla çalışmanın yarar sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra, çalışmalarda örneklemelerin büyük bir bölümü kadınlardan oluşmaktadır. Bu nedenle, elde edilen bulgularla ilgili cinsiyet temelli değerlendirmelerin yapılabilmesi açısından, gelecekteki araştırmalarda cinsiyet faktörünün gözetilerek çalışılması yarar sağlayabilir.

Bu çalışmada temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu değerlendirmek için kullanılan ölçme aracı tamamen olumlu yöndeki ifadelerden oluşmakta ve sosyal istenirlik ile ilişki göstermektedir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda olası evet deme eğilimini ortadan kaldırmayı sağlayacak (örn., Cronbach, 1946; Paulhus, 1991; Pedhazur ve Schmelkin, 1991) ve cevapların sosyal istenirliğini azaltacak biçimde ölçeğin gözden geçirilmesinin ve psikometrik özelliklerinin

geliştirilmesinin katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bunun yanı sıra, benliği yüceltme ve korumayı ölçerken kullanılan ölçme aracının genel olarak bu boyutları yansıtması ve araştırmada yer alan değişkenlerle beklenen yönde ilişkiler göstermesiyle birlikte açıklanan varyansın düşük olması, farklı örneklem gruplarında faktör yapısının değişkenlik göstermesi ve ölçek maddelerinin sosyal istenirlik taşıması bu ölçme aracının da psikometrik açıdan tekrar incelenmesi gerektiğine işaret etmektedir. Ayrıca, bu güdülerin evrensel olduğunun öne sürülmesiyle birlikte (Sedikides, 2007; Sedikides ve ark., 2003), bu güdülerini temsil eden stratejilerin kültürlerarası farklara duyarlı biçimde ele alınması ve ölçeğin bu yönüyle de gözden geçirilmesi alana katkı sağlayabilir.

Bu araştırmanın ikinci çalışmasında, temel psikolojik ihtiyaçların bilişsel olarak hazırlanması amacıyla Pavey ve arkadaşları (2011) tarafından kullanılan cümle oluşturma görevi kullanılmıştır. Bu görev hem araştırmacıların çalışmasında hem de bu araştırmada yürütülen ön çalışmalarda uygun sonuçlar vermiştir. Ancak asıl deneyde, değişimleme kontrolü aracılığıyla görevin beklenen etkiyi yaratmadığı gözlenmiştir. Bu durumun olası açıklamalarından biri, özerklik ve yetkinlik ihtiyaçlarının desteklenmesi için kullanılan bilişsel hazırlama görevinde (cümle oluşturma), bazı cümlelerde “ben” bazılarında ise “biz” zamirinin yer alması ve bu nedenle bireysel düzeyde beklenen etkiyi yaratmaması olabilir. Bu nedenle, temel psikolojik ihtiyaçların desteklenmesinin aynı görevin gözden geçirilerek veya farklı bilişsel hazırlama görevleri ile tekrar ele alınmasının bu ihtiyaçların düzenleyici rolüne ilişkin yapılan açıklamalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

4.2. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada benliği yüceltme ve korumanın uyumsal yönü, Kendini Belirleme Kuramı'nda önerilen temel psikolojik ihtiyaçlar çerçevesinde ele alınmıştır. Araştırmanın birinci amacı, benliği yüceltme ve koruma ile psikolojik işlevsellik açısından önemli görülen temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve psikolojik uyuma işaret eden genel benlik değeri, koşula bağlı benlik değeri öznel iyi olma

hali ve belirsizliğe tahammülsüzlük arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. İkinci amaç doğrultusunda ise, benlik tehdidi olarak başarı/başarısızlık geribildiriminin benliği koruma stratejilerinden bellekte olumsuz bilginin ihmali üzerindeki etkisi ve temel psikolojik ihtiyaçların bu ilişkideki düzenleyici rolü incelenmiştir.

Elde edilen sonuçlar, temel ihtiyaçların doyumu ve psikolojik uyum göstergeleriyle bağlantısı dolayısıyla, benliği yüceltmenin uyumsal yönüne işaret etmektedir. Aynı zamanda, benliği yüceltme ile korumanın bu değişkenlerle bağlantıları üzerinden işlevsel olarak farklılaştığı da görülmüştür. Bunun yanı sıra, KBK'da temel psikolojik ihtiyaçlar ile savunucu süreçler arasındaki ilişkiye pek destek sağlanmadığı, ancak bu kuram çerçevesinde benliği yüceltmenin ele alınmasının yarar sağlayabileceği söylenebilir.

Bu araştırmanın birinci çalışmasında, benliği yüceltme ve koruma incelenirken, psikolojik uyumun göstergeleri olarak genel benlik değeri ve koşula bağlı benlik değeri ile ilişkileri incelenmiştir. Ancak, benliği yüceltme ve korumanın benlik değerinin örtük ve açık türleri açısından incelenmesi gerektiğine yönelik görüş doğrultusunda (Dehart ve ark., 2011), bu güdülerin benlik değeri ile ilişkisinin doğasını daha iyi açıklayabilmek için benlik değerinin örtük yönleriyle ilişkilerini incelemek, bu konuya getirilen açıklamalarda daha fazla bilgi edinilmesini sağlayabilir. Bu çalışmada, benliği yüceltme ve korumanın bazı kişisel özellikler ile ilişkileri ele alınmış ve benliği yüceltmenin psikolojik uyuma işaret eden özelliklerle ilişkisi gösterilmiştir. Ancak, bu değişkenler dışında, reddedilme duyarlığı, benlik kontrolü, kendini bağışlama gibi özelliklerle ve duygu düzenleme gibi süreçlerle ilişkilerinin incelenmesi psikolojik işlevselliği daha bütünsel biçimde anlamak açısından yararlı görünmektedir.

Bu çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçların her birinin benliği yüceltme ile ilişkileri ortaya konulmuştur. Ancak bu ihtiyaçlardan ilişkisellik ve yetkinliğin, özerkliğe kıyasla, benliği yüceltme ile ilişkileri anlamlı biçimde çok daha yüksektir. Gelecekte yapılacak çalışmalarda, bu farkı kültürel bağlamda ele alabilmek için

önerilen farklı benlik yapıları açısından benliği yüceltme incelenebilir (İmamoğlu, 2003; Kağıtçıbaşı, 1996).

Bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda, benliği yüceltmenin uyumsal yönüne destek sağlandığı söylenebilir. Ancak, bu güdünün uzun vadede uyumsal olmadığı yönünde var olan eleştiriler doğrultusunda (Robins ve Beer, 2001; Colvin ve ark., 1995), gelecekte boylamsal olarak yapılacak çalışmalar ile benliği yüceltmenin uyumsal yönünün tekrar sınanması daha açıklayıcı bulgular sunabilir.

KAYNAKÇA

- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Alicke, M. D. (1985). Global self-evaluation as determined by the desirability and controllability of trait adjectives. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49 (6), 1621-1630.
- Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2009). Self-enhancement and self-protection: What they are and what they do. *European Review of Social Psychology*, 20, 1-48.
- Alicke, M. D., & Sedikides, C. (2011). Self-enhancement and self-protection: Historical overview and conceptual framework. In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), *Handbook of self-enhancement and self-protection* (pp. 1-19). New York: Guilford Press.
- Bacanlı, H. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2003). İhtiyaç Doyumu Ölçeği Uyarlama Çalışması. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri. Malatya, İnönü Üniversitesi. Ankara: Pegem Yay.
- Basgall, J. A., & Snyder, C. R. (1988). Excuses in waiting: External locus of control and reactions to success-failure feedback. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (4), 656-662.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (6), 1173-1182.

- Baumeister, R. F. (1997). Esteem threat, self-regulatory breakdown, and emotional distress as factors in self-defeating behavior. *Review of General Psychology*, 1 (2), 145-174.
- Baumeister, R. F. (1998). The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology* (4th ed., pp. 680–740). New York: McGraw-Hill.
- Baumeister, R. F. (2002). Ego depletion, and self-control failure: An energy model of the self's executive function. *Self and Identity*, 1, 129-136.
- Baumeister, R. F., Heatherton, T. F., & Tice, D. M. (1993). When ego threats lead to self-regulation failure: Negative consequence of high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 141-156.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, 103, 5-33.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M., & Hutton, D. G. (1989). Self-presentational motivations and personality differences in self-esteem. *Journal of Personality*, 57 (3), 547-579.
- Beauregard, K. S., & Dunning, D. (1998). Turning up the contrast: Self-enhancement motives prompt egocentric contrast effects in social judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74 (3), 606-621.

- Biernat, M., & Billings, L. S. (2001) Standards, Expectancies, and Social Comparison. In A. Tesser & N. Schwartz (Eds.), *Blackwell Handbook of Social Psychology: Intraindividual Processes* (pp. 257-283). Oxford: Blackwell Publishing.
- Bluck, S., Alea, N., & Demiray, B. (2010). You get what you need: The psychosocial functions of remembering. In J. H. Mace (Ed.), *The act of remembering: Toward an understanding of how we recall the past* (pp. 284–307). Malden, MA: Wiley-Blackwell.
- Boelen, P. A., & Reijntjes, A. (2009). Intolerance of uncertainty and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 23 (1), 130-135.
- Borton, J. L. S., Crimmins, A. E., Ashby, R. S., & Ruddiman, J. F. (2012). How do individuals with fragile high self-esteem cope with intrusive thoughts following ego threat? *Self and Identity*, 11, 16-35.
- Bosson, J. K., Brown, R. P., Zeigler-Hill, V., & Swann, W. B. (2003). Self-enhancement tendencies among people with high explicit self-esteem: The moderating role of implicit self-esteem. *Self and Identity*, 2, 169-187.
- Brown, J. D., Collins, R. L., & Schmidt, G. W. (1988). Self-esteem and direct versus indirect forms of self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(3), 445-453.
- Brown, C. M., & McConnell, A. R. (2009). Effort or escape: Self-concept structure determines self-regulatory behavior. *Self and Identity*, 8, 365-377.

- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2002). The intolerance of uncertainty scale: Psychometric properties of the English version. *Behavior Research and Therapy*, 40, 931-945.
- Buhr, K., & Dugas, M. J. (2006). Investigating the construct validity of intolerance of uncertainty and its unique relationship with worry. *Journal of Anxiety Disorders*, 20 (2), 222-236.
- Byrne, B. M. (2006). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming* (2nd ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum Associates Publishers.
- Campbell, W. K., & Sedikides, C. (1999). Self-threat magnifies the self-serving biases: A meta-analytic integration. *Review on General Psychology*, 3 (1), 23-43.
- Campbell, R., Vansteenkiste, M., Delesie, L. M., Mariman, A. N., Soenens, B., Tobbacq, E., Kaap-Deeder, J., & Vogelaers, D. P. (2015). Examining the role of psychological need satisfaction in sleep: A self-determination theory perspective. *Personality and Individual Differences*, 77, 199-204.
- Carleton, R. N. (2012). The intolerance of uncertainty construct in the context of anxiety disorders: Theoretical and practical perspectives. *Expert Reviews in Neurotherapeutics*, 12, 937-947.
- Carmines, E. G., & Zeller, R. A. (1979). *Reliability and validity assessment*. Beverly Hills, CA: Sage Publications.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2009). Action, affect, multitasking, and layers of control. In J. P. Forgas, R. F. Baumeister & D. M. Tice (Eds.), *Psychology of self-regulation: Cognitive, affective and motivational*

processes (pp. 109-126). New York: Psychology Press Taylor and Francis Group.

Chen, B., Vansteenkiste, M., Beyers, W., Boone, L., Deci, E. L., Van der Kaap-Deeder, & et al. (2015). Basic psychological need satisfaction, need frustration, and need strength across four cultures. *Motivation and Emotion, 39*, 216-236.

Church, A. T., Katigbak, M. S., Locke, K. D., Zhang, H.-S., Shen, J., Vargas-Flores, J. D., et al. (2012). Need satisfaction and well-being: Testing self-determination theory in eight cultures. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 44*, 1-28.

Cialdini, R. B., Borden, R. J., Thorne, A., Walker, M. R., Freeman, S., & Sloan, L. R. (1976). Basking in reflected glory: Three (football) field studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 34*, 366-375.

Collins, R. L. (1996). For better or worse: The impact of upward social comparison on self-evaluation. *Psychological Bulletin, 119*, 51-69.

Colvin, C. R., Block, J., & Funder, D. C. (1995). Overly positive self-evaluations and personality: Negative implications for mental health. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 1152-1162.

Costa, S., Ntoumanis, N., & Bartholomew, K. (2015). Predicting the brighter and darker sides of interpersonal relationships: Does psychological need thwarting matter? *Motivation and Emotion, 39*, 11-24.

Crocker, J., Thompson, L. L., McGraw, K. M., & Ingerman, C. (1987). Downward comparison, prejudice, and evaluations of others: Effects of self-esteem and threat. *Journal of Personality and Social Psychology, 52* (5), 907-916.

- Critcher, C. R., & Dunning, D. (2015). Self-affirmations provide a broader perspective on self-threat. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41 (1), 3-18.
- Custers, A. F., Westerhof, G. J., Kuin, Y., & Riksen-Walraven, M. (2010). Need fulfillment in caring relationships: Its relation with well-being of residents in somatic nursing homes. *Aging and Mental Health*, 14, 731–739.
- Çiffiliz, G., & Abayhan, Y. (2009, Haziran). *Koşula Bağlı Benlik Değeri Ölçeği'nin Türk kültürüne uyarlanması ve koşula bağlı benlik değeri ile reddedilme duyarlılığının incelenmesi*. III. Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi, İstanbul. (Sözel Bildiri).
- Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.
- Deci, E. L. (1971). Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 18, 105-115.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1980). The empirical exploration of intrinsic motivational processes. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 13, pp. 39-80). New York: Academic.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985a). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985b). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E. L., & Ryan, R. (1991). A motivational approach to self: Integration in personality. In R. A. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on*

motivation, 1990: Perspectives on motivation (pp. 237-288). Lincoln, NE, US: University of Nebraska Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. In M. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp. 31-49). New York: Plenum Publishing Co.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11 (4), 227-268.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development, and health. *Canadian Psychology*, 49 (3), 182-185.

Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need Satisfaction, Motivation, and Well-Being in the Work Organizations of a Former Eastern Bloc Country: A Cross-Cultural Study of Self-Determination. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27 (8), 930-942.

Deci, E. L., & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia*, 27, 23-40.

Dehart, T., Longua, J., & Smith, J. (2011). To enhance or protect the self? The complex role of explicit and implicit self-esteem. In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), *Handbook of self-enhancement and self-protection* (pp. 298-319). New York: Guilford Press.

Demiray, B., & Jassen, S. M. J. (2014). The self-enhancement function of autobiographical memory. *Applied Cognitive Psychology*, 29, 49-60.

- Dunning, D., Heath, C., & Suls, J. M. (2004). Flawed self-assessment: Implications for health, education, and the workplace. *Psychological Science in the Public Interest*, 5, 69-106.
- Dunning, D., Meyerowitz, J. A., & Holzberg, A. D. (1989). Ambiguity and self-evaluation: The role of idiosyncratic trait definitions in self-serving assessments of others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1082-1090.
- Florack, A., Scarabis, M., & Gosejohann, S. (2005). The effects of self-image threat on the judgment of out-group targets. *Swiss Journal of Psychology*, 64 (2), 87-101.
- Gaertner, L., Sedikides, C., & Chang, K. (2008). On pancultural self-enhancement: Well-adjusted Taiwanese self-enhance on personally valued traits. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 463–477.
- Gaertner, L., Sedikides, C., and Graetz, K. (1999). In search of self-definition: Motivational primacy of the individual self, motivational primacy of the collective self, or contextual primacy? *Journal of Personality and Social Psychology*, 76 (1), 5-18.
- Gagné, M. (2003). The role of autonomy support and autonomy orientation in prosocial behavior engagement. *Motivation and Emotion*, 27, 199-223.
- Göz, İ. (2003). *Yazılı Türkçenin kelime sıklığı sözlüğü*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayınları.
- Gibson, B., & Sachau, D. A. (2000). Sandbagging as a self-presentational strategy: Claiming to be less than you are. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 56-70.

- Gillet, N., Colombat, P., Michinov, E., Provost, A. M., & Fouquereau, E. (2013). Procedural justice, supervisor autonomy support, work satisfaction, organizational identification, and job performance: The mediating role of need satisfaction and perceived organizational support. *Journal of Advanced Nursing, 69*, 2560-2571.
- Green, J. D., Pinter, B., & Sedikides, C. (2005). Mnemic neglect and self-threat: Trait modifiability moderates self-protection. *European Journal of Social Psychology, 35* (2), 225-235.
- Green, J. D., & Sedikides, C. (2004). Retrieval selectivity in the processing of self-referent information: Testing the boundaries of self-protection. *Self and Identity, 3*, 69-80.
- Green, J. D., Sedikides, C., & Gregg, A. P. (2008). Forgotten but not gone: The recall and recognition of self-threatening memories. *Journal of Experimental Social Psychology, 44*, 547-561.
- Green, J. D., Sedikides, C., Pinter, B., & Van Tongeren, D. R. (2009). Two sides to self-protection: Self-improvement strivings and feedback from close others eliminate mnemic neglect. *Self and Identity, 8*, 233-250.
- Haerens, L., Aelterman, N., Van den Berghe, L., De Meyer, J., Soenens, B., & Vansteenkiste, M. (2013). Observing physical education teachers' need-supportive interactions in classroom settings. *Journal of Sports and Exercise Psychology, 35*, 3-17.
- Hathcoat, J. D., & Fuqua, D. R. (2014). Initial development and validation of the Basic Psychological Needs Questionnaire-Religiosity/Spirituality. *Psychology of Religion and Spirituality, 6* (1), 53-63.

- Hayton, J. C., Allen, D. G., & Scarpello, V. (2004). Factor retention decisions in exploratory factor analysis: A tutorial on parallel analysis. *Organizational Research Methods*, 7 (2), 191-205.
- Heine, S. J. (2005a). Where is the evidence for pancultural self-enhancement? A reply to Sedikides, Gaertner, and Toguchi (2003). *Interpersonal Relations and Group Processes*, 89 (4), 531-538.
- Heine, S. J. (2005b). An exploration of cultural variation in self-enhancing and self-improving motivations. In V. Murphy-Berman & J. J. Berman (Eds.), *Nebraska Symposium on Motivation: Vol. 49. Cross-cultural differences in perspectives on the self* (pp. 101-128). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R., & Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766-794.
- Hepper, E. G., Gramzow, R. H., & Sedikides, C. (2010). Individual differences in self-enhancement and self-protection strategies: An integrative analysis. *Journal of Personality*, 78 (2), 781-814.
- Hepper, E. G., Sedikides, C., & Cai, H. (2013). Self-enhancement and self-protection strategies in China: Cultural expressions of a fundamental human motive. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44, 5-23.
- Hetland, H., Hetland, J., Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Notelaers, G. (2011). Leadership and fulfillment of the three basic psychological needs at work. *Career Development International*, 16, 507-523.

- Higgins, E. T. (1998). Promotion and prevention: Regulatory focus as a motivational principle. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 30, pp. 1-46). New York: Academic Press.
- Higgins, N. C., Amand, M. D. ST., & Poole, G. D. (1997). The controllability of negative life experiences mediates unrealistic optimism. *Social Indicators Research*, 42 (3), 299-323.
- Hobbs, C. N., Kreiner, D. S., Honeycutt, M. W., Hinds, R. M., & Brockman, C. J. (2010). The illusion of control in a virtual reality setting. *North American Journal of Psychology*, 12 (3), 551-564.
- Hodgins, H. S., Brown, A. B., & B. Carver. (2007). Autonomy and control motivation and self-esteem. *Self and Identity*, 6, 189-208.
- Hodgins, H. S., & Knee, C. R. (2002). The integrating self and conscious experience. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 87-100). Rochester, NY: University Of Rochester Press.
- Hodgins, H. S., Yacko, H. A., & Gottlieb, E. (2006). Autonomy and nondefensiveness. *Motivation and Emotion*, 30, 283-293.
- Hodgins, H. S., Weibust, K. S., Weinstein, N., Shiffman, S., Miller, A., Coombs, G., Adair, K. C. (2010). The cost of self-protection: Threat response and performance as a function of autonomous and controlled motivations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36 (8), 1101-1114.
- Hofstede, G. (2001). *Culture's consequences: Comparing values, behaviors, institutions, and organizations* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage.

- Horn, J. L. (1965). A rationale and test for the number of factors in factor analysis. *Psychometrika*, 30, 179–185.
- Ilardi, B. C., Leone, D., Kasser, T., & Ryan, R. M. (1993). Employee and supervisor ratings of motivation: Main effects and discrepancies associated with job satisfaction and adjustment in a factory setting. *Journal of Applied Social Psychology*, 23, 1789-1805.
- Illies, R., De Pater, I. E., & Judge, T. (2007). Differential affective reactions to negative and positive feedback, and the role of self-esteem. *Journal of Managerial Psychology*, 22 (6), 590-609.
- Inglehart, R., Basáñez, M., & Moreno, A. (1998). *Human values and beliefs: A cross-cultural sourcebook*. Ann Arbor: University of Michigan Press.
- İmamoğlu, O. (2003). Individuation and relatedness: Not opposing but distinct and complementary. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 129 (4), 367-402.
- Johnson, E. A., Vincent, N., & Ross, L. (1997). Self-deceptive versus self-esteem in buffering the negative effects of failure. *Journal of Research in Personality*, 31, 385-405.
- Johnston, M. M., & Finney, S. J. (2010). Measuring basic need satisfaction: Evaluating previous research and conducting new psychometric evaluations of the Basic Needs Satisfaction in General Scale. *Contemporary Educational Psychology* (35), 280-296.
- Jones, E., & Berglas, S. (1978). Control of attributions about the self through self-handicapping strategies: The appeal of alcohol and the role of underachievement. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4, 200-206.

- Jordan, C. H., Spencer, S. J., & Zanna, M. P. (2002). "I love me ...I love me not": Implicit self-esteem, explicit self-esteem, and defensiveness. In S. J. Spencer, S. Fein, M. P. Zanna, & J. M. Olson (Eds.), *Motivated social cognition: The Ontario symposium* (Vol. 9, pp. 117-145). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Jordan, C. H., Spencer, S. J., Zanna, M. P., Hoshino-Browne, E., & Correll, J. (2003). Secure and defensive high self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (5), 969-978.
- Josephs, R. A., Larrick, R. P., Steele, C. M., & E. R., Nisbett (1992). Protecting the self from the negative consequences of risky decisions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62 1, 26-37.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez (Autonomous-relational self: A new synthesis). *Türk Psikoloji Dergisi*, 37, 36-43.
- Katz, I., Kaplan, A., & Gueta, G. (2010). Students' needs, teachers' support, and motivation for doing homework: A cross-sectional study. *The Journal of Experimental Education*, 78, 246-267.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 14, 1-26.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). Assessing stability of self-esteem and contingent self-esteem. M. H. Kernis (Ed.), *Self-esteem issues and answers: A sourcebook of current perspectives* (pp. 77-85). New York: Psychology Press.
- Kernis, M. H., Lakey, C. E., & Heppner, W. L. (2008). Secure versus fragile high self-esteem as a predictor of verbal defensiveness: Converging findings across three different markers. *Journal of Personality*, 76 (3), 477-512.

- Kesici, Ş., Üre Ö., Bozgeyikli, H., Sünbül, A., M. (2003) “*Temel psikolojik ihtiyaçlar ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği*” VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Malatya.
- Kozan, K. (1983). Davranış bilimleri araştırmalarında sosyal beğenirlik boyutu ve Türkiye için bir Sosyal Beğenirlik Ölçeği. *ODTÜ Geliştirme Dergisi*, 10 (3), 447-478.
- Kimble, C. E., Kimble, E. A., & Croy, N. A. (1998). Development of self-handicapping tendencies. *The Journal of Social Psychology*, 138 (4), 524-535.
- Knee, C. R. & Zuckerman, M. (1996). Causality orientations and the disappearance of the self-serving bias. *Journal of Research in Personality*, 30, 76-87.
- Knee, C. R. & Zuckerman, M. (1998). A nondefensive personality: Autonomy and control as moderators of defensive coping and self-handicapping. *Journal of Research in Personality*, 32, 115-130.
- Knowles, M. L., Lucas, G. M., Molden, D. C., Gardner, W. L., & Dean K. K. (2010). There's no substitute for belonging: Self-affirmation following social and nonsocial threats. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 36 (2) 173-186.
- Kruger, J., & Dunning, D. (1999). Unskilled and unaware of it: How difficulties in recognizing one's own incompetence lead to inflated self-assessments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77, 1121-1134.
- Krusemark, E. A., Campbell, W. K., & Clementz, B. A. (2008). Attributions, deception, and event related potentials: An investigation of the self-serving bias. *Psychophysiology*, 45, 511–515.

- Kunda, Z. (1990). The case for motivated reasoning. *Psychological Bulletin*, 108, 480-498.
- Kurman, J. (2003). Why is self-enhancement low in certain collectivist cultures? An investigation of two competing explanations. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 34 (5), 496-510.
- Kurman, J., & Eshel, Y. (1998). Self-enhancement, generality level of self-evaluation, and emotional adjustment. *The Journal of Social Psychology*, 138 (5), 549-563.
- Kwang, T., & Swann, W. B. (2010). Do people embrace praise even when they feel unworthy? A review of critical tests of self-enhancement versus self-verification. *Personality and Social Psychology Review*, 14 (3), 263-280.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 367-384.
- Lambird, K. H., & Mann, T. (2006). When do ego threats lead to self-regulation failure? Negative consequences of defensive high self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32 (9), 1177-1187.
- Langer E. J. (1975). The illusion of control. *Journal of Personality and Social Psychology*, 32, 311-328.
- Leary, M. R., Terry, M. L., Allen, A. B., & Tate, E. B. (2009). The concept of ego threat in social and personality psychology: Is ego threat a viable scientific construct? *Personality and Social Psychology Review*, 13 (3), 151-164.

- Lockwood, P., & Kunda, Z. (1997). Superstars and me: Predicting the impact of role model on self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 91-103.
- Lynch, B. P., & O'Mara, E. M. (2015). Do autonomous individuals strive for self-positivity? Examining the role of autonomy in the expression of self-enhancement. *Self and Identity*, 14 (4), 403-419.
- Mack, D. E., Wilson, P. M., Oster, K., Kowalski, K. C., Sylvester, B. D., & Crocker, P. R. E. (2011). Well-being in volleyball players: Examining the contributions of independent and balanced need satisfaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 533-539.
- Marsh, H. W. (1996). Positive and negative global self-esteem: A substantively meaningful distinction or artifacts? *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (4), 810-819.
- Martin, A. J., Marsh, H. W. & Debus, R. L. (2001). Self-handicapping and defensive pessimism: Exploring a model of predictors and outcomes from a self-protection perspective. *Journal of Educational Psychology*, 93 (1), 87-102.
- Martin, A. J., Marsh, H. W. & Debus, R. L. (2003). Self-handicapping and defensive pessimism: A model of self-protection from a longitudinal perspective. *Contemporary Educational Psychology*, 28, 1-36.
- Matute H., Vadillo, M.A., Vegas, S., & Blanco, F. (2007). Illusion of control in internet users and college students. *Cyberpsychology & Behavior*, 10, 176-181.

- McEvoy, P. M., & Mahoney, A. E. J. (2011). Achieving certainty about the structure of intolerance of uncertainty in a treatment-seeking sample with anxiety and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 112-122.
- McGregor, I. (2006). Offensive defensiveness: Toward an integrative neuroscience of compensatory zeal after mortality salience, personal uncertainty, and other poignant self-threats. *Psychological Inquiry*, 17 (4), 299-308.
- McGregor, I., & Jordan, C. H. (2007). The mask of zeal: Low implicit self-esteem, threat, and defensive extremism. *Self and Identity*, 6, 223-237.
- Mezulis, A. H., Abramson, L. Y., Hyde, J. S., & Hankin, B. L. (2004). Is there a universal positive bias in attributions?: A meta-analytic review of individual, developmental, and cultural differences in the self-serving attributional bias. *Psychological Bulletin*, 130, 711–747.
- Milyavskaya, M., Philippe, F. L., & Koestner, R. (2013). Psychological need satisfaction across levels of experience: Their organization and contribution to general well-being. *Journal of Research in Personality*, 47, 41-51.
- Mouratidis, A. A., Vansteenkiste, M., Lens, W., & Sideridis, G. (2011). Vitality and interest–enjoyment as a function of class-to-class variation in need-supportive teaching and pupils' autonomous motivation. *Journal of Educational Psychology*, 103, 353-366.
- Muller, D. & Butera, F. (2007). The focusing effect of self-evaluation threat in coaction and social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 93 (2), 194-211.

- Newman, L. S., Nibert, J. A., & Winer, E. S. (2009). Mnemic neglect is not an artifact of expectancy: The moderating role of defensive pessimism. *European Journal of Social Psychology, 39*, 477-486.
- Ng, Y., Ntoumanis, N., Thørgersen-Ntoumani, C., Deci, E. L., Ryan, R. M., Duda, J. L., & Williams, G. C. (2012). Self-determination theory applied to health contexts: A meta-analysis. *Perspectives on Psychological Science, 7*, 325-340.
- Niemiec, C. P., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2010). Self-determination theory and the relation of autonomy to self-regulatory processes and personality development. In R. H. Hoyle (Ed.), *Handbook of Personality and Self-Regulation* (pp. 169-191). Blackwell Publishing, Ltd.
- Niiya, Y., Brook, A. T., & Crocker, J. (2010). Contingent self-worth and self-handicapping: Do incremental theorists protect self-esteem? *Self and Identity, 9*, 276-297.
- O'Mara, E. M., Gaertner, L., Sedikides, C., Zhou, X., & Liu, Y. (2012). A longitudinal-experimental test of the panculturality of self-enhancement: Self-enhancement promotes psychological well-being both in the west and the east. *Journal of Research in Personality, 46*, 157-163.
- Pan, C., Pettit, N. C., Sivanathan, N., & Blander, S. L. (2014). Low-status aversion: The effect of self-threat on willingness to buy and sell. *Journal of Applied Social Psychology, 44*, 708-716.
- Park, L. E., & Crocker, J. (2005). Interpersonal consequences of seeking self-esteem. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31* (11), 1587-1598.

- Park, L. E., & Maner, J. K. (2009). Does self-threat promote social connection? The role of self-esteem and contingencies of self-worth. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96 (1), 203-217.
- Patrick, H., Knee, C. R., Canevello, A., & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92, 434-457.
- Paulhus, D. L. (1991). Measurement and control of response bias. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), *Measures of personality and social psychological attitudes* (pp. 17-59) San Diego, CA: Academic Press.
- Pavey, L., Greitemeyer, T., & Sparks, P. (2011). Highlighting relatedness promotes prosocial motives and behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37 (7) 905-917.
- Pedhazur, E. L., & Schmelkin, L. P. (1991). *Measurement, design, and analysis: An integrated approach*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Peer, E., & Gamliel, E. (2011). Too reliable to be true? Response bias as a potential source of inflation in paper-and-pencil questionnaire reliability. *Practical Assessment, Research & Evaluation*, 16 (9), 1-8.
- Perloff, L. S. (1987). Social comparison and illusions of invulnerability to negative life events. In C. R. Snyder & C. E. Ford (Eds.), *Coping with Negative Life Events: Clinical and Social Psychological Perspectives* (pp. 217-242). New York: Plenum.

- Petersen, L-E. (2014). Self-compassion and self-protection strategies: The impact of self-compassion on the use of self-handicapping and sandbagging. *Personality and Individual Differences*, 56, 133-138.
- Philippe, F. L., Koestner, R., Lecours, Beaulieu-Pelletier, G., & Bois, K. (2011). The role of autobiographical memory networks in the experience of negative emotions: how our remembered past elicits our current feelings. *Emotion*, 11 (6), 1279-1290.
- Pilotte, W. J., & Gable, R. K. (1990). The impact of positive and negative item stems on the validity of a computer anxiety scale. *Educational and Psychological Measurement*, 50, 603-610.
- Pinter, B., Green, J. D., Sedikides, C., & Gregg, A. P. (2011). Self-protective memory: Separation/integration as a mechanism for mnemonic neglect. *Social Cognition*, 29 (5), 612-624.
- Podlog, L., Lochbaum, M., & Stevens, T. (2010). Need satisfaction, well-being, and perceived return-to-sport outcomes among injured athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22, 167-182.
- Pronin, E., Wegner, D.M., McCarthy, K., & Rodriguez, S. (2006). Everyday magical powers: The role of apparent mental causation in the overestimation of personal influence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 218-231.
- Quested, E., Duda, J. L., Ntoumanis, N., & Maxwell, J. P. (2013). Daily fluctuations in the affective states of dancers: A cross-situational test of basic needs theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 586-595.

- Ratelle, C. F., & Duchesne, S. (2014). Trajectories of psychological need satisfaction during the transition to high school as a predictor of school adjustment. *Contemporary Educational Psychology, 39*, 388-400.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin, 26*, 419-435.
- Robins, R. W., & Beer, J. S. (2001). Positive illusions about the self: Short-term benefits and long-term costs. *Journal of Personality and Social Psychology, 80* (2), 340-352.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rothbaum, F., Weisz, J. R., & Snyder, S. S. (1982). Changing the world and changing the self: A two-process model of perceived control. *Journal of Personality and Social Psychology, 42*, 5-37.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality, 63*, 397-427.
- Ryan, R. M., Bernstein, J. H., & Brown, K. W. (2010). Weekends, work, and well-being: Psychological need satisfactions and day of the week effects on mood, vitality, and physical symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*, 95-122.
- Ryan, R. M., & Brown, K. W. (2003). Why we don't need self-esteem: On fundamental needs, contingent love, and mindfulness. *Psychological Inquiry, 14* (1), 71-77.

- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141–166.
- Ryan, R., & Deci, E. L. (2002). Overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 3-33). Rochester, NY: The University of Rochester Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2004). Avoiding death or engaging life as accounts of meaning and culture: A comment on Pyszczynski, Greenberg, Solomon, Arndt, and Schimel. *Psychological Bulletin*, 130, 473-477.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2006). Self-regulation and the problem of human autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will? *Journal of Personality*, 74 (6), 1557-1585.
- Ryan, R. M., La Guardia, J. G., Solky-Butzel, J., Chirkov, V. I., & Kim, Y. (2005). On the interpersonal regulation of emotions: Emotional reliance across gender, relationships, and culture. *Personal Relationships*, 12, 146-163.
- Ryan, R. M., Patrick, H., Deci, E. L., & Williams, G. C. (2008). Facilitating health behaviour change and its maintenance: Interventions based self-determination theory. *European Health Psychologist*, 10, 2-5.
- Sarı, S., & Dağ, İ. (2009). Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği: Endişe ile İlgili Olumlu İnançlar Ölçeği ve Endişenin Sonuçları Ölçeği'nin Türkçeye

uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 10, 261-270.

Schmitt, N., & Stults, D. M. (1985). Factors defined by negatively keyed items: The result of careless respondents? *Applied Psychological Measurement*, 9 (4), 367-373.

Schriesheim, C. A., & Hill, K. D. (1981). Controlling acquiescence response bias by item reversals: The effect on questionnaire validity. *Educational and Psychological Measurement*, 41, 1101-1114.

Sedikides, C. (1993). Assessment, enhancement, and verification determinants of the self-evaluation processes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 65, 317-338.

Sedikides, C. (2007). Self-enhancement and self-protection: Powerful, pancultural, and functional. *Hellenic Journal of Psychology*, 4, 1-13.

Sedikides, C. (2009). On self-protection and self-enhancement regulation: The role of self-improvement and social norms. In J. P. Forgas, R. F. Baumeister & D. Tice (Eds.), *The Psychology of Self-Regulation: Cognitive, Affective, and Motivational Processes* (pp. 73–92). New York, NY: Psychology Press.

Sedikides, C. (2012). Self-protection. In M. Leary & J. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (2nd Ed.). New York: Guilford Press.

Sedikides, C., Campbell, W. K., Reeder, G., & Elliot, A. J. (1998). The self-serving bias in relational context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 378-386.

- Sedikides, C., Gaertner, L., & Vevea, J. L. (2005). Pancultural self-enhancement reloaded: A meta-analytic reply to Heine (2005). *Journal of Personality and Social Psychology*, 89 (4), 539-551.
- Sedikides, C., Gaertner, L., & Toguchi, Y. (2003). Pancultural self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 60-70.
- Sedikides, C., & Green, J. D. (2000). On the self-protective nature of inconsistency-negativity management: Using the person memory paradigm to examine self-referent memory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79, 906-922.
- Sedikides, C., & Green, J. D. (2004). What I don't recall can't hurt me: Information negativity versus information inconsistency as determinants of memorial self-defense. *Social Cognition*, 22, 4-29.
- Sedikides, C., & Green, J. D. (2006). The mnemonic neglect model: Experimental demonstrations of inhibitory repression in normal adults. *Behavioral and Brain Sciences*, 29, 532-533.
- Sedikides, C., & Green, J. D. (2009). Memory as a self-protective mechanism. *Social and Personality Psychology Compass*, 3, 1055-1068.
- Sedikides, C., Green, J. D., & Pinter, B. (2004). Self-protective memory. In D. Beike, J. Lampinen, & D. Behrend (Eds.), *The self and memory* (pp. 161-179). Philadelphia, PA: Psychology Press.
- Sedikides, C., & Gregg, A. P. (2003). Portraits of the self. In M. A. Hogg & J. Cooper (Eds.), *Sage handbook of social psychology* (pp. 110-138). London: Sage Publications.

- Sedikides, C., & Gregg, A. P. (2008). Self-enhancement: Food for thought. *Perspectives for Psychological Science*, 3, 102-116.
- Sedikides, C., & Hepper, E. G. (2009). Self-improvement. *Social and Personality Psychology Compass*, 3, 899-917.
- Sedikides, C., & Luke, M. (2007). On when self-enhancement and self-criticism function adaptively and maladaptively. In E. Chang (Ed.), *Self-criticism and self-enhancement: Theory, research, and clinical implications* (pp. 181-198). Washington, DC: APA Books.
- Sedikides, C., & Strube, M. J. (1995). The multiply motivated self. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21 (12), 1330-1335.
- Sedikides, C., & Strube, M. J. (1997). Self-evaluation: To thine own self be good, to thine own self be sure, to thine own self be true, and to thine own self be better. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, 29, 209-269.
- Sheldon, K. M., & Hilpert, J. C. (2012). The balanced measure of psychological needs (BMPN) scale: An alternative domain general measure of need satisfaction. *Motivation and Emotion*, 36 (4), 439-451.
- Sheldon, K. M., & Niemiec, C. P. (2006). It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91 (2), 331-341.
- Sheldon, K. M., Ryan, R., & Reis, H. T. (1996). What makes for a good day? Competence and autonomy in the day and in the person. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22 (12), 1270-1279.

- Sherman, D. K., & Cohen, G. L. (2006). The psychology of self-defense: Self-affirmation theory. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 183-242.
- Sherman, D. K., & Kim, H. S. (2005). Is there an "I" in "Team"? The role of the self in group-serving judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88, 108-120.
- Shrauger, J. S. (1975). Responses to evaluation as a function of initial self-perceptions. *Psychological Bulletin*, 82, 581-596.
- Sivanathan, N., & Pettit, N. C. (2010). Protecting the self through consumption: Status goods as affirmational commodities. *Journal of Experimental Social Psychology*, 46, 564-570.
- Steiger, J. H. (1980). Tests for comparing elements of a correlation matrix. *Psychological Bulletin*, 87, 245-251.
- Strelan, P., & Zdzianuk, A. (2015). Threatened state self-esteem reduces forgiveness. *Self and Identity*, 14 (1), 16-32.
- Sümer, N. (2000). Yapısal eşitlik modelleri: Temel kavramlar ve örnek uygulamalar. *Türk Psikoloji Yazıları*, 3 (6), 49-74.
- Sümer, N., Solak, N. ve Harma, M. (2013). *İşsiz yaşam: İşsizliğin ve iş güvencesizliğinin birey ve aile üzerindeki etkileri*. İstanbul: Koç Üniversitesi Yayınları.
- Taylor, S. E., & Brown, J. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.

- Taylor, S. E., Lerner, J. S., Sherman, D. K., Sage, R. M., & McDowell, N. K. (2003a). Portrait of the self-enhancer: Well adjusted and well liked or maladjusted and friendless? *Personality Processes and Individual Differences*, 84 (1), 165-176.
- Taylor, S. E., Lerner, J. S., Sherman, D. K., Sage, R. M., & McDowell, N. K. (2003b). Are self-enhancing cognitions associated with healthy or unhealthy biological profiles? *Journal of Personality and Social Psychology*, 85 (4), 605-615.
- Tesser, A., Crepaz, N., Beach, S., Cornell, D., & Collins, J. (2000). Confluence of self-esteem regulation mechanisms: On integrating the self-zoo. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 1476–1489.
- Thill, E. E., & Cury, F. (2000). Learning to play golf under different goal conditions: their effects on irrelevant thoughts and on subsequent control strategies. *European Journal of Social Psychology*, 30, 101-122.
- Thompson, B. (2004). *Exploratory and confirmatory factor analysis: Understanding concepts and applications*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Tice, D. M. (1991). Esteem protection or enhancement? Self-handicapping motives and attributions differ by trait self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60 (5), 711-725.
- Trépanier, S., Fernet, C., & Austin, S. (2014). A longitudinal investigation of workplace bullying, basic need satisfaction, and employee functioning. *Journal of Occupational Health Psychology*, 20, 105-116.
- Trope, Y. (1986). Self-assessment and self-enhancement in achievement motivation. In R. M. Sorrentino & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of*

motivation and cognition: Foundations of social behavior (Vol. 1, pp. 350–378). New York: Guilford Press.

- Unanue, W., Dittmar, H., Vignoles, V. L., & Vansteenkiste, M. (2014). Materialism and well-being in the UK and Chile: Basic need satisfaction and basic need frustration as underlying psychological processes. *European Journal of Personality*, 28, 569-585.
- Uysal, A., Lin, H. L., & Knee, C. R. (2010). The role of need satisfaction in self-concealment and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 6, 187-199.
- Uysal, A., & Knee, C. R. (2012). Low trait self-control predicts self-handicapping. *Journal of Personality*, 80 (1), 59-79.
- Vallerand, R. J., & Reid, G. (1984). On the causal effects of perceived competence on intrinsic motivation: A test of cognitive evaluation theory. *Journal of Sport Psychology*, 6, 94-102.
- van Dijk, W. W., van Koningsbruggen, G. M., Ouwerkerk, J. W., Wesseling, Y. M. (2011). Self-esteem, self-affirmation, and schadenfreude. *Emotion*, 11 (6), 1445-1449.
- Vansteenkiste, M., & Deci, E. L. (2003). Competitively contingent rewards and intrinsic motivation: Can losers remain motivated?. *Motivation and Emotion*, 27, 273-299.
- Vansteenkiste, M., Niemiec, C., & Soenens, B. (2010). The development of the five mini-theories of self-determination theory: An historical overview, emerging trends, and future directions. In T. Urdan & S. Karabenick (Eds.). *Advances in motivation and achievement, vol. 16: The decade ahead*. UK: Emerald Publishing.

- Vansteenkiste, M., Neyrinck, B., Niemiec, C. P., Soenens, B., De Witte, H., & Van den Broeck, A. (2007). On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction and job outcomes: A self-determination theory approach. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 80*, 251-277.
- Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration, 23* (3), 263-280.
- Vlachopoulos, S. P., Asci, F. H., Cid, L., Ersoz, G., González-Cutre, D., Moreno-Murcia, J. A., & Moutão, J. (2013). Cross-cultural invariance of the basic psychological needs in exercise scale and need satisfaction latent mean differences among Greek, Spanish, Portuguese and Turkish samples. *Psychology of Sport and Exercise, 14*, 622-631.
- Vohs, K. D., & Heatherton, T. F. (2001). Self-esteem and threats to self: Implications for self-construals and interpersonal perceptions. *Journal of Personality and Social Psychology, 81* (6), 1103-1118.
- Wegner, D. M., & Wheatley, T. (1999). Apparent mental causation: Sources of the experience of will. *American Psychologist, 54*, 480-492.
- Weinstein, N. D. (1980). Unrealistic optimism about future life events. *Journal of Personality and Social Psychology, 39* (5), 806-820.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review, 66*, 297-333.
- Williams, E. F., & Gilovich, T. (2008). Do people really believe they are above average? *Journal of Experimental Social Psychology, 44*, 1121-1128.

- Wills, T. A. (1981). Downward comparison principles in social psychology. *Psychological Bulletin*, 90, 245-271.
- Wood, J. V., Giordano-Beech, M., Taylor, K. L., Michela, J. L., & Gaus, V. (1994). Strategies of social comparison among people with low self-esteem: Self-protection and self-enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (4), 713-731.
- Zuckerman, M. (1979). Attribution of success and failure revisited, or: The motivational bias is alive and well in attribution theory. *Journal of Personality*, 47, 245–287.
- Zuckerman, M., & Knee, C. R. (1996). The relation overly positive self-evaluation and adjustment: A comment on Colvin, Block, and Funder (1995). *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (6), 1250-1251.

EKLER

EK 1: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği'nin orijinal maddeleri ve maddelerin bulunduğu alt boyutlar

Basic Need Satisfaction in General

Feelings I Have

Please read each of the following items carefully, thinking about how it relates to your life, and then indicate how true it is for you. Use the following scale to respond:

1	2	3	4	5	6	7
not at all true			somewhat true			very true

Items	Factors
1. I feel like I am free to decide for myself how to live my life.	Autonomy
2. I really like the people I interact with.	Relatedness
3. Often, I do not feel very competent.	Competence (R)
4. I feel pressured in my life.	Autonomy (R)
5. People I know tell me I am good at what I do.	Competence
6. I get along with people I come into contact with.	Relatedness
7. I pretty much keep to myself and don't have a lot of social contacts.	Relatedness (R)
8. I generally feel free to express my ideas and opinions.	Autonomy
9. I consider the people I regularly interact with to be my best friends.	Relatedness
10. I have been able to learn interesting new skills recently.	Competence
11. In my daily life, I frequently have to do what I am told.	Autonomy (R)
12. People in my life care about me.	Relatedness
13. Most days I feel a sense of accomplishment from what I do.	Competence
14. People I interact with on a daily basis tend to take my feelings into consideration.	Autonomy
15. In my life I do not get much of a chance to show how capable I am.	Competence (R)
16. There are not many people that I am close to.	Relatedness (R)
17. I feel like I can pretty much be myself in my daily situations.	Autonomy
18. The people I interact with regularly do not seem to like me much.	Relatedness (R)
19. I often do not feel very capable.	Competence (R)
20. There is not much opportunity for me to decide for myself how to do things in my daily life.	Autonomy (R)
21. People are generally pretty friendly towards me.	Relatedness

EK 2: Rosenberg Benlik Değeri Ölçeği

Lütfen aşağıdaki her cümleyi dikkatle okuduktan sonra her ifadenin altındaki seçeneklerden **size en uygun olanın** yanındaki boş kutucuğa (x) işareti koyunuz. Lütfen her ifade için **sadece bir tane seçeneği** işaretleyiniz.

	Çok yanlış	Yanlış	Doğru	Çok doğru
	1	2	3	4
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.				
2. Bazı olumlu özelliklerimin olduğunu düşünüyorum.				
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4. Ben de diğer insanların yapabildiği kadar bir şeyler yapabilirim.				
5. Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.				
6. Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.				
7. Genel olarak kendimden memnunum.				
8. Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.				
9. Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.				
10. Bazen hiç de iyi bir insan olmadığımı düşünüyorum.				

EK 3: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Yeni Form)

Maddeler	
1	Temas kurduğum insanlarla iyi geçinirim. (İ)
2	Elime aldığım hemen her işi genellikle iyi yaparım. (Y)
3	Genellikle yalnızımdır ve çevremdekilerle iletişimim azdır. (İ) (T)
4	Hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede özgürüm. (Ö)
5	Önemediğim ve beni önemseyen insanlarla birbirimize temas ettiğimizi hissedirim. (İ)
06	Yakın olduğum insan çok azdır. (İ) (T)
07	Çoğu zaman yaptığım şeylerde kendimi başarılı hissedirim. (Y)
08	Gündelik yaşamımda birtakım şeyleri nasıl yapacağıma karar verme fırsatı pek bulunmamakta. (Ö) (T)
09	Zorlu işleri üstlenir ve ustalıkla başa çıkarım. (Y)
10	Çevremdeki insanlar benimle zaman geçirmekten hoşlanırlar. (İ)
11	Genellikle ne kadar yetenekli olduğumu gösterme şansını kaçıırım. (Y) (T)
12	Yaşamımda kendimi baskı altında hissedirim. (Ö) (T)
13	Düzenli olarak etkileşimde bulunduğum insanları en iyi arkadaşlarım olarak görürüm. (İ)
14	Kendime farklı yeni uğraşlar edinebilirim. (Y)
15	Gündelik yaşamımda yaptıklarımın çoğu, isteklerim dışında gerçekleşir. (Ö) (T)
16	Kendimi yetersiz hissettiren aptalca şeyler yaparım. (Y) (T)
17	Hayatımı genellikle kendi tercihlerime göre yaşarım. (Ö)
18	Yakın olduğum insanların zor zamanlarımda yanımda olacaklarını bilirim. (İ)
19	Çoğu zaman kendimi becerikli biri olarak görmem. (Y) (T)
20	Arkadaşlarımdan samimiyetine güvenirim.
21	Genellikle düşüncelerimi ve görüşlerimi özgürce ifade ederim. (Ö)
22	Hayatımda nasıl yaşayacağımın kontrolü bendedir. (Ö)
23	Yaşamımda karşılaştığım zorlukları yenebilecek kapasitedeyim. (Y)
24	Yaşamımdaki insanlar beni önemserler. (İ)
25	Gündelik yaşamımda karşılaştığım sorunlar için çözümler üretebilecek becerilere sahibim. (Y)
26	Çoğu zaman yapmak istediklerim konusunda başkaları tarafından kısıtlanırım. (Ö) (T)
27	Genelde insanlar bana karşı oldukça dost canlısıdır. (İ)
28	Çoğunlukla amacıma ulaşmayı başarırım. (Y)
29	Yaşamıma özgürce yön verebilirim. (Ö)
30	Benim için önemli bazı insanların bana değer vermediğini hissedirim. (İ) (T)
31	Değişik yeni beceriler kazanabilirim. (Y)
32	Bazen istemediğim şeyleri yapmak zorunda kalırım. (Ö) (T)
33	Uzun süredir devam eden dostluklarım var. (İ)
34	Gündelik yaşamımda kendim olabildiğimi oldukça fazla hissedirim. (Ö)
35	Görüştüğüm insanlar sanki benden pek hoşlanmıyorlar. (İ) (T)
36	Sahip olduğum beceriler doğrultusunda kendimi geliştirebilirim. (Y)
37	Tercihlerim "gerçek ben"i yansıtır. (Ö)
38	Hayatımdaki insanlarla birlikte olmaktan keyif alırım. (İ)
39	Çoğu zaman kendimi yetersiz bulurum. (Y) (T)
40	Etkileşimde bulunduğum insanlardan gerçekten hoşlanırım. (İ)

EK 4: Sosyal İstenirlik Ölçeği

Aşağıdaki cümleler, insanların davranış ve duygularındaki farklılıkları araştırmak amacıyla hazırlanmıştır. Bu cümlelerden sizin durumunuza uyanlar için D (doğru) harfini; uymayanlar için ise Y (yanlış) harfini yuvarlak içine alınız. Lütfen her cümleyi içtenlikle işaretlemeye çalışınız. Teşekkür ederiz.

- (D) (Y) 1. Her işimi önceden planlarım.
- (D) (Y) 2. Her zaman başkalarına karşı düşünceli davranırım.
- (D) (Y) 3. Çoğu kez kendi çıkarımı tanıdıklarımın çıkarından üstün tutarım.
- (D) (Y) 4. Otobüste yer verebileceğim yaşlıları bazen görmezlikten gelmişimdir.
- (D) (Y) 5. Bazen tanıdıklarımı kendi amaçlarım için kullandığımı hissediyorum.
- (D) (Y) 6. Arkadaşlarımdan bazen rahatsızlık duyarım.
- (D) (Y) 7. Yardıma ihtiyacı olan birinin durumunu hiçbir zaman görmezlikten gelmedim.
- (D) (Y) 8. Bazen toplum yararını gözetmeden hareket ediyorum.
- (D) (Y) 9. Sevmediğim birinin başarısı bile beni sevindirir.
- (D) (Y) 10. Nefret ettiğim kimse olmadı.
- (D) (Y) 11. Yardım ettiğim kişilerden hiçbir zaman karşılık beklemem.
- (D) (Y) 12. Eleştirilmeye sinirlendiğim zamanlar oluyor.
- (D) (Y) 13. Temizliğimi hiçbir zaman ihmal ettiğimi hatırlamıyorum.
- (D) (Y) 14. Bazen hoşgörülü davranamıyorum.
- (D) (Y) 15. Her zaman suçumu kabul eder ve açıkça söylerim.
- (D) (Y) 16. Bazı işleri baştan savma yaptığım olur.
- (D) (Y) 17. Her düşüncüyü tarafsız olarak değerlendiririm.
- (D) (Y) 18. Birinin gülünç duruma düşmesi beni her zaman üzer.
- (D) (Y) 19. İyi bilmediğim hiçbir konuda fikir ileri sürmem.
- (D) (Y) 20. Hiç kimseyi küçümsemedim.

EK 5: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin orijinal maddeleri ve maddelerin bulunduğu alt boyutlar

Self-Enhancement and Self-Protection Strategies Scale

Items	Original Factor
1. Thinking of yourself as generally possessing <u>positive</u> personality traits or abilities to a <u>greater</u> extent than most people	<i>Favorable Construals</i>
2. Thinking of yourself as generally possessing <u>negative</u> personality traits or flaws to a <u>lesser</u> extent than most people	
3. Thinking that your weaknesses and flaws are common, but that your skills and abilities are rare	<i>Defensiveness</i>
4. Thinking that you possess highly positive qualities or abilities to a greater extent than objective data would perhaps suggest (e.g., seeing yourself as really sensitive and compassionate despite your friend having criticized you for lacking sensitivity)	
5. Believing that you are more objective in your judgements than other people are	
6. Believing that your close relationships (e.g., romantic relationships and friendships) are better than most people's close relationships	
7. Thinking that groups you belong to are generally much better than groups you don't belong to (e.g., sports teams or supporters, universities)	<i>Defensiveness</i>
8. Putting down or criticizing groups that you don't belong to (e.g., a rival sports team or university)	<i>Defensiveness</i>
9. Thinking that traits are positive if you have them (e.g., if you are extroverted, you would think extroversion is a positive quality)	
10. Working out the kind of person you are by examining your <u>intentions</u> (e.g., "I am considerate because I think about how I can help others"), but working out other people only by examining their <u>behavior</u> (e.g., "She must be considerate because she helped a friend with his work")	<i>Defensiveness</i>
11. Comparing yourself favorably with less fortunate others (e.g., in health, social standing, academic ability)	
12. <u>Refraining</u> from comparing yourself with people who are better off than you (e.g., in health, social standing, academic ability)	
13. Basking in the successes of people close to you and feeling proud	
14. Associating yourself with people who are successful – but <u>not</u> more successful than you	<i>Defensiveness</i>
15. Remembering for a long time the good things that people say about you	<i>Positivity Embracement</i>
16. Forgetting easily the bad things that people say about you	
17. Remembering <u>positive</u> events or successes from your past more than <u>negative</u> events or failures from your past	
18. Remembering hardships that you had to overcome in order to be really successful	<i>Self-Affirming Reflections</i>
19. Thinking about how you have grown and improved as a person over time; how much more good/honest/skilled you are now than you used to be	<i>Self-Affirming Reflections</i>
20. Believing that you are changing, growing, and improving as a person <u>more</u> than other people are	<i>Favorable Construals</i>
21. Believing you are more likely than most people to be happy and successful in the future	<i>Favorable Construals</i>
22. Believing you are less likely than most people to experience negative events in the future (e.g., a car crash)	
23. Believing you have control over chance events (e.g., thinking you are more likely than others to throw a 6 on a dice, thinking your personally chosen lottery numbers are more likely to win than "lucky dip" numbers)	<i>Defensiveness</i>
24. When you achieve success or really good grades, thinking it was due to your ability	<i>Positivity Embracement</i>
25. When you achieve success or really good grades, thinking it says a lot about you as a person	<i>Positivity Embracement</i>
26. When you achieve success or really good grades, playing up the importance of	<i>Positivity</i>

that ability or area of life	<i>Embracement</i>
27. When you do poorly at something or get bad grades, thinking it was due to the situation, not your ability (e.g., the exam questions were unfair or too difficult)	<i>Defensiveness</i>
28. When you do poorly at something or get bad grades, thinking it was due to bad luck	<i>Defensiveness</i>
29. When you do poorly at something or get bad grades, thinking it only applies to specific aspects of your ability, <u>not</u> you as a person	<i>Favorable Construals</i>
30. When you do poorly at something or get bad grades, thinking that the situation or test was uninformative or inaccurate (e.g., thinking the exam was badly designed, or thinking "that can't be right")	<i>Defensiveness</i>
31. When you do poorly at something or get bad grades, thinking hard about the situation and feedback until you find something wrong with it and can discount it	<i>Defensiveness</i>
32. When you do poorly at something or get bad grades, playing down the importance of that ability or area of life	<i>Defensiveness</i>
33. When someone says something positive about you or praises you, thinking that he or she is an intelligent person who knows what they are talking about	
34. When someone says something negative about you or criticizes you, thinking that he or she doesn't know what they are talking about and should not be listened to	
35. When someone says something ambiguous about you, interpreting it as a positive comment or compliment (e.g., if someone says "you certainly speak your mind, don't you?", you might think they were praising your honesty, not insulting your lack of tact)	<i>Favorable Construals</i>
36. Generally getting over the experience of negative feedback quickly, so a few hours/days/weeks after a negative event (e.g., doing poorly in an exam, being criticized by a friend) you no longer feel bad	<i>Favorable Construals</i>
37. When a group you are part of does well, thinking that you contributed to the success more than other members	<i>Defensiveness</i>
38. When a group you are part of does poorly, thinking that other members were responsible for the failure	
39. Making sure you appear to behave to moral standards, but doing your best to ensure you get your desired result (e.g., throwing a dice carefully so that it lands on your desired outcome)	
40. Defining your moral standards to fit your actions (e.g., believing that it's ok to cheat in a game of cards, keep the extra change the cashier mistakenly gave you, or gossip about an acquaintance, because...)	<i>Defensiveness</i>
41. Emphasizing your good qualities and/or successes, but not your weaknesses and/or failures, when talking to new people	<i>Positivity Embracement</i>
42. Ensuring that you convey the best or most desirable aspects of yourself to new people through your behavior (e.g., wearing clothes that give the 'right' message, expressing opinions they will approve of)	<i>Positivity Embracement</i>
43. Admitting to other people your weaknesses in unimportant areas, to lend credibility to your strengths in important areas (e.g., saying that you are rubbish at tennis, but pointing out that you are a great friend)	
44. When you do poorly at something, reminding yourself of your other strengths and abilities	<i>Self-Affirming Reflections</i>
45. In times of stress, reminding yourself of your values and what matters to you	<i>Self-Affirming Reflections</i>
46. In times of stress, thinking about your positive close relationships and loved ones	<i>Self-Affirming Reflections</i>
47. Revising very little for a test, or going out the night before an exam or appraisal at work, so that if you do well, it would mean you must have very high ability	<i>Defensiveness</i>
48. Revising very little for a test, or going out the night before an exam or appraisal at work, so that if you do poorly, it would not mean you are incompetent	<i>Defensiveness</i>
49. Leaving work until the last minute (and often not getting it done) to avoid the implications of doing poorly	<i>Defensiveness</i>
50. Expecting to do badly (e.g., in work or a sporting event), no matter how well you have done in the past, so you can't be disappointed	
51. Telling other people that you expect to do even more badly than you really expect to do (e.g., in work or a sporting event)	<i>Defensiveness</i>
52. Thinking about how things could have been much worse than they are (e.g., "well, at least..."; "it could be worse")	<i>Self-Affirming Reflections</i>
53. Spending time with people who think highly of you, say good things about you,	<i>Positivity</i>

and make you feel good about yourself	<i>Embracement</i>
54. <u>Avoiding</u> spending time with people who think badly of you, criticize you, or make you feel bad about yourself	<i>Positivity Embracement</i>
55. Forging friendships with people who are nearly, but not quite, as high as you in ability or achievement	<i>Defensiveness</i>
56. Forging friendships with people who are similar to you in terms of background and attitudes	
57. Trying to get other people to say positive things about you, or 'fishing for compliments', consciously or unconsciously (e.g., with a friend, a senior colleague, or a tutor)	
58. Choosing to take on particular tasks because you know you are likely to do well in them or succeed easily	<i>Positivity Embracement</i>
59. Asking for feedback when you expect a positive answer (e.g., asking a friend "Do I look ok?" when you have made a lot of effort with your appearance; approaching a senior colleague or tutor for feedback on a piece of work if you think you did well)	<i>Positivity Embracement</i>
60. <u>Avoiding</u> asking for feedback when you expect a negative answer (e.g., <u>not</u> asking a friend what they think of your hair if you know it looks awful today; <u>not</u> approaching a senior colleague or tutor for feedback on a piece of work if you think you did poorly)	

Not: Orijinal çalışmada geriye kalan 20 madde .35'in üzerinde herhangi bir faktöre yüklenmemiştir (Hepper ve ark., 2010).

EK 6: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nin ön çalışma sonucunda elde edilen 4 faktörlü yapısı

Maddeler	1	2	3	4
1. Savunuculuk				
38. Üyesi olduğunuz bir grup bir şeyde başarısız olduğunda, bu başarısızlıktan grubun diğer üyelerinin sorumlu olduğunu düşünmek	,67		,36	
37. Üyesi olduğunuz bir grup bir şeyi iyi yaptığında, sizin bu başarıya grubun diğer üyelerinden daha fazla katkıda bulunduğunuzu düşünmek (S)	,66			
57. Farkında olarak ya da olmayarak, diğer insanlara hakkınızda iyi şeyler söyletmeye çalışmak ya da "iltifat avcılığı" yapmak (örn., bir arkadaşınızdan, kıdemli bir meslektaşınızdan veya bir hocanızdan)	,62		,33	
32. Bir alanda başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bu yeteneğinizi veya alanı (örn., spor, müzik, akademik çalışma vb.) önemsiz görmek (S)	,62			
33. Biri, hakkınızda olumlu bir şey söylediğinde ya da sizi övdüğünde, bu kişinin ne dediğini bilen zeki biri olduğunu düşünmek	,59			
34. Biri, hakkınızda olumsuz bir şey söylediğinde veya sizi eleştirdiğinde, bu kişinin ne dediğini bilmediğini ve onu dinlememek gerektiğini düşünmek	,57			
30. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, durumun ya da testin yetersiz veya hatalı olduğunu düşünmek (örn., sınavın kötü hazırlandığını veya yanlışlar içerdiğini düşünmek) (S)	,57			
28. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bunun şanssızlıktan kaynaklandığını düşünmek (S)	,54			
41. Yeni tanıştığınız insanlarla konuşurken, iyi özelliklerinizi ve/veya başarılarınızı vurgularken zaaflarınıza ve/veya başarısızlıklarınıza değinmemek (OB)	,53			
8. Üyesi olmadığınız grupları (örn., rakip spor takımı veya üniversite) küçümsemek veya eleştirmek (S)	,52			
22. Gelecekte olumsuz olayların (örn., araba kazası) başınıza gelme olasılığının çoğu insana kıyasla daha düşük olduğuna inanmak	,51			
49. Bir şeyde başarısız olmanın sonuçlarından kaçınmak için son dakikaya kadar işi ertelemek (ve çoğu zaman iş yapmamak) (S)	,47	-,35		
47. Bir sınavdan veya iş yerindeki bir değerlendirmeden önceki gece çok az çalışmak veya dışarı çıkarak eğlenmek, böylece bu sınavda veya değerlendirmede başarılı olduğunuzda bu durum sizin çok yetenekli olduğunuz anlamını taşıyacaktır (S)	,42			
27. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bunun yeteneğinizden değil durumdan kaynaklandığını düşünmek (örn., sınav soruları adaletsiz veya çok zordu) (S)	,41			
2. Benliği Olumlama				
19. Bir birey olarak, zaman içerisinde nasıl olgunlaştığınızı ve gelişme gösterdiğinizizi, geçmişe oranla nasıl daha iyi/dürüst/becerikli biri haline geldiğinizi düşünmek (BOY)		,64		,42
15. İnsanların hakkınızda söylediği iyi şeyleri uzun süre hatırlamak (OB)		,59		
18. Gerçekten başarılı olabilmek için üstesinden gelmek zorunda kaldığınız güçlükleri hatırlamak (BOY)		,59		,38
20. Kendinizin bir birey olarak diğer insanlara kıyasla daha fazla olgunlaştığınıza, geliştiğinize ve olumlu yönde değiştiğinize inanmak (OY)		,55		
21. Gelecekte çoğu kişiden daha mutlu ve başarılı olabileceğinize inanmak (OY)	,35	,54		,32
31. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bununla ilgili yanlışı bulana ve buna açıklama getirene kadar durum ve geribildirim üzerine kafa yormak (S)		,48		

1. Genellikle kendinizi çoğu kişiden <u>daha fazla olumlu</u> kişilik özelliklerine veya yeteneklere sahip biri olarak düşünmek (OY)											,47	
6. Yakın ilişkilerinizin (örn., romantik ilişkilerinizin ve arkadaşlıklarınızın) çoğu insanın yakın ilişkilerinden daha iyi olduğuna inanmak											,44	
3. Olumsuzla Kıyaslama												
51. Diğer insanlara gerçekten beklediğiniz sonuçtan daha kötüsünü beklediğinizi söylemek (örn., işte veya bir spor karşılaşmasında) (S)											,67	
50. Geçmişte ne kadar iyi yapmış olursanız olun, bir şeyi kötü yapacağınızı beklemek (örn., bir sınavda, işte veya bir spor karşılaşmasında), böylece hayal kırıklığı yaşamamış olursunuz											,58	
52. Bir şeylerin şu an olduğundan çok daha kötü olabileceğini düşünmek ("en azından..."; "daha kötüsü olabilir") (BOY)											,52	
11. Kendinizi tercihen daha şanssız olan diğer insanlarla (örn., sağlık, sosyal konum, akademik yetenek açısından) karşılaştırmak											,52	
43. Önemli alanlardaki güçlü yönlerinize inanırlığı arttırmak için diğer insanlara önemsiz alanlardaki zayıflıklarınızı itiraf etmek (örn., teniste çok kötü olduğunuzu söylemek, ama iyi bir arkadaş olduğunuza dikkat çekmek)											,50	
59. Olumlu bir yanıt beklediğinizde, geribildirim istemek (örn., iyi görünmek için çok çaba harcadığınızda, bir arkadaşınıza "iyi görünüyor muyum?" diye sormak; iyi yaptığınızı düşündüğünüz bir işle ilgili geribildirim almak için kıdemli bir meslektaşınızın ya da hocanızın yanına gitmek) (OB)											,50	
03. Kendi zayıf yanlarınızın ve kusurlarınızın yaygın, ancak becerilerinizin ve yeteneklerinizin nadir olduğunu düşünmek (S)											-,35	
55. Yetenekleri veya başarısı sizinkine yakın ancak sizinki kadar olmayan insanlarla arkadaşlık kurmak (S)											,42	
58. İyi bir şekilde yapabileceğinizi veya kolaylıkla başarılı olabileceğinizi bildiğiniz belli görevleri üstlenmeyi tercih etmek (OB)											,39	
4. Telafi												
45. Stresli anlarda, kendinize değerlerinizi ve sizin için neyin önemli olduğunu hatırlatmak (BOY)											,79	
46. Stresli anlarda, iyi giden yakın ilişkileriniz ve sevdiğinizler hakkında düşünmek (BOY)											,70	
44. Bir şeyde başarısız olduğunuzda, kendinize diğer güçlü yönlerinizi ve yeteneklerinizi hatırlatmak (BOY)											,38	
36. Olumsuz geribildirim aldığınızda (örn., bir sınavda başarısız olmak veya bir arkadaşınız tarafından eleştirilmek), genellikle bunun üstesinden çabucak gelmek, böylece olumsuz bir olayın ardından birkaç saat/gün/hafta içerisinde kendinizi artık kötü hissetmemek (OY)											,47	
Açıklanan Varyans (%)												36.48
İç Tutarlık Katsayıları												.82 .68 .67 .64
Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayıları												.74 .68 .67 .54
Benliği Yüceltme için α												.73
Benliği Yüceltme için Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı												.70
Benliği Koruma için α												.82
Benliği Koruma için Test Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı												.75

Not: Maddelerin yanında parantez içerisinde verilen harfler orijinal çalışmada, hangi boyut altında yer aldığını göstermektedir. **S:** Savunuculuk (Defensiveness); **OB:** Olumluluğu Benimseme (Positivity Embrace); **OY:** Olumlu Yapılandırma (Favourable Construals); **BOY:** Benliği Onaylayan Yansımalar Self-Affirming Reflections

EK 7: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği'nde herhangi bir faktörde yer almayan maddeler

-
02. Genellikle kendinizi çoğu kişiden daha az olumsuz kişilik özelliklerine veya kusurlara sahip biri olarak düşünmek
Kendinizi olumlu niteliklere veya yeteneklere, nesnel verilerin işaret ettiğinden daha fazla sahip biri olarak düşünmek (örn., arkadaşınız sizi duyarsız olmakla eleştirdiği halde kendinizi gerçekten duyarlı ve şefkatli biri olarak görmek)
04. Yargılarınızda diğer insanlara kıyasla daha tarafsız olduğunuza inanmak
05. Ait olduğunuz grupların, üyesi olmadığınız gruplara kıyasla (örn., spor takımları veya taraftar grupları, üniversiteler) genellikle daha iyi olduğunu düşünmek **(S)**
07. Sadece sizin sahip olduğunuz kişilik özelliklerinin olumlu olduğunu düşünmek (örn., eğer dışadönük biri iseniz, dışadönüklüğün olumlu bir nitelik olduğunu düşünebilirsiniz)
09. Nasıl bir insan olduğunuzu niyetlerinize bakarak anlamaya çalışmak (örn., "Ben düşünceli bir insanım çünkü başkalarına nasıl yardım edebilirim diye düşünürüm"), oysa başkalarının nasıl insanlar olduklarını sadece davranışlarına bakarak anlamaya çalışmak (örn., "O düşünceli bir insan olmalı çünkü bir arkadaşına işinde yardım etti") **(S)**
10. Kendinizi sizden daha iyi olanlarla (örn., sağlık, sosyal konum, akademik yetenek açısından) karşılaştırmaktan sakin **(S)**
12. Yakın olduğunuz insanların başarısından keyif almak ve bundan gurur duymak
13. Kendinizi başarılı insanlarla aynı kefeye koymak- ancak sizden daha başarılı olanlarla değil **(S)**
14. İnsanların hakkınızda söylediği kötü şeyleri kolayca unutmak
16. Geçmişinizdeki olumlu olayları veya başarıları, olumsuz olaylar veya başarısızlıklardan daha çok hatırlamak
17. Şans oyunlarının üzerinde kontrole sahip olduğunuza inanmak (örn., zar atan siz olduğunuzda 6 gelme olasılığının başkalarına oranla daha yüksek olduğunu düşünmeniz; sayısal loto oynarken kendinizin seçtiği numaraların kazanma olasılığının makineden tesadüfen belirlenen numaralara kıyasla yüksek olduğunu düşünmeniz) **(S)**
23. Bir alanda başarı kazandığınızda veya gerçekten iyi not aldığınızda, bunun yeteneğiniz sayesinde gerçekleştiğini düşünmek **(OB)**
24. Bir alanda başarı kazandığınızda veya gerçekten iyi not aldığınızda, bu durumun bir kişi olarak sizin hakkınızda çok şey ifade ettiğini düşünmek **(OB)**
25. Bir alanda başarı kazandığınızda veya gerçekten iyi not aldığınızda, bu yeteneğinizin veya alanın (örn., spor, müzik, akademik çalışma vb.) önemini vurgulamak **(OB)**
26. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bunun bir kişi olarak sizin için değil sadece yeteneğinizin belirli yönleri için geçerli olduğunu düşünmek **(OY)**
29. Biri hakkınızda anlamı pek açık olmayan bir şey söylediğinde, bunu olumlu bir yorum veya iltifat olarak değerlendirmek (örn., eğer biri "Aklından geçeni derhal söylüyorsun, değil mi?" dediğinde, bu durumda bu kişinin incelikten yoksun olduğunuz yönünde size hakaret ettiğini değil, dürüstlüğünüzü övdüğünü düşünebilirsiniz) **(OY)**
35. Ahlaki standartlara göre davranıyor gibi görüldüğünüzden emin olmak, ancak, istediğiniz sonucu elde etmeyi garantilemek için elinizden gelenin en iyisini yapmak (örn., istediğiniz sonucu elde edebilmek için zar tutmak)
39. Ahlaki standartlarınızı davranışlarınızla uyuşacak şekilde tanımlamak (örn., kağıt oyunlarında hile yapmanın sorun olmadığına inanmak, kasiyerin size yanlışlıkla verdiği fazla para üstünü vermemek veya bir tanıdığınız hakkında dedikodu yapmak ve bunlara birer gerekçe bulmak) **(S)**
40. Yeni tanıştığınız insanlara kendinizin en iyi ya da en beğenilen yönlerinizi ortaya çıkaracak şekilde davranmak (örn., "doğru" mesajı veren kıyafetler giymek, insanların onaylayacakları düşünceleri açıklamak) **(OB)**
42. Bir sınavdan veya iş yerindeki bir değerlendirmeden önceki gece çok az çalışmak veya dışarı çıkarak eğlenmek, böylece bu sınavda veya değerlendirmede başarısız olduğunuzda bu durum sizin yeteneksiz olduğunuz anlamına gelmeyecektir **(S)**
48. Sizi takdir eden, hakkınızda iyi şeyler söyleyen ve kendinizi iyi hissetmenizi sağlayan insanlarla vakit geçirmek **(OB)**
53. Sizi takdir etmeyen, eleştiren veya kendinizi kötü hissetmenize yol açan insanlarla vakit geçirmekten kaçınmak **(OB)**
54. Artaları ve tutumları size benzer olan insanlarla arkadaşlık kurmak
56. Olumsuz bir yanıt beklediğinizde, geribildirim istemekten kaçınmak (örn., eğer bugün saçınızın kötü olduğunu düşünüyorsanız, arkadaşınıza saçınız hakkında ne düşündüğünü sormamak; iyi yapmadığınızı düşündüğünüz bir işle ilgili geribildirim almak için kıdemli bir meslektaşınızın ya da hocanızın yanına gitmemek)
-

EK 8: Benliği Yüceltme ve Koruma Stratejileri Ölçeği 'ne ilişkin iki faktörlü yapı

Maddeler	Faktörler	
	1	2
38. Üyesi olduğunuz bir grup bir şeyde başarısız olduğunda, bu başarısızlıktan grubun diğer üyelerinin sorumlu olduğunu düşünmek	.72	
28. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bunun şanssızlıktan kaynaklandığını düşünmek (S)	.68	
30. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, durumun ya da testin yetersiz veya hatalı olduğunu düşünmek (örn., sınavın kötü hazırlandığını veya yanlışlar içerdiğini düşünmek) (S)	.64	
33. Biri, hakkınızda olumlu bir şey söylediğinde ya da sizi övdüğünde, bu kişinin ne dediğini bilen zeki biri olduğunu düşünmek	.64	.35
32. Bir alanda başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bu yeteneğinizi veya alanı (örn., spor, müzik, akademik çalışma vb.) önemsiz görmek (S)	.64	
8. Üyesi olmadığınız grupları (örn., rakip spor takımı veya üniversite) küçümsemek veya eleştirmek (S)	.62	
41. Yeni tanıştığınız insanlarla konuşurken, iyi özelliklerinizi ve/veya başarılarınızı vurgularken zaaflarınıza ve/veya başarısızlıklarınıza değinmemek (OB)	.60	
34. Biri, hakkınızda olumsuz bir şey söylediğinde veya sizi eleştirdiğinde, bu kişinin ne dediğini bilmediğini ve onu dinlememek gerektiğini düşünmek	.60	
57. Farkında olarak ya da olmayarak, diğer insanlara hakkınızda iyi şeyler söyletmeye çalışmak ya da "iltifat avcılığı" yapmak (örn., bir arkadaşınızdan, kıdemli bir meslektaşınızdan veya bir hocanızdan)	.56	
47. Bir sınavdan veya iş yerindeki bir değerlendirmeden önceki gece çok az çalışmak veya dışarı çıkarak eğlenmek, böylece bu sınavda veya değerlendirmede başarılı olduğunuzda bu durum sizin çok yetenekli olduğunuz anlamını taşıyacaktır (S)	.56	
22. Gelecekte olumsuz olayların (örn., araba kazası) başınıza gelme olasılığının çoğu insana kıyasla daha düşük olduğuna inanmak	.56	
37. Üyesi olduğunuz bir grup bir şeyi iyi yaptığında, sizin bu başarıya grubun diğer üyelerinden daha fazla katkıda bulunduğunuzu düşünmek (S)	.55	
1. Genellikle kendinizi çoğu kişiden <u>daha fazla olumlu</u> kişilik özelliklerine veya yeteneklere sahip biri olarak düşünmek(OY)	.55	.46
3. Kendi zayıf yanlarınızın ve kusurlarınızın yaygın, ancak becerilerinizin ve yeteneklerinizin nadir olduğunu düşünmek (S)	.52	
55. Yetenekleri veya başarısı sizinkine yakın ancak sizinki kadar olmayan insanlarla arkadaşlık kurmak (S)	.52	
43. Önemli alanlardaki güçlü yönlerinize inanırlığı arttırmak için diğer insanlara önemsiz alanlardaki zayıflıklarınızı itiraf etmek (örn., teniste çok kötü olduğunuzu söylemek, ama iyi bir arkadaş olduğunuza dikkat çekmek)	.51	
11. Kendinizi tercihen daha şanssız olan diğer insanlarla (örn., sağlık, sosyal konum, akademik yetenek açısından) karşılaştırmak	.50	
27. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bunun yeteneğinizden değil durumdan kaynaklandığını düşünmek (örn., sınav soruları adaletsiz veya çok zordu) (S)	.49	.36
49. Bir şeyde başarısız olmanın sonuçlarından kaçınmak için son dakikaya kadar işi ertelemek (ve çoğu zaman iş yapmamak) (S)	.46	
59. Olumlu bir yanıt beklediğinizde, geribildirim istemek (örn., iyi görünmek için çok çaba harcadığınızda, bir arkadaşınıza "iyi görünüyor muyum?" diye sormak; iyi yaptığınızı düşündüğünüz bir işle ilgili geribildirim almak için kıdemli bir meslektaşınızın ya da hocanızın yanına gitmek) (OB)	.42	.37
50. Geçmişte ne kadar iyi yapmış olursanız olun, bir şeyi kötü yapacağınızı beklemek (örn., bir sınavda, işte veya bir spor karşılaşmasında), böylece hayal kırıklığı yaşamamış olursunuz	.37	
44. Bir şeyde başarısız olduğunuzda, kendinize diğer güçlü yönlerinizi ve yeteneklerinizi hatırlatmak (BOY)		.63
18. Gerçekten başarılı olabilmek için üstesinden gelmek zorunda kaldığınız güçlükleri hatırlamak (BOY)		.61

46. Stresli anlarda, iyi giden yakın ilişkileriniz ve sevdikleriniz hakkında düşünmek (BOY)		.60
19. Bir birey olarak, zaman içerisinde nasıl olgunlaştığınızı ve gelişme gösterdiğinizizi, geçmişe oranla nasıl daha iyi/dürüst/becerikli biri haline geldiğinizi düşünmek (BOY)		.58
58. İyi bir şekilde yapabileceğinizi veya kolaylıkla başarılı olabileceğinizi bildiğiniz belli görevleri üstlenmeyi tercih etmek (OB)		.57
6. Yakın ilişkilerinizin (örn., romantik ilişkilerinizin ve arkadaşlıklarınızın) çoğu insanın yakın ilişkilerinden daha iyi olduğuna inanmak		.55
20. Kendinizin bir birey olarak diğer insanlara kıyasla daha fazla olgunlaştığınıza, geliştiğinize ve olumlu yönde değiştiğinize inanmak (OY)	.42	.53
21. Gelecekte çoğu kişiden daha mutlu ve başarılı olabileceğinize inanmak (OY)	.44	.52
15. İnsanların hakkınızda söylediği iyi şeyleri uzun süre hatırlamak (OB)		.45
45. Stresli anlarda, kendinize değerlerinizi ve sizin için neyin önemli olduğunu hatırlatmak (BOY)		.40
52. Bir şeylerin şu an olduğundan çok daha kötü olabileceğini düşünmek ("en azından..."; "daha kötüsü olabilirdi") (BOY)		.37
36. Olumsuz geribildirim aldığınızda (örn., bir sınavda başarısız olmak veya bir arkadaşınız tarafından eleştirilmek), genellikle bunun üstesinden çabucak gelmek, böylece olumsuz bir olayın ardından birkaç saat/gün/hafta içerisinde kendinizi artık kötü hissetmemek (OY)		.37
31. Bir şeyde başarısız olduğunuzda veya kötü not aldığınızda, bununla ilgili yanlışı bulana ve buna açıklama getirene kadar durum ve geribildirim üzerine kafa yormak (S)		.37
Açıklanan Varyans (%)		32.13
İç Tutarlık Katsayıları	.89	.76

EK 9: Koşula Bağlı Benlik Değeri Ölçeği

Aşağıda çeşitli kişilik özelliklerinin tanımladığı cümleler yer almaktadır. Lütfen her cümleyi dikkatle okuyunuz ve sizin için ne kadar geçerli olduğunu düşününüz. Dürüstçe cevap verdiğiniz için teşekkür ederiz

	Bana pek benzemiyor		Kararsızım		Bana çok benziyor
	1	2	3	4	5
1. Ne kadar başarılı olursam kendimi o kadar değerli hissedirim.					
2. Başarısız olmam kendime verdiğim değeri etkilemez.					
3. Kendimden hoşnut olmamın belirleyicilerinden biri kendim için koyduğum standartları ne ölçüde karşılayabildiğimdir.					
4. Diğer insanların beni ne kadar sevdikleri ve kabul ettikleri kendime ilişkin duygularımı önemli ölçüde etkilemektedir.					
5. Biriyle iyi geçinmem kendimle ilgili duygularımı daha olumlu hale getirir.					
6. Ne kadar güzel/yakışıklı olduğum ne kadar değerli olduğumun önemli bir göstergesidir.					
7. Kendime ilişkin duygularım başkalarının benim hakkımdaki düşünce ve sözlerine ilişkin inançlarımdan önemli ölçüde etkilenir.					
8. Birileri bana iyi görüldüğümü söylediğinde genel olarak kendimi daha değerli hissedirim.					
9. Birilerinin bana kötü davranmaları kendime verdiğim değeri etkilemez.					
10. Kendime verdiğim değer belirlenimden biri de diğer insanların benim için koydukları standartları ne ölçüde karşılayabildiğimdir.					
11. Birinin beni sevdiğini bilmemin kendime ilişkin duygularımı etkilemesine izin vermem.					
12. Davranışlarımla beklentilerimi karşılamaması kendimden memnun <u>olmamama</u> yol açar.					
13. Çok iyi görünmediğim bir günde bile kendimi değersiz hissetmem.					
14. Ne kadar güzel/yakışıklı görüldüğüm kendime ilişkin duygularımı önemli ölçüde etkiler.					
15. Reddedilsem bile kendime verdiğim değer etkilenmez.					

EK 10: Öznel İyi Olma Hali Ölçeği

Geçtiğimiz bir kaç hafta içinde aşağıdakileri hiç yaşadınız mı?		
2) Bir şeyden gerçekten heyecan duydum veya ilgilendim	Evet	Hayır
3) Bir yerde uzun süre durmayacak kadar huzursuz oldum	Evet	Hayır
4) Yaptığım iyi bir iş nedeniyle övgü aldığım için gurur duydum	Evet	Hayır
5) Çok yalnız hissettim ve insanlardan uzak durdum	Evet	Hayır
6) Bir şeyi başarıyla tamamladığım için mutlu oldum	Evet	Hayır
7) Canım sıkıldı	Evet	Hayır
8) Sevinçten dünyalar benim oldu	Evet	Hayır
9) Bunalımlı ya da çok mutsuz oldum	Evet	Hayır
10) İşlerim yolunda gitti	Evet	Hayır
11) Birisi tarafından eleştirildiğim için üzuldüm	Evet	Hayır

EK 11: Belirsizliğe Tahammülsüzlük Ölçeği

Aşağıda hayatın belirsizliklerine insanların nasıl tepki gösterdiklerini tanımlayan bir dizi ifade yer alma almaktadır. Bu ifadelerin sizi ne derece doğru yansıttığını, yanındaki rakamlardan size uygun olanı daire içine alarak belirtiniz

	Beni Hiç Tanımlamıyor		Beni Kısmen Tanımlıyor		Beni Tam Olarak Tanımlıyor
	1	2	3	4	5
1. Belirsizlik, sağlam bir fikre sahip olmamı engelliyor.					
2. Emin olamama, kişinin düzensiz olduğu anlamına gelir.					
3. Belirsizlik yaşamı katlanılmaz hale getiriyor.					
4. Yaşamda bir güvencenin olmaması adaletsiz bir durumdur.					
5. Yarın ne olacağını bilemezsem zihnim rahat olmaz.					
6. Belirsizlik beni rahatsız, endişeli ya da stresli yapıyor.					
7. Önceden kestirilemeyen olaylar beni alt üst ediyor.					
8. İhtiyaç duyduğum bilginin tümüne sahip olamamak beni engelliyor.					
9. Belirsizlik istediğim şekilde bir yaşam sürmemi engelliyor.					
10. Çok iyi planlanmışken bile beklenmeyen ufacık bir durum her şeyi bozabilir.					
11. Harekete geçme zamanı geldiğinde belirsizlik elimi kolumu bağıyor.					
12. Belirsizlik içinde olmam, benim en iyi olmadığımı gösterir.					
13. Emin olmadığım zaman, yapacaklarım konusunda ilerleyemiyorum.					
14. Emin olmadığım zaman çok iyi iş çıkartamıyorum.					
15. Benim aksime, diğer insanlar ne yapacaklarından emin gözüküyorlar.					
16. Belirsizlik beni kırılğan, mutsuz ya da hüzünlü kılıyor.					
17. Geleceğin benim için neler getireceğini her zaman bilmek isterim.					
18. Beklenmedik olaylara katlanamıyorum.					
19. En ufak bir şüphe bile harekete geçmemi engelliyor.					
20. Her şeyi önceden organize edebilmeliyim.					
21. Emin olamamam, güvensiz olduğum anlamına gelir.					
22. Başkalarının kendi geleceklerinden eminmiş gibi görünmeleri adaletsizliktir.					
23. Belirsizlik derin uyumamı engelliyor.					
24. Bütün belirsiz durumlardan uzaklaşmalıyım.					
25. Hayattaki belirsizlikler beni strese sokuyor.					
26. Geleceğimle ilgili kararsız olmaya katlanamıyorum.					

EK 12: Araştırma Amaçlı Çalışma için Aydınlatılmış Onam Formu

(Araştırmacının Açıklaması)

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Asiye YILDIRIM tarafından doktora tezi kapsamında yürütülen bu çalışmada, bireylerin benliği yüceltme ve koruma amaçlı başvurdukları stratejiler, temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyi, koşula bağlı benlik değeri ve genel benlik değeri arasındaki ilişkiler incelenmektedir. Bunun için bu formu okumayı bitirdikten sonra eğer araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız sizden bazı ölçekleri doldurmanız istenecektir. Ölçekleri içtenlikle doldurmanız araştırma verilerinin daha sağlıklı olmasını sağlayacağından bu konuda özenli davranmanız önem taşımaktadır. Çalışma, sadece bilimsel amaçla yapıldığından ölçeklere vereceğiniz yanıtlar ve yapacağınız göreve ilişkin tüm bilgileriniz bireysel düzeyde değerlendirilmeyecek ve kimseyle paylaşılmayacaktır.

Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Size araştırmaya ilişkin verilen bilgiler karşısında bu çalışmaya katılmayı reddedebilirsiniz. Çalışmanın herhangi bir aşamasında onayınızı çekme hakkına da sahipsiniz. Ancak bilgileri okuyup anladıktan sonra araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız lütfen bu formun sonundaki ilgili yeri imzalayınız.

(Katılımcının Beyanı)

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Asiye YILDIRIM tarafından doktora tezi kapsamında yürütülen bu çalışmaya ilişkin bilgilerin aktarılmasından sonra bu araştırmaya "katılımcı" olarak davet edildim. Bu araştırmaya katıldığım takdirde, uygulanacak olan veri toplama araçlarıyla benden toplanacak bilgilerin gizliliğine büyük özen ve saygı ile yaklaşılacağına inanıyorum. Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin ihtimamla korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Bu araştırmaya katılmak zorunda değilim ve katılmayabilirim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayı reddedersem, bu kararımın hiçbir olumsuz sonucu olmayacağını da biliyorum. Ayrıca, başta kabul ettiğim halde, araştırmanın yürütülmesi sırasında da herhangi bir neden göstermeksizin araştırmadan çekilebileceğim ve bu davranışımın bana hiçbir sakınca doğurmayacağı konusunda teminat aldım.

Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcı;

Adı, Soyadı :

Telefon No. :

İmza :

Katılımcı ile Görüşen Araştırmacı;

Adı, Soyadı :

Telefon No. :

İmza :

EK 13: Temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin orijinal formu

Relatedness Prime

Please read the following words and for each one, use four of the five words to complete a sentence, by putting the words in an order that makes sense. The researchers who developed this task are interested in your unique language style, and really appreciate and value your input. Do as best you can on your own, but please feel free to ask questions at any time; we are here to help and support you if you feel you need it.

E.G. books they be often read → Often they read books

- | | | |
|-----------------------------|---|-------|
| always we walk together and | → | |
| support I community my he | → | |
| apple was to the delicious | → | |
| is to this group my | → | |
| in we connected often feel | → | |
| often coffee but drink I | → | |
| very intimate we are have | → | |
| I our share like to | → | |
| book we the read top | → | |
| feel are sociable I usually | → | |
| to I them so relate | → | |
| we problems warm share our | → | |
| have I many to friends | → | |
| plant I like obvious that | → | |
| with and I them associate | → | |
| work we often together am | → | |
| care for them acting I | → | |
| at the new computer is | → | |
| are books to share with | → | |
| have by relationship a we | → | |

Autonomy Prime

Please read the following words and for each set, use four of the five words to complete a sentence by putting the words in an order that makes sense. Please feel free to complete the sentences in any way you choose (as long as the sentence makes sense). Just play around with the words in your head and see how they best fit together. There are no wrong answers, and many people find this task interesting and enjoyable.

E.G. books they be often read → Often they read books

options have I two and →

enjoy I freedom my he →

apple was to the delicious →

in we autonomous often are →

have by preference a we →

often coffee but drink I →

on choice we a have →

we today unconstrained were our →

book we the read top →

feel are choiceful I usually →

is to this opportunity my →

I to we choose so leave →

am I still for self-determined →

plant I like obvious that →

can self-regulate to usually I →

actions and my are independent →

now to I unrestricted am →

at the new computer is →

to go and I decided →

to our we classes selected →

Competence Prime

Please read the following words and for each set, use four of the five words to complete a sentence by putting the words in an order that makes sense. There is a lot of diversity in people's ability to complete this task and lots of people find it quite difficult. However, the task often gives people a sense of achievement and shows that they are capable of completing even challenging tasks.

E.G. books they be often read → Often they read books

competent feel I two often →

goals I accomplish my he →

apple was to the delicious →

in we effective often are →

have by skill a I →

often coffee but drink I →

on talented am I very →

we today capable were our →

book we the read top →

feel are clever I usually →

lot we learnt a by →

am I expert over the →

succeed my taken ability to →

plant I like obvious that →

am is usually easy it →

achieve I'm to able and →

now confidence display my I →

at the new computer is →

to feel proficient I can →

to produce good I work →

Neutral Prime

Please read the following words and for each set, use four of the five words to complete a sentence by putting the words in an order that makes sense.

E.G. books they be often read → Often they read books

is to here served lunch →

is the now desk wooden →

books they be often read →

apple was to the delicious →

here the by telephone is →

the shall brown was dog →

sale for by sweatshirts are →

pounds salad on costs two →

fence they but saw the →

often coffee but drink I →

on bookmark used the she →

two was had he hats →

plant I like obvious that →

book we the read top →

was sign a there too →

tablecloth after blue the is →

the walk fish swims slowly →

you coffee the is hot →

at the new computer is →

are pencils hers the it →

EK 14: Değişimleme kontrolünde kullanılan kelime tamamlama testinin orijinal formu

Basic Need Prime Manipulation Check

We are now interested in the way in which people form individual words. Please insert letters to make a word, and write the complete word in the box provided. There several correct ways of completing the words, but please enter the first thing that comes to mind. We are here to help if you get stuck, and really value your effort on this task.

B _ _ k	→	(Book)
S h _ r e	→	(Share)
P _ _ n t	→	(Plant)
R e _ _ t e	→	(Relate)
C l _ v e r	→	(Clever)
A _ _ l e	→	(Apple)
D e _ _ d e	→	(Decide)
F _ e e	→	(Free)
E x p _ _ t	→	(Expert)
S _ i l l	→	(Skill)
S e l _ _ _	→	(Select)
C o n _ e _ t	→	(Connect)

EK 15: Temel psikolojik ihtiyaçlar için bilişsel hazırlama görevinin uyarlanmış formu

İlişkisellik için Bilişsel Hazırlama

Lütfen aşağıdaki kelime gruplarını okuyunuz ve her grupta yer alan *beş kelimedenden dört tanesini kullanarak* anlamlı bir cümle oluşturunuz. Bu görevi hazırlayan araştırmacılar, sizin kendinize özgü ifade tarzınızla ilgilenmekte ve ortaya koyduğunuz ürünü gerçekten takdir etmekte ve değerli görmektedirler. Yapabileceğinizin en iyisini yapmaya çalışın ve lütfen soru sormaktan çekinmeyin. İhtiyaç duyduğunuzda yardım ve destek için buradayız.

Örnek: kitap onlar var sıklıkla okurlar → Onlar sıklıkla kitap okurlar

- | | | |
|---|---|-------|
| daima biz yürürüz birlikte ve | → | |
| onlar veririm yakın destek çevreme | → | |
| elma meyvedir bir lezzetli yöne | → | |
| kişiler grubumdandır bu ve benim | → | |
| içinde çoğunlukla hissederiz bağlı birbirimize | → | |
| çoğu kahve ama içerim kez | → | |
| çok yakınız biz gerçekten sahibiz | → | |
| çok ben paylaşmaktan bizim hoşlanırım | → | |
| kitap biz bazen yukarı okuruz | → | |
| hissederim olurum sosyal kendimi genellikle | → | |
| kururum ben onlarla var ilişki | → | |
| biz sorunlarımızı sıcak paylaşırız birbirimizle | → | |
| var benim birçok yöne arkadaşım | → | |
| bitkiden ben hoşlanırım açık bu | → | |
| ederim ve ben onlarla arkadaşlık | → | |
| çalışırız biz çoğunlukla birlikte ben | → | |
| önem veririm onlara davranmak ben | → | |
| de bu yeni bilgisayar olandır | → | |
| vardır kitaplar için paylaşmak ile | → | |
| var tarafından ilişkimiz bir bizim | → | |

Özerklik için Bilişsel Hazırlama

Lütfen aşağıdaki kelime gruplarını okuyunuz ve her grupta yer alan beş kelimedenden dört tanesini kullanarak anlamlı bir cümle oluşturunuz. Cümleleri oluştururken (cümle bir anlam verene kadar) herhangi bir yolu seçebilirsiniz. Bu konuda özgürsünüz. Zihninizde bu kelimelerle oynayarak en uygun nasıl bir araya geldiklerini keşfedin. Burada yanlış cevap yoktur ve birçok insan bu görevi ilginç ve eğlenceli bulmaktadır.

Örnek: kitap onlar var sıklıkla okurlar → Onlar sıklıkla kitap okurlar

- | | | |
|--|---|-------|
| seçeneğim var benim iki ve | → | |
| olmaktan onlar keyif özgür alırım | → | |
| elma meyvedir bir lezzetli yöne | → | |
| içinde biz özerk çoğunlukla hissederiz | → | |
| var tarafından tercih hakkımız bizim | → | |
| çoğu kahve ama içerim kez | → | |
| üzerinde hakkımız seçme bizim var | → | |
| başkası kısıtlanmamış tarafından hissettik bizim | → | |
| kitap biz bazen yukarı okuruz | → | |
| değiştirmede hissederim vardır özgür tercihlerimi | → | |
| yakaladım var ben fırsatı bu | → | |
| ben yöne ederim tercih ayrılmayı | → | |
| veririm kendim yön yaparım yaşamıma | → | |
| bitkiden ben hoşlanırım açık bu | → | |
| düzenleyebilirim yaşamımı yöne genellikle kendim | → | |
| davranışlarım ve gerçekleşir bağımsız başkalarından | → | |
| tarafından yöne sınırlanmamış hissediyorum başkaları | → | |
| de bu yeni bilgisayar olandır | → | |
| verdim gitmeye ve kendim karar | → | |
| yöne aldığımız biz dersleri seçtik | → | |

Yetkinlik için Bilişsel Hazırlama

Lütfen aşağıdaki kelime gruplarını okuyunuz ve her grupta yer alan beş kelimedenden dört tanesini kullanarak anlamlı bir cümle oluşturunuz. Bu görevi tamamlama konusunda bireylerin becerilerinde büyük farklılıklar vardır ve birçok insan bu görevi oldukça zor bulmaktadır. Ancak, bu görev çoğunlukla insanların başarı hissi yaşamalarını sağlamakta ve onlara zorlayıcı bile olsa bir görevi tamamlayabilme konusunda yetkin olduklarını göstermektedir.

Örnek: kitap onlar var sıklıkla okurlar → Onlar sıklıkla kitap okurlar

- | | | |
|---|---|-------|
| yetkin hissederim kendimi olurum çoğunlukla | → | |
| amaçlarıma başarılı ulaşmada olurum onlar | → | |
| elma meyvedir bir lezzetli yöne | → | |
| içerisinde biz etki çoğunlukla yaratırız | → | |
| var tarafından bu becerim alanda | → | |
| çoğu kahve ama içerim kez | → | |
| üzerinde yetenekli biriyim ben çok | → | |
| kendimizi bugün yeterli bizim hissettik | → | |
| kitap biz bazen yukarı okuruz | → | |
| hissederim olurum zeki kendimi genellikle | → | |
| çok biz öğrendik şey tarafından | → | |
| uzmanım ben üstünde işlerde bu | → | |
| sahip başarma biriyim yeteneğine ve | → | |
| bitkiden ben hoşlanırım açık bu | → | |
| sahibim genellikle kolaydır işler bu | → | |
| başarılı ben kapasitedeyim olabilecek ve | → | |
| şimdi güvenimi gösterebilirim yöne kendime | → | |
| de bu yeni bilgisayar olandır | → | |
| görebiliyorum yöne uzmanlaşmış kendimi gibi | → | |
| çıkartırım var iyi çoğunlukla iş | → | |

Nötr Koşul için Bilişsel Hazırlama

Lütfen aşağıdaki kelime gruplarını okuyunuz ve her grupta yer alan beş kelimedenden dört tanesini kullanarak anlamlı bir cümle oluşturunuz.

Örnek: kitap onlar yapar sıklıkla okur → Onlar sıklıkla kitap okurlar

- | | | |
|--|---|-------|
| vardır kim servisi öğlen yemeği | → | |
| malzemesi şimdi ahşaptır masanın bu | → | |
| yaptılar arasına tarafından bahçelerin çit | → | |
| elma meyvedir bir lezzetli yöne | → | |
| köşede tarafından telefon şu durmaktadır | → | |
| bu şimdi köpektir bir kahverengi | → | |
| indirim kıyafetlerde tarafından bu var | → | |
| liradır salatanın üzerinde beş ücreti | → | |
| toprak onlar ama gördüler yolu | → | |
| çoğu kahve ama içerim kez | → | |
| üzerinde ayracı kullanır kitap o | → | |
| farklı vardı şapkaları kullanır onun | → | |
| bitkiden ben hoşlanırım açık bu | → | |
| kitap biz bazen yukarı okuruz | → | |
| vardı işaret bir orada onlar | → | |
| örtüsü sonra masa mavidir bu | → | |
| bu yürür balık yüzer yavaş | → | |
| sen kahve bu sıcaktı çok | → | |
| de bu yeni bilgisayar olandır | → | |
| aittir çok kalemler bu ona | → | |

EK 16: Birinci ön çalışmada Değişimleme kontrolü için kullanılan kelime tamamlama testi

Değişimleme Kontrolü için Kelime Tamamlama Görevi

İlişkisellik koşulu için değişimleme kontrolü amaçlı Kelime Tamamlama Görevi'nin yönergesi: "Burada, insanların eksik harfleri tamamlayarak kelimeleri nasıl tamamladıkları ile ilgilenmekteyiz. Lütfen bir kelime oluşturmak için boş yerlere harfler yerleştirin ve yanındaki boşluğa tamamladığınız kelimeyi yazın. **Yardıma ihtiyaç duyarsanız biz buradayız ve bu görevdeki çabanıza gerçekten önem veriyoruz.**"

Özerklik koşulu için değişimleme kontrolü amaçlı Kelime Tamamlama Görevi'nin yönergesi: "Burada, insanların eksik harfleri tamamlayarak kelimeleri nasıl tamamladıkları ile ilgilenmekteyiz. Lütfen bir kelime oluşturmak için boş yerlere harfler yerleştirin ve yanındaki boşluğa tamamladığınız kelimeyi yazın. **Kelimeleri tamamlamak için birden fazla doğru yol var, ancak lütfen aklınıza gelen ilk kelimeyi yazınız.**"

Yetkinlik koşulu için değişimleme kontrolü amaçlı Kelime Tamamlama Görevi'nin yönergesi: Burada, insanların eksik harfleri tamamlayarak kelimeleri nasıl tamamladıkları ile ilgilenmekteyiz. Lütfen bir kelime oluşturmak için boş yerlere harfler yerleştirin ve yanındaki boşluğa tamamladığınız kelimeyi yazın. **Birçok kişi bu görevi oldukça zor bulmaktadır, ancak siz sadece elinizden gelenin en iyisini yapın.**

Nötr koşul için değişimleme kontrolü amaçlı Kelime Tamamlama Görevi'nin yönergesi: "Burada, insanların eksik harfleri tamamlayarak kelimeleri nasıl tamamladıkları ile ilgilenmekteyiz. Lütfen bir kelime oluşturmak için boş yerlere harfler yerleştirin ve yanındaki boşluğa tamamladığınız kelimeyi yazın."

- | | | |
|---------------|---|-------|
| K _ _ _ p | → | |
| B _ _ _ i | → | |
| El _ _ | → | |
| P _ _ _ _ mak | → | |
| Ö _ _ _ _ mek | → | |
| B _ _ _ _ lık | → | |
| Öz _ _ _ | → | |
| Te _ _ i _ | → | |
| Ka _ a _ | → | |
| Akı _ _ l | → | |
| Ba _ _ _ mak | → | |
| Y _ _ _ _ ek | → | |

Uyarlanmış Kelime Tamamlama Görevi	
K _ _ _ p → Kitap (olası çözümler: kasap, kutup, kebab)	Nötr
B _ _ _ i → Bitki (olası çözümler: bekçi, belki, bilgi)	Nötr
El _ _ → Elma (olası çözümler: elçi, elit, elli)	Nötr
P _ _ _ _ mak → Paylaşmak (olası çözümler: planlamak, parlatmak, patlatmak)	İlişkiselik
Ö _ _ _ _ mek → Önemsemek (olası çözümler: özümsemek, özetlemek)	İlişkiselik
B _ _ _ _ lık → Bağlılık (olası çözümler: bakanlık, bataklık, beyazlık)	İlişkiselik
Öz _ _ _ → Özgür (olası çözümler: özgün, özdeş, öznel)	Özerklik
Te _ _ i _ → Tercih (olası çözümler: tehdit, teklif, teslim)	Özerklik
Ka _ a _ → Karar (olası çözümler: kadar, kanal, kapak, kaçak)	Özerklik
Akı _ _ ı → Akıllı (olası çözümler: akıntı, akılcı, akıncı)	Yetkinlik
Ba _ _ _ mak → Başarmak (olası çözümler: başlamak, bayılmak, batırmak, basılmak)	Yetkinlik
Y _ _ _ _ ek → Yetenek (olası çözümler: yürümek, yiyecek)	Yetkinlik

EK 17: Asıl deneyde kullanılan kelime tamamlama testi

Ki___	→	-----
B__k__	→	-----
El__	→	-----
B_ş____	→	-----
Y_____ek	→	-----
B_l_i	→	-----
Ö__ü__	→	-----
İ_a_e	→	-----
Ka_a_	→	-----
Ya____lık	→	-----
D____ek	→	-----
S_____en	→	-----

EK 18: Deneysel Çalışmada Kullanılan Aydınlatılmış Onam Formu

ARAŞTIRMA AMAÇLI ÇALIŞMA İÇİN AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

(Araştırmacının Açıklaması)

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Asiye YILDIRIM tarafından doktora tezi kapsamında yürütülen bu çalışmada, bireylerin benliğe yönelik başarısızlık geribildirimi gibi bir benlik tehdidi ile karşılaştıklarında, benliği yüceltme ve koruma yönündeki güdüler çerçevesinde kullanılan stratejilerden biri olarak bellekte olumsuz bilginin ihmalinin nasıl etkilendiği incelenmektedir. Dahası, benlik tehdidi karşısında bu stratejiye başvurmanın bireylerde temel psikolojik ihtiyaçlar olarak tanımlanan özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının bir bilişsel hazırlama göreviyle desteklendiğinde, farklılaşmış farklılaşmadığı araştırma konusudur.

Benliği yüceltme ve koruma güdülerini, bireylerde benliklerine ilişkin olumlu görüşlerini devam ettirme ve olumsuz bilgilerden kaçınma yönünde, bireylerin kendini kabul düzeyini attırması ya da bu düzeyin azalmasını engellemesi açısından işlev görmek ve birey bu amaçla çeşitli stratejilere başvurmaktadır. Bu çalışmada, bellek süreçlerinde olumsuz bilgilerin ihmali stratejisi üzerinde durulmaktadır. Bu ihmal bireylerin olumsuz ve başarısızlıkla ilgili deneyimlerini seçici şekilde unutması, olumlu deneyimlerini ve başarılarını ise daha sık hatırlaması yönündeki eğilimine karşılık gelmektedir. Bireylerin benliği yüceltme ve koruma yönündeki stratejilere başvurmasında rol oynayan temel etkenlerden biri benliğe yönelik bir tehdidin olmasıdır. Bireyin bir performansına ilişkin başarısızlık geribildirimi bu tür bir tehdittir ve bu çalışmada bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisi üzerindeki etkisi incelenmektedir. Ayrıca bu çalışmada, benliğe yönelik tehdidin, benliği yüceltme ve koruma stratejisi üzerindeki etkisinin hangi koşullar altında nasıl gerçekleştiğini görebilmek amacıyla temel psikolojik ihtiyaçların düzenleyici rolü üzerinde durulmaktadır.

Özetle, benliğe yönelik bir tehdidin varlığında işlevsel görünen benliği yüceltme ve korumanın, bireyin benlik bütünlüğü, psikolojik büyüme sağlaması ve psikolojik iyi olma hali açısından önemli olan temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmadığı veya engellendiği durumlarda işlevsel olduğunu söylemek mümkün olabilir. Bu açıdan, bellekte olumsuz bilginin ihmali stratejisinde, başarısızlık geribildirimi türünde benliğe yönelik bir tehdidin ne derece etki yaratacağı sorusunda, üç temel psikolojik ihtiyacın (özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik) karşılanma düzeyinin önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir.

Başlangıçta araştırma verilerinin sağlıklı bir biçimde toplanmasını sağlamak ve yanlışlıklarını engellemek amacıyla size bazı yanlış bilgiler verilmiştir. Bu durumdan ötürü içtenlikle özür dileriz. Eğer bu koşullar karşısında araştırmaya katılmayı ve verilerinizin kullanılmasını kabul etmezseniz, bu saygıyla karşılanacak ve verileriniz imha edilecektir. Ancak eğer katılımınızı onaylarsanız, çalışma sadece bilimsel amaçla yapıldığından sizden elde edilen yanıtlar ve yaptığınız göreve ilişkin tüm bilgileriniz bireysel düzeyde değerlendirilmeyecek ve kimseyle paylaşılmayacaktır.

Sözü edildiği gibi araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalıdır. Ancak bilgileri okuyup anladıktan sonra araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız lütfen bu formun sonundaki ilgili yeri imzalayınız.

(Katılımcının Beyanı)

Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Doktora Programı öğrencisi Asiye YILDIRIM tarafından doktora tezi kapsamında yürütülen bu çalışmaya "katılımcı" olarak davet edildim. Bu araştırma kapsamında uygulanmış olan veri toplama araçlarıyla benden toplanan bilgilerin gizliliğine büyük özen ve saygı ile yaklaşılacağına inanıyorum. Araştırma sonuçlarının bilimsel amaçlarla kullanımı sırasında kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda bana yeterli güven verildi. Bu araştırmaya katılmak zorunda değildim ve katılmayabilirdim. Araştırmaya katılmam konusunda zorlayıcı bir davranışla karşılaşmış değilim. Eğer katılmayı reddedersem, bu kararımın hiçbir olumsuz sonucu olmayacağını da biliyorum. Bana yapılan tüm açıklamaları ayrıntılarıyla anlamış bulunmaktayım. Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcı;

Adı, Soyadı :
Telefon No. :
İmza :

Katılımcı ile Görüşen Araştırmacı;

Adı, Soyadı :
Telefon No. :
İmza :

EK 19: Metinde geçen bazı Türkçe kavramların İngilizce karşılıkları

Ahlaki ikiyüzlülük: Moral hypocrisy

Aşağı doğru gerçek karşıtı düşünme:
downward counterfactual thinking

Bellekte olumsuz bilginin ihmali: mnemonic neglect

Benlik bütünlüğü: self-integrity

Benlik değeri: self-esteem

Benlik duyarlığı: self-compassion

Benlik tehdidi: self-threat

Benliğe değer biçme: self-assessment

Benliğe hizmet eden yükleme yanlılıkları: self-serving bias

Benliği değerlendirme: self-evaluation, self-appraisal

Benliği doğrulama: self-verification

Benliği geliştirme: self-improvement

Benliği koruma: self-protection

Benliği onaylama: self-affirmation

Benliği onaylayan yansımalar: self-affirming reflections

Benliği yüceltme: self-enhancement

Erteleme: procrastination

Geliştirici odak: promotion focus

Gerçekçi olmayan iyimserlik: unrealistic optimism

Gösteriş amaçlı tüketim: Conspicuous consumption

Güvenli benlik değeri: secure self-esteem

Kaçınma yönelimli benliği yüceltme:
avoidance-oriented self-enhancement

Karşılaştırmalı iyimserlik: comparative optimism

Kendini engelleme: self-handicapping

Kendini geri planda tutma: self-effacement

Kendini kandırma: self-deception

Kırılgan benlik değeri: fragile self-esteem

Kontrol edilen yönelim: controlled orientation

Kontrol yanılsamaları: illusion of control

Koruyucu odak: prevention focus

Mazeret bulma: excuse-making

Nedensellik yönelimleri: causality orientations

Olumlu yanılsamalar: positive illusions

Olumlu yapılandırma: favorable construals

Olumluluğu benimseme: positivity embracement

Ortalamanın üstü etkisi: above-average effect

Özerk yönelim: autonomous orientation

Savunuculuk: defensiveness

Seçici dikkat: selective attention

Seçici kabul etme: selective acceptance

Seçici maruz kalma: selective exposure

Seçici reddetme: selective refutation,

Stratejik sosyal karşılaştırmalar yapma:
strategic social comparisons

Stratejik yapılandırma: strategic construal

Yaklaşma yönelimli benliği yüceltme:
approach-oriented self-enhancement

Yeteneksizliğe ilişkin sahte benlik temsili:
sandbagging

EK 20: Etik Kurul Onay Yazısı

T.C.
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ
Genel Sekreterlik

Sayı : 76000869/ 433-2962

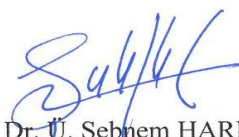
04 Eylül 2014

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi: 12.08.2014 tarih ve 3795 sayılı yazınız

Enstitünüz Psikoloji Anabilim Dalı doktora programı öğrencilerinden **Asiye YILDIRIM**'ın Prof. Dr. Deniz ŞAHİN danışmanlığında hazırladığı “**Benliğe Yönelik Tehditlerin Benliği Yüceltme Stratejisi ile İlişkinin Kendini Belirleme Kuramı Açısından İncelenmesi**” başlıklı tez çalışması Üniversitemiz Senatosu Etik Komisyonunun **28 Ağustos 2014** tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, etik açıdan uygun bulunmuştur.




Bilgi ve gereği için rica ederim.


 Prof. Dr. Ü. Şebnem HARPUR
 Rektör a.
 Rektör Yardımcısı

Ek: Tutanak

H. Bey

EK 21: Orijinallik Raporu

	HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ YÜKSEK LİSANS/DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU
HACETTEPE ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞI'NA	
Tarih: 10/07/2015	
<p>Tez Başlığı / Konusu: BENLİĞE YÖNELİK TEHDİDİN BENLİĞİ YÜCELTME VE KORUMA İLE İLİŞKİSİ: KENDİNİ BELİRLEME KURAMI AÇISINDAN BİR İNCELEME</p>	
<p>Yukarıda başlığı/konusu gösterilen tez çalışmamın a) Kapak sayfası, b) Giriş, c) Ana bölümler ve d) Sonuç kısımlarından oluşan toplam 163 sayfalık kısmına ilişkin, 10/07/2015 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezin benzerlik oranı % 2'dir.</p>	
<p>Uygulanan filtrelemeler:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Kabul/Onay ve Bildirim sayfaları hariç, 2- Kaynakça hariç 3- Alıntılar hariç/dâhil 4- 5 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç 	
<p>Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Çalışması Orjinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Uygulama Esasları'nı inceledim ve bu Uygulama Esasları'nda belirtilen azami benzerlik oranlarına göre tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.</p>	
<p>Gereğini saygılarımla arz ederim.</p>	
 10.07.2015	
<p>Adı Soyadı: ASİYE YILDIRIM</p> <p>Öğrenci No: N09148756</p> <p>Anabilim Dalı: PSİKOLOJİ</p> <p>Programı: SOSYAL PSİKOLOJİ</p> <p>Statüsü: <input type="checkbox"/> Y.Lisans <input checked="" type="checkbox"/> Doktora <input type="checkbox"/> Bütünleşik Dr.</p>	
<u>DANIŞMAN ONAYI</u>	
UYGUNDUR.	
 Prof. Dr. Deniz Şahin	

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Asiye YILDIRIM
Doğum Yeri ve Tarihi : Ankara – 25.04.1983

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Ankara Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, 2006
Yüksek Lisans Öğrenimi : Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Psikoloji ABD, 2009
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce
Bilimsel Faaliyetleri :

Ulusal bilimsel toplantılarda sunulan bildiri kitabında basılan bildiriler:

Beşikci, E., & Yıldırım, A. (2007, Haziran). *Üniversite öğrencileri arasında feminist temsili*. I. Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi, Sözel Bildiri, İzmir.

Çiffiliz, G., Yıldırım, A., Yüksel, G., Ceylan, S., & Nelson, C. (2007, Haziran). *Örtük kişilik kuramlarının yapısına ve ölçümüne çok boyutlu yaklaşım: Türkiye'deki yapının belirlenmesi ve Amerika ile kültürlerarası karşılaştırma*. I. Psikoloji Lisansüstü Öğrencileri Kongresi, Sözel Bildiri, İzmir.

Yıldırım, A., & Beşikci, E. (2010, Nisan). *Romantik İlişkilerde Yatırım Modeli Boyutlarının ve Öznel Normların Bağışlamadaki Rolü*. 16. Ulusal Psikoloji Kongresi, Sözel bildiri, Mersin.

Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitabında (Proceeding) basılan bildiriler

Yıldırım, A., & Şahin, D. (2011, July). *Linking Attachment Styles to Forgiveness in Close Relationships: The Mediating Role of Responsibility Attributions*. The 12th European Congress of Psychology, İstanbul.

Çiffiliz, G., **Yıldırım, A.**, Öner, M. İ., & Şahin, D. (2011, July). *Testing the Validity and Reliability of the Regulatory Focus Strategies Scale and Its Relations with the Need for Cognition and Belief in a Just World Variables*. The 12th European Congress of Psychology, İstanbul.

Çiffiliz, G., **Yıldırım, A.**, Öner, M. İ., & Şahin, D. (2011, July). *The Development of A New Conservatism Scale and Its Relations with Regulatory Focus, the Need for Cognition and Intolerance of Uncertainty Variables*. The 34th International Society of Political Psychology, İstanbul.

Yıldırım, A., & Şahin, D. (2015, February). *A Preliminary Examination of Relationships Among Basic Psychological Needs, Intolerance of Uncertainty, Contingent Self-Esteem, Global Self-Esteem, and Subjective Well-Being*. The 16th Annual Meeting of the Society for Personality and Social Psychology, Long Beach.

İş Deneyimi

Stajlar :
 Projeler :
 Çalıştığı Kurumlar : 2009-2010 : Adalet Bakanlığı, Aile Mahkemesi
 2010- : Maltepe Üniversitesi, Psikoloji Bölümü

İletişim

E-Posta Adresi : asiyeyldrm@gmail.com

Tarih