



T.C.

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİĞİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI
VE BENLİK SAYGISI İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Müge ÇELİKEL

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Sinan CANAN

İSTANBUL - 2019

T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

**NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİĞİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI
VE BENLİK SAYGISI İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Müge ÇELİKEL

164102260

Tez Danışmanı

Prof. Dr. Sinan CANAN

İSTANBUL – 2019



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 164102260
Öğrenci Adı Soyadı	: Müge Çelikel
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Sinan CANAN
Tezin Başlığı	: Narsistik Kişilik Özelliğinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 27.02.2019	Saati	: 11:00
Öğrenci Savunmaya	: ☒ GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı, ☒ OY BİRLİĞİ ☐ OY ÇOKLUGU ☒ Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir. ☐ Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay) ☐ Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: ☒ Değişmedi. ☐ Değişti.		
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: ☐ GELMEDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı, ☐ OY BİRLİĞİ ile REDDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Sinan Canan	
Üye	Dr. Öğr. Üyesi Hüseyin Ünübol	
Üye	Doç. Dr. Korkut Ulucan	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİĞİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE BENLİK SAYGISI İLE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ" adlı çalışmanın; tarafımdan bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını, yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu ve bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla doğrularım.

Tarih: 27.02.2019

Ad-Soyad: Müge ÇELİKEL



TEŞEKKÜRLER

Bu araştırmada bana zaman ayırarak yol gösteren danışmanım Sinan CANAN'a, okul ve iş hayatıma manevi destek olan annem Nilgün ÇELİKEL'e, umudumu her kaybettiğimde yanımda olan, yardımcı olan, desteğini esirgemeyen canım dostlarım Uzm. Psk. Tuğba GÜLLE, Uzm. Psk. Nazlı Sena BOZDOĞAN, Psk. Fatma Kübra GÜRBÜZ, Psk. İlayda CAKCAK, Uzm Psk. Gizem İLHAN, Psk. Dnş. Yıldız KURT, Abdulkadir ÖNAL, Suat KÜÇÜK, C. Hakkı ZARİÇ, Kılınçlı AİLESİ, Harun KEÇECİ ve Setenay KARADAŞ'a, 4 yıl boyunca birlikte çalıştığım Mucize Çocuk Özel Eğitim Kurumu'ndaki öğretmen arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Müge ÇELİKEL

İstanbul, 2019

ÖNSÖZ

Narsizm psikolojinin doğumuyla beraber günümüze kadar farklı ekollerden kuramcılarının ilgisini çeken bir kavram olmuştur. Narsizm, ilk kez Havelock Ellis (1898), sonrasında Freud (1914-1957), Kohut (1977) gibi birçok araştırmacı tarafından kapsamlı bir şekilde incelenmiş ve bir fenomen haline gelmiştir (Demirci ve Ekşi, 2017). Narsizm, bireyin kendi beden imajına, ruhsal benliğine ve kimliğine karşı duyduğu aşırı ilgidir (Seward, 2007). Narsizm normal ve patolojik olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Normal narsizm kişinin benliğiyle ilgili olumlu tepkiler vermesi, başarılarından gurur, hatalarından ötürü öfke ve utanç duyması gibi duyguların yaşanmasına; patolojik narsizm ise bireyin benliğini tehdit eden olaylara karşı korunmasına ilişkin geliştirdiği savunma mekanizmaları ve kişilik organizasyonudur (Rozenblatt, 2002). Günümüzde yapılan son araştırmalarda narsizm, sağlıklı narsizmi de kapsayacak şekilde tanımlanmaya başlandı. Peyvasteghar'a göre narsisizm, patolojik narsisizmden sağlıklı narsisizme uzanan bir süreklilik olarak tanımlanabilir. Bu devamlılık bir uçtan benlik saygısı ile başlar ve diğer uçta dejeneratif depresyona yol açar (Peyvasteghar, Yazdi, Mokhtari, 2012). Narsizmin olumlu ve olumsuz etkileri olduğu düşünülmektedir. Bazı olumlu sonuçlara göre depresyonu azaltıp, dışa dönüklük ve iş hayatında daha yüksek bir performansa neden olurken, öte yandan aşırı özgüven ve empatiği eksikliği gibi olumsuz sonuçlar da narsizmin bir parçasıdır (Mohammadzadeh, 2009, Rhodewalt, Madrian, Cheney, 1998).

Günümüzde her yaştan ve sosyal çevreden kesimden insanın, özellikle de genç nüfusun vurguladığı konulardan birisi fiziksel görünüştür. Sosyal medyanın, sosyal çevrenin, dergilerin, haberlerin, medyanın etkisiyle, insanlar; yeteneklerini, statüsünü ve fiziksel görünüşlerini sergilemektedirler. Başkaları tarafından iyi bir izlenim bırakamayacağını düşünen bireyler sosyal görünüşleriyle ilgili endişe yaşarlar. (Leary vd., 1988). Böylece bireyler sosyal çevrelerinde olumlu izlenim yaratmayı ve onların davranışlarının da bu yönde olmasını tercih ederler. Ancak bazı insanlar bu konuda diğerlerine oranla daha fazla kaygı duymaktadır. Bu durum, bireylerin sosyal görünüş kaygılarına işaret etmektedir.

Benlik saygısı kavramı psikoloji literatüründe üzerinde en çok durulan ve ruh sağlığında etkili olan kavramlardandır (Çuhadaroğlu, 1987; Pope ve Mchale, 1988). Bireyin kendisini değerlendirmesi ve yaptığı değerlendirme sonucunda kendisini kabul etmesi, benimsemesi ve sevmesi anlamına gelmektedir. Benlik saygısı, benliğin gelişimi ile gelişmeye başlamakta ve gelişimi yaşam boyu sürmektedir. Benlik saygısını arttırmaya yönelik müdahaleler, bireylerin

daha narsist veya antisosyal olmalarına yol açabilmektedir (Dweck, Chiu, Hong, 1995; Mueller ve Dweck, 1998; Baumeister, Smart, Boden, 1996).

Bu araştırmada narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin belirlenmesi hedeflenmiştir. Çalışmanın birinci bölümünde narsistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı konusunda literatür taranmış ve bu doğrultuda kuramsal bilgiler verilmiştir. İkinci bölümünde yöntemi, üçüncü bölümünde bulguları tablolar ile birlikte açıklanmıştır. Dördüncü bölümde araştırmadan elde edilen sonuçlar ile daha önce yapılan araştırma sonuçları karşılaştırılmış, araştırmanın sınırlılıkları ifade edilmiş ve önerilerde bulunulmuştur.

Bu araştırmada bana zaman ayırarak yol gösteren danışmanım Sinan CANAN'a, okul ve iş hayatıma manevi destek olan annem Nilgün ÇELİKEL'e, umudumu her kaybettiğimde yanımda olan, yardımcı olan, desteğini esirgemeyen canım dostlarım Uzm. Psk. Tuğba GÜLLE, Psk. İlayda ÇAKCAK, Psk. Fatma Kübra GÜRBÜZ, Uzm. Psk. Nazlı Sena BOZDOĞAN, Uzm Psk. Gizem İLHAN, Psk Danışman Yıldız KURT, Abdulkadir ÖNAL, Suat KÜÇÜK, C.Hakkı ZARİÇ, Kılınçlı AİLESİ, Harun KEÇECİ ve Setenay KARADAŞ'a, 4 yıl boyunca birlikte çalıştığım Mucize Çocuk Özel Eğitim Kurumu'ndaki öğretmen arkadaşlarıma çok teşekkür ederim.

Araştırmanın Hipotezleri;

H₁: Narsistik kişilik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır. Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre sosyal görünüş kaygısı düşüktür.

H₂: Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre benlik saygısı yüksektir.

H₃: Sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Sosyal görünüş kaygısı puanları düşük olan bireylerin benlik saygısı puanları da yüksektir.

H₄: Cinsiyet değişkeninin sosyal görünüş kaygısı üzerinde bir etkisi vardır. Kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanları erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarından daha yüksektir.

ÖZET

(ÇELİKEL, Müge, Yüksek Lisans, İstanbul, 2019)

Narsistik Kişilik Özelliklerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu çalışmada, narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ile arasındaki ilişkinin incelenmesi araştırılmıştır. Bu doğrultuda yaşları 18 ile 30 arasında olan 167 (80 kadın, 87 erkek) katılımcıdan veri toplanmıştır. Ölçme aracı olarak katılımcılara Demografik Bilgi Formu, Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği uygulanmıştır. Araştırma sonucunda sosyal görünüş kaygısı erkek katılımcılarda kadınlara göre daha yüksek, benlik saygısı puanlarında ise kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Narsistik kişilik özellikleri ve sosyal görünüş kaygısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulgulanmıştır. Narsistik kişilik özellikleri yüksek olan bireylerin sosyal görünüş kaygısı yüksek, sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerin ise benlik saygısı düşüktür. Narsistik kişilik özellikleri ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Sosyal görünüş kaygısı üzerinde benlik saygısı narsistik kişilik tutumuna göre daha fazla etkili olduğu bulgulanmıştır. Bireylerin sosyal görünüş kaygıları narsistik tutumlarına göre daha çok benlik saygılarından etkilendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Narsistik Kişilik, Sosyal Görünüş Kaygısı, Benlik Saygısı.

ABSTRACT

(ÇELİKEL, Müge, Master Of Science, İstanbul, 2019)

Investigation of the Relationship between Social Appearance Anxiety and Self Esteem of Narcissistic Personality Characteristics

In this study, the relationship between narcissistic personality traits on social appearance anxiety and self-esteem were investigated. Accordingly, data were collected from 167 (80 female, 87 male) participants aged between 18 to 30 years. Demographic Information Form, Narcissistic Personality Inventory, Social Appearance Anxiety Scale and Rosenberg Self-Esteem Scale were applied to the participants. As a result of the research, it was found that the social appearance anxiety was higher in the male participants compared to the female participants and the self-esteem scores were higher in the female participants compared to the male participants. There was a significant positive relationship between narcissistic personality traits and social appearance anxiety, a significant negative relationship between social appearance anxiety and self-esteem. It is detected that, there was a significant positive relationship between narcissistic personality traits and social appearance anxiety, a significant negative relationship between social appearance anxiety and self-esteem. Self-esteem was found to be more effective than the narcissistic personality attitude on social appearance anxiety. It is concluded that, social appearance concerns of individuals according to their narcissistic attitudes were more effected than their self-esteem.

Keywords: Narcissistic Personality, Social Appearance Anxiety, Self-Esteem.

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ	i
TEŞEKKÜRLER	ii
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar.....	ix
KISALTMALAR.....	x
BÖLÜM I.....	1
NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİĞİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	1
1.1 NARSİSTİK KİŞİLİK.....	1
1.1.1 Narsizm Tanımı	1
1.1.2 Narsizm Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	1
1.1.3 Normal ve Patolojik Narsizm	5
1.1.4 Narsizmin Ayrımsal Boyutları.....	7
1.1.5 Narsistik Kişilik Bozukluğu	8
2.1 SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI.....	10
3.1 BENLİK SAYGISI.....	17
3.1.1 Benlik.....	17
3.1.2 Benlik Kavramı Gelişimiyle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar	18
3.1.3 Benlik Saygısı	19
3.1.4 Benlik Saygısının Önemi	22
3.1.5 Benlik Saygısının Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar	23
BÖLÜM II.....	27
YÖNTEM.....	27
2.1. Araştırmanın Amacı.....	27
2.2. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	27
2.3. Araştırmanın Modeli.....	27
2.4. Araştırmanın Örneklemi	27
2.5. Veri Toplama Aracı	28

2.6. Araştırmanın İşlemi	29
2.7. Verilerin Analizi	29
BÖLÜM III	31
BULGULAR	31
3.1. Betimsel Bulgular	31
3.2. Yaş Değişkenine Göre Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	32
3.3. Cinsiyet Değişkenine Göre Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	33
3.4. Değişkenler Arası İlişkiye Ait Bulgular	34
BÖLÜM IV	37
TARTIŞMA	37
SONUÇ VE ÖNERİLER	42
KAYNAKÇA	43
EKLER	68
EK-1.SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU	68
EK.2-NARSİSTİK KİŞİLİK ENVANTERİ (NPI)	69
EK.3- SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ (SGKÖ)	71
EK.4- ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ.....	73
ÖZGEÇMİŞ	74

TABLÖLAR

3-1 Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....	36
3-2 Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler.....	36
3-3 Tablo 3.Yaş Değişkenine Göre Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	37
3-4 Tablo 4. Narsistik Kişilik Envanteri Puanları, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları	38
3-5 Tablo 5.Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları... ..	39

KISALTMALAR

APA: American Psychiatric Association

DSM: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

NPI: Narcissistic Personality Inventor



BÖLÜM I

NARSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİĞİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE BENLİK SAYGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu bölümde narsistik kişilik, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı konuları kuramsal ve kavramsal çerçevede ele alınmıştır.

1.1 NARSİSTİK KİŞİLİK

1.1.1 Narsizm Tanımı

Narsizm psikolojinin doğumuyla beraber günümüze kadar farklı ekollerden kuramcılarının ilgisini çeken bir kavram olmuştur. Narsizm terimini ilk kez kullanan Havelock Ellis (1898), psikanalizde Freud (1914-1957), kendilik psikolojisinde Kohut (1977), klinik psikolojide bir kişilik özelliği olarak Gentile ve arkadaşları (2013), endüstri ve örgüt psikolojisinde liderlik özelliklerinde Grijalva, Harms, Newman, Gaddis ve Fraley (2015), günümüzde kullanılan sosyal ağların ön planda olduğu siber psikolojide Davenport, Bergman ve Fearrington (2014), birçok araştırmacı tarafından kapsamlı bir şekilde incelenmiş ve narsizm bir fenomen haline gelmiştir (Demirci ve Ekşi, 2017).

Narsizm terimi Yunan mitolojisinde Narcissus'tan doğar. Yunan mitolojisinde Narcissus karakterinin göl kenarında suya eğilmesiyle kendi silüetine aşık olan ve ömrünün sonuna kadar ulaşamayacağı sevgilisini izleyerek ömrünü tüketen mitolojik bir karakterdir. Narkissos aşkına sarılmak isterken suya düşerek ölür (Karaaziz ve Atak, 2013: 46).

1.1.2 Narsizm Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Psikanalitik kuramcı Havelock Ellis narsizm terimini 1898'de kullanarak literatüre katkı sağlayan ilk kuramcıdır. Narsizm kavramını psikoloji literatürüne kazandıran Ellis (1898); özellikle kişinin kendi bedenini doyuma ulaştırana kadar bakan, ona hayranlık duyan, seven ve okşayan bireyi sapkınlık tutumuyla ilişkilendirmiştir (Kızıltan, 2000). Ellis, kadınlardaki cinsel dürtüleri bireyin kendi bedenine duyduğu hayranlık olarak açıklamıştır (Rozenblatt,

2002; Uçar ve Konal, 2018). Ellis'in çalışmalarından etkilenen Freud psikanalitik literatüre de narsizm kavramını 1910 yılında "Three Essays On The Theory of Sexuality" makalesinde dipnot olarak kullanmış, narsizm üzerine yapılmış ilk çalışması olarak literatüre katkı sağlamıştır. Psikanalistler, narsizmin erken çocukluk döneminlerinden kaynaklanan bir soruna dayandığına işaret etmektedirler. Freud ilk olarak 1911 yılında narsizmi gelişimsel bir dönem olarak tarif etmiş, daha sonra dinamik olarak kibirlenme ve kişinin kendine duyduğu hayranlığı olarak tanımlamıştır. Freud'dan sonra psikanalitik ekolün öncülerinden Rank 1911 yılında narsizm ile ilgili bir makale yayınlamıştır (Rank, 1911; Kızıltan, 2006). Rank narsizmi kişinin kendi bedenine duyduğu haz olarak ele alsa da bu hazzın sadece cinsellikle açıklanamayacağını vurgulamıştır. Freud'un "Totem ve Tabu" eserinde (1913) aministik omnipotensini ve insanın megalomanyasını narsizmle ilişkilendirmiştir. Freud bu evrede insanların evreni anlamalarındaki aşamalarını; aministik, dinsel ve bilimsel olarak üçe ayırır: "Animistik evrede insanlar omnipotensi kendilerine atfetmektedirler. Dinsel evrede omnipotensi tanrılara aktarılır; ancak arzularına uygun yollarla tanrıları etkileme gücünü korudukları için omnipotensi kesin olarak da terk etmiş sayılmazlar. Dünyaca kabul edilmiş evrensel bilimsel görüşü, kişinin omnipotensine yer bırakmaz; insanlar kendi küçüklüklerini kabul ederler ve ölüme teslimiyetle boyun eğerler" (Freud, 1913).

Freud 1914 yılında "Cinsellik Üzerine Üç Deneme" eserine ilave olarak erkek eşcinsellerin nesne seçiminden söz etmektedir (Laplanche ve Pontalis, 1988). Erkek eşcinsellerin libidinal gelişimlerinin bir evresi olarak tarif etmekte ve eşcinselliği cinsel bir sapıklık olarak ifade etmektedir (Kızıltan, 2006).

Freud narsizmi libidinal yatırımın dış dünyadan kendini çekerek enerjinin kendi kendisini yönettiğini tanımlayarak iki tür narsizme vurgu yapmaktadır. Birincil narsizm kişinin libidinal enerjisi olarak tanımlanır. Birincil narsizm; kişinin olgunlaşma sürecini kendi kendine yöneterek dış dünyaya libidinal enerjisini aktarmadan tamamladığını öne sürmüştür. Freud'a göre narsizm libidinal enerji ile başlar ancak enerji nesnelere yöneltilmez. Bu kişide güçlü ve kusursuzluk duyguları şişkin egoyu ön plana çıkarmaktadır. İkincil narsizm ise, dış dünyada yaşanan hayal kırıklıkları sonucu oluşan ilişkide yaşanan zorluklardan ötürü libidinal enerjinin nesneden egoya dönmesi olarak açıklamıştır (Timothy vd., 2006; Gençtan, 2004, 2015; Tazegül ve Soykan, 2013; Uçar ve Konal, 2018).

Narsizm, Freud'un nesne ilişkileri kuramında da görülmektedir. Yaşamın ilk evrelerinde çocuğun ebeveyniyle olan ilişkisindeki yetersizlik algısı ilkel savunma mekanizmalarını geliştirmekte, dolayısıyla bakım verenin, çocuğun ihtiyaçlarının karşılanmaması ya da reddetmesi halinde çocukta düş kırıklığına neden olmakta, olumsuz duygular beslemesine ve yalnızlaşmasına sebep olmaktadır (Ozan, Kırıkpınar, Aydın, Fidan ve Oral, 2008).

Narsizm, bireyin kendi beden imajına, ruhsal benliğine ve kimliğine karşı aşırı duyduğu ilgidir (Seward, 2007). Crompton'a göre narsizm bir tanı veya kavram olmamakla beraber, her insanda bir miktar narsizm olduğunu, kişiliğimizi tanımamıza yardımcı olan tanımlayan boyutlar olarak ifade edilmektedir (Crompton, 2010).

Psikanalizde Freud'un narsisizmi bir durum olarak ele aldığı; başta Jung ve birçok kuramcının narsisizmin hayat boyu devam ettiği belirtilmektedir (Rapier, 2005: 25). Narsizmi psikanalitik kuramcılardan sonra Kernberg (1974-1975) ve Kohut'un (1977) klinik çalışmaları narsizmin anlaşılmasında önemli rol oynamaktadır. Kohut patolojik narsizmi "benlik yapılanmasında temel kusur" olarak ifade etmiş, tanımlanan kusur ise kişinin öz benliğinde yatan değersizlik, düşük öz benlik saygısı, reddedilme ve reddedilmeye karşı savunucu tutum, savunucu tutumla birlikte telafi edici davranışlar olarak ifade etmektedir (Özakkaş; 2006, s.29–30; Atay, 2009).

Narsizm psikanalitik kuramcılara göre savunma mekanizması olarak açıklansa da ilerleyen yıllardaki araştırmalarla patolojik boyuta ulaşabileceğiyle ilgili çalışmalar yapılmıştır (Campbell ve Foster, 2004).

Şema kuramında ise patolojik narsizmde görülen 3 temel şemanın duygusal yoksunluk, haklılık ve kusurluluk şemalarının olduğunu varsaymaktadır. Duygusal yoksunluk şemasında, bakım verenin şefkat gösteremeyen; haklılık şemasında, sınır koyamayan ve mesafeli; kusurluluk şemasında, eleştirel ve görmezden gelen ebeveynlik stiliyle olduğu araştırmacılar tarafından ifade edilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Fakat bireyler şemalarına uygun baş etme yöntemlerinin kişiden kişiye farklı stratejilerle baş etmesine (kaçınma, aşırı telafi, teslimiyet) sebebiyet verebilir. Dolayısıyla patolojik narsistik bireylerin (büyüklenmeci ve kırılğan) temelinde benzer zihinsel süreçlere sahip oldukları düşünülse de büyüklenmeci narsistlerin kusurluluğu ve sevgi eksiklikleri gibi düşünceleri telafi edebilmeleri için mükemmel bir insan gibi görünme çabaları vardır. Kırılğan narsistlerin ise daha itaatkâr,

kusurlu olduklarıyla ilgili inançlarını devam ettirdiklerini görmek mümkündür (Eldoğan, 2016).

Narsizm ilk kez 1980 yılında APA tarafından yayınlanan Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – DSM III) tanımlanmıştır (Atay, 2009). 2013'de yayınlanan DSM IV'de erken erişkinlik döneminde başlayan kişinin kendine duyduğu büyülenmecilik, hayranlık, empati yoksunluğu içeren bir bozukluk olarak tanımlanmıştır. DSM-III tanı kriterleri patolojik narsizm ve temel kişilik özelliği olan narsizmin tanı kriterlerinin tam olarak karşılanmaması eleştirilmiş (Cooper ve Ronningstam, 1992), DSM'nin sonraki basımlarında da narsizmin tanı kriterlerinde büyük ölçüde değişim yapılmadığı görülmektedir. Son literatür çalışmalarında narsizmin kırılan narsizm ve büyülenmeci narsizmin iki boyutuyla ele alınacağı yönünde araştırmalar hız kazanmaktadır (Eldoğan, 2016). DSM-V'de narsistik kişilik bozukluğu tanı kriterlerinde; erken yetişkinlik döneminde başlayan, büyülenmeciliği, empati yoksunluğunu, hayranlık gereksinimi içeren bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır. Patolojik narsizm de bireyin kendisini başkalarından üstün görme eğilimi olarak tanımlanmaktadır. Narsistik bireylerin yeteneklerini ya da yetkilerini bulduğu durumlarda kendi imajlarına karşı tehdit algıladıklarında veya zarar gördüklerinde, soğuk bir tavır, derin depresyon gibi ilkel savunma mekanizmalarını sergileyebilir, bazı durumlarda aşırı düşmanlık ve yoğun saldırganlık gösterebilirler. Narsistik bireyler istedikleri zaman sahip olma hakkına sahiptirler ve çoğunlukla hak etmemiş olsalar da kibirli ve sömürücü davranışlarını sürdürmemek için hiçbir neden görmemektedirler (Millon, 1981: 169; Sadock ve Kaplan, 2007, 803; Bogart vd., 2004: 43; Kernberg, 1975: 229; Ronningstam, 2005: 8; Wharren 2010).

Narsistik eğitimleri cinsiyet bazında değerlendirildiğinde birbirinden farklı sonuçlar bulgulanmıştır. Freud'a (1914) göre nesnel ölçümleri kadınlar için vurgulasa da, araştırmalarında hem kadın hem de erkeklerde görülebileceği bulgulanmış, bazı araştırmacılar iki cinsiyete de vurgu yapsalar da (Lasch, 2006), bazı araştırmacılar da narsistik eğilimlerin erkeklerde daha fazla görüldüğünü bulgulamışlardır (Akhtar ve Thomson, 1982; Philipson, 1985). Cinsiyete göre erkek katılımcıların sömürücülük ve hak iddia etme boyutlarının, kadınla oranla daha yüksek puan aldıkları bulgulanmıştır. (Grijalva vd., 2015).

1.1.3 Normal ve Patolojik Narsizm

Narsizm psikolojinin en eski kavramlarından biridir ve günümüzde klinik düzeyde bir bozukluk ve klinik olmayan düzeyde kişilik özelliği olarak kabul edilir. Narsizm terimi, genellikle bir duygusal olgunlaşmamışlık biçimi olan bir öz-benlik saygısı ya da kişinin kendisine hayranlık derecesini ifade eder (Brittanica, 2011).

Narsistler, kendileri, görünüşleri, zekâları, statüleri ve kendileri hakkında, kimseye ya da başka herhangi bir şeye önem vermedikleri hakkında her şeyi takıntılı bir şekilde taklit etmektedirler (Carlsen ve Roddy, 2012). Bazı araştırmacılar; narsisizmi, çağdaş yaşam tarzı, modern yaşamın stres ve kaygısı ve endüstriyel yaşamın bir sonucu olarak değerlendirmektedir (Hamzavi ve Ghorbani, 2007). Buna ek olarak, birçok insan narsistik özelliklere sahiptir, fakat klinik olarak narsist kişi olarak kabul edilmez ve narsistik özelliklere sahip olmak, kişinin narsistik olduğu anlamına gelmez (Twenge; 2009, s.23).

Günümüzde yapılan son araştırmalarda narsizm, sağlıklı narsizmi de kapsayacak şekilde tanımlanmaya başlandı. Peyvasteghar'a göre narsisizm, patolojik narsisizmden sağlıklı narsisizm'e uzanan bir süreklilik olarak tanımlanabilir. Bu devamlılık bir uçtan benlik saygısı ile başlar ve diğer uçta dejeneratif depresyona yol açar (Peyvasteghar ve Yazdi, 2002; Mokhtari, 2012). Narsizmin olumlu ve olumsuz etkileri olduğu düşünülmektedir. Bazı olumlu sonuçlara göre depresyonu azalttığı, dışa dönüklük ve iş hayatında daha yüksek bir performansa neden olurken, aşırı özgüven ve empatiği eksikliği gibi olumsuz sonuçlar da narsizmin bir parçasıdır (Mohammadzadeh, 2009; Rhodewalt, Madrian, Cheney, 1998). Araştırmacılara göre çocuklarını şımarık büyüten ebeveynler, ekstra teşvik ve gerçekçi tepkilerin olmaması gibi çocukluk deneyimlerinin narsistik kişilik bozukluğuna yol açabileceğini düşünmektedirler (Haseebi, 2013).

Narsizmin ruh sağlığıyla ilgili olumlu yanlarını da yansıtan birçok çalışma yapılmıştır. Bireyin olumlu duygusal tepkiler verebileceğini destekleyen birçok bulgu elde edilmiştir (Foster; 2007, s.18). Normal narsizm kişinin benliğiyle ilgili olumlu tepkiler vermesi, başarılarından gurur, hatalarından öfke ve utanç duyması gibi duygularını yaşamasını sağlamaktadır (Rozenblatt; 2002, s.51-52). Normal narsizmin kişi çevresinden gelen olumsuz uyaranlara karşı, yaşamını tehdit eden durum ve olaylar karşısında nasıl başa çıkması gerektiğiyle ilgili olumlu yönde etki etmektedir. Normal olmayan patolojik narsizm de kişinin benliğini tehdit eden olaylardan korunma amaçlı geliştirdiği savunma mekanizmaları, kişilik

organizasyonuna benzemektedir (Rozenblatt; 2002 s. 53). Yapılan birçok araştırmada patolojik narsistlerin çocukluk yıllarında ebeveynleri tarafından empatik ihtiyaçlarının karşılanamaması ve ihmal edilmesinden dolayı yetişkinliklerinde bu ilişkilerini telafi etmeye çalışan bireyler olarak tanımlanmıştır (Morf ve Rhodewalt; 2001, s. 179). Araştırmacılara göre narsizmin 6 ayrımsal boyutu bulunmaktadır (Brown; 1997, s.646). Bunlar; hak iddia etme, inkâr, kendini yüceltme, rasyonalizasyon, kendine yontma ve kaygı (anksiyete) olarak ifade edilmiştir (Atay, 2009).

Narsist bireyler girdikleri ortamlarda güvenebilecekleri insanları seçene kadar oldukça mesafeli bir duruş sergilemeleri gerektiğini düşünseler de, güvende hissedebilecek insanların olduğuna dair inancı oldukça zayıftır. Bununla beraber sadece güven duygusu değil bir narsisti en çok tedirgin eden bir diğer husus da eleştirileceğiyle ilgili yaşadığı yoğun kaygıdır. Ancak narsist birey yaşadığı yoğun kaygılar sebebiyle ilişkide bulunduğu insanlara yaklaşımını objektif olarak değerlendiremeyecek, kendisini güvende hissedeceği, eleştirilmeyeceği, başka bir güvenli alan arayışına girecektir. Narsistik bireylerin temel özellikleri, kendi isteklerine, arzularına, fikirlerine aşırı önem verme, düşüncelerin omnipotenti, kendine aşırı hayranlık, büyüklenmecilik, onay ve takdir görmek için başkalarına yönelik empati ve ilgiden yoksun olmasıdır (Freud, 2007: 25; Masterson, 2006, : 19). Araştırmacılara göre primer gelişim döneminde tüm bireyler güven duygusu gibi temel ihtiyaçlarından yoksun kalabilmektedir. Narsizmin patolojisini belirleyen bu yoksunluğun miktarı ve şiddetidir ki, narsizmi sadece kişilik bozukluğu olarak açıklamaya yetmeyecektir (Kocakula ve Altinoğlu 2017).

Kernberg (1998) narsisizmi, normalden patolojiye kadar değişen özelliklerin şiddetine göre sınıflandırır. Patolojik olmayan yetişkinlik narsisizmi, normal benlik saygısı düzenlemesi ile karakterize edilen (Kernberg, 1998: 33) ve benlik sisteminin normal işleyişine pozitif bir yatırım olarak tanımlamaktadır (Ronningstam, 2005: 31). Patolojik narsisizm, şiddetin derecesi, saldırganlık ve utancın baskınlığı, açık ve örtülü tezahürlerin, dürüstlüğüne dayanan benlik saygısı ile görkemli ve kırılgan benliği korumaya hizmet eder (Ronningstam, 2005: 69). Nesneye duyulan ihtiyaç ve bu nesnelerin korkusu, narsist bireyin genel olarak öz ve nesne imgelerini reddederek önlediği, bulanık ego sınırlarına yol açan bir çatışmayı beraberinde getirmektedir (Wharren, 2010).

1.1.4 Narsizmin Ayrımsal Boyutları

Literatürde narsistik kişilik özelliği, NPI- 40 ölçeğine göre otorite, teşhircilik, sömürücülük ve üstünlük olarak 4 alt boyutta ele alınmaktadır (Kansi; 2003: 445, Ackerman vd., 2011; Felty, 2012). 1979 yılında Raskin ve Hall tarafından geliştirilen Narcissistic Personality Inventory (NPI) DSM III ölçütlerinin narsizmi karşıladığını kabul edilmiş, 220 ifadeyi belirlemişlerdir. Yapılan araştırmalar sonucunda ölçeğin içsel tutarlılık analizleri yapılmış 54 maddeden oluşan ölçek geliştirilmiştir. Güvenirlilik çalışmaları yapılmış ölçek günümüzde de birçok araştırmacı tarafından yaygın bir şekilde kullanılmaktadır. Emmons'un çalışmalarıyla ölçeklere faktör analizi uygulanmış; 40 soruluk NPI geliştirilmiş; sömürücülük, kendini beğenme, hak iddia etme, kendine yeterlilik, otorite, üstünlük ve teşhircilik olmak üzere 7 alt boyutta ifadeleri içermektedir (Raskin ve Terry; 1988, s. 891- 894). Bu test 2000'li yıllara kadar yaygın bir şekilde kullanıldıktan sonra, Dr. Ames ve arkadaşları ölçeği 16 soruya indirgeyerek yeniden düzenlemiş (Ames; 2006, s. 441.), iç güvenirliliği test edildikten sonra 10 ifadenin de yeterli olduğu bulgulanmıştır. Ames ve arkadaşları tarafından geliştirilen bu ölçek Raskin ve Terry tarafından bulgulan 7 alt boyutun içinden "kendini beğenme" boyutu hariç 6 faktörü içermektedir.

Otorite: Narsist bireyler, başkalarının duygu ve düşüncelerine bağımlı olmaktan kaçınmakla beraber, kendi mükemmeliyetçiliklerinden doğan inançlarından ötürü otoritenin kendisinde olması gerektiğine dair bir inanç sistemi geliştirirler. Bu düşünce sistemi narsistler de dışadönüklük ve sosyal cesaret gibi kişilik özelliklerini ön plana çıkarır. Bu döngü birbirini beslemekte ve narsist bireyin uyumlu ve ilgi çekici yönünü ortaya çıkartmaktadır (Bogart, 2004: 36).

Teşhircilik: Psikanalitik kuramcılara göre teşhirciler, ödipal çatışmayı çözememiş, bakım verenile özdeşim kurmak yerine hadım edilmekten korkmaya devam eden kişilerdir. Davranış temelli yaklaşımcılara göre teşhirciler, adölesan dönemde cinsel hazzı teşhircilikle benzeştirdikleri deneyimlerle, ilk deneyimin böyle bir etki yaratma olasılığı az olsa bile benzer deneyimlerle de pekiştirmiş olabilirler (Davidson, Neale ve Kring 2003). Yapılan çalışmalarda teşhirciliğin sebebi bireyin kendisine hoşgörülü olma, pek çok kavramı cinsel terim olarak algılama sanrısı, kendini aşağılık görme ve sempatik gösterme ile ilgili olduğu saptanmıştır (Raskin ve Terry, 1988: 897). Teşhircilik boyutu gelişen narsist, mükemmelliğini

sergilemek için başarılarını ön plana çıkarmaya yönelik zihnini devamlı meşgul etmekte, başarısız bir iş hayatına da sebebiyet verebilmektedir.

Sömürücülük: Duygusal derinlikten yoksun olan narsistler başkalarının duygularını ve çıkarlarının ne olduğunu önemsemeksizin, kendi çıkarlarını bireylerin duygularından ve çıkarlarından üstün görme eğilimindedir. Böylelikle başkalarının arzularına bakmazsınız çevresindeki bireylerden çıkar sağlarlar (Svrakic, 1985).

Hak İddia Etme: Narsistler, çevresindeki bireylerle empatik bir ilişki geliştirmekten ziyade, kendi kararlarının, çıkarlarının, kendilik imajının daha üstün olduğunu düşünerek kendilerinin özel olduklarına inanırlar ve özel bir insan olmaları gerektiğini iddia ederler (Kets de Vries, 2004: 189). Freud (1916) bu savunmayı çocukluk yıllarına dayandırarak, çocuklukta yaşanan acı deneyimlere katlanılmasına yönelik bugün talep edilen hak ve istekler olarak açıklamıştır.

Üstünlük: Narsist bir birey her daim etrafı tarafından onaylanmaya ihtiyaç duyar. Her zaman sosyal ilişkilerinde, iş hayatında, sosyal statüsünde zirvede olmalıdır. Narsistler iş hayatındaki üstün olan başarı ve yeteneklerini gösterebilmek için üstün olduğu becerilerini sergileme ihtiyacında bulunurlar. Bu, zorlu bir görevde de kendi üstünlüklerini kanıtlama motivasyonlarını son derecede arttırmaktadır (Kocakula ve Altınoğlu, 2017).

Kendine Yeterlilik: Bandura'ya göre öz yeterlilik bireyin yapabilecekleriyle ilişkili kendisiyle ilgili inançlarıdır. Ayrıca insanın kendisine olan yeterliliği çevresinden aldığı onaylarla da pozitif ilişkilidir. Kernberg'e göre insan, içindeki aşağılık duygusunu, yetersizliği ve çaresizliğini mükemmel bir benlik imajı çizerek bastırır. Böylelikle, birey son derece iddialı, özgür, kendine güvenen ve başarıya ihtiyaç duyan imajı rol model edinir. (Raskin ve Terry, 1998).

1.1.5 Narsistik Kişilik Bozukluğu

Narsizm kelimesi aşırı derecede özgüven, bencil ve egoist, kibirli ve utanmaz bir kişiyi çağırırsa da, klinik açıdan bakıldığında narsizmi kırılgan ve büyüklenmeci olarak ayırmak mümkündür (Jonason vd., 2012; Wink, 1991; Miller vd., 2011). Araştırma geleneğine göre, kırılgan narsizm, çoğu zaman, aşırı duyarlılık, içe kapanıklık, utangaçlık, depresyona karşı zayıflık, yetersizlik, saldırganlık, düşük benlik saygısı, kaygı, savunmasızlık, kaçınma,

düşmanlık, pasiflik gibi iç ve kişisel olarak olumsuz sonuçları nedeniyle klinik narsisizm olarak yorumlanmıştır (Wink, 1991; Hendin ve Cheek, 1997; Rose, 2002; Dickinson ve Pincus, 2003; Miller vd., 2012; Brown vd, 2016).

Narsistik kişilik bozukluğu ile normal narsizmi ayırt etmek için kullanılan DSM kriterlerinde, araştırmaların büyük bir çoğunluğunun grandiyöz (büyüklenmeci) narsizmle olduğu görülse de, son zamanlarda yapılan çalışmaların, narsisizmin büyüklenmeci ve kırılgan (savunmasız) narsisizm olmak üzere iki boyutuyla incelenmesi gerektiği vurgulamaktadır (Eldoğan, 2016).

Büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm ile temel kişilik özellikleri arasındaki ilişki yaygın olarak incelenmiştir (Hendin ve Cheek, 1997; Miller vd., 2010; Ackerman vd., 2011; Houlcroft vd., 2012; Rogoza vd., 2016). Büyüklenmeci narsisizm sıklıkla dışadönüklük ile birlikte bireyin çevresiyle uyumsuzluğu olarak tanımlanmıştır (Paulhus, 2001). Ancak Back ve arkadaşları (2013), büyüklenmeci narsisizm ve bu iki kişilik özellikleri arasındaki gözlenen ilişkilerini narsistik stratejiden kaynaklandığına dair kanıt sağlamıştır: Birincisi, hayranlık dışadönüklükle ilişkili ve sadece rekabetin daha düşük olmasıyla ilişkilidir ki, ki bu da diğer araştırmalarda tekrarlanmıştır (Leckelt vd., 2015; Rogoza vd., 2016). Kırılgan narsisizm hakkındaki mevcut literatürün, çoğunlukla yüksek nörotisizm ile bağlantılı olduğuna dair güçlü kanıtlar sağlamıştır (Miller vd., 2017), ancak diğer çalışmalar da düşük anlaşmazlık ve düşük dışadönüklük ile ilişkisini öne sürmüştür (Hendin ve Cheek, 1997; Miller vd., 2010; Houlcroft vd., 2012; Campbell ve Miller, 2013; Miller vd., 2017). Böylece, narsisizmin farklı yüzlerinin kişilik özellikleri, kırılgan ve grandiyöz boyutlarını ayırt eden özelliğin nörotisizm olduğunu, büyüklenmeci narsistlerin daha dışadönük bir kişilik özelliğine sahip olduğunu öne sürmektedir.

Araştırmacılar tarafından değerlendirilen kırılgan narsisizmin, olumsuz mizaç, nevrotiklik, sınır özellikleri, güvensizlik, depresyon ve kaygı gibi merkezi özellikleri olduğudur (Thomas vd., 2012; Miller vd., 2017). Grandiyöz (büyüklenmeci) narsisizmi ise çoğunlukla normal ya da subklinik narsisizm olarak yorumlanmıştır, çünkü hem pozitif (atılganlık, özgüven, öz-yeterlilik, çekicilik, dışadönüklük, yüksek benlik saygısı ve refah vb.), hem de negatif (saldırganlık, baskınlık, anlaşmazlık, hak sahibi ve sömürücü olma, üstünlük, teşhircilik) birtakım bağları kapsar (Morf ve Rhodewalt, 2001; Rose, 2002; Ackerman vd., 2011; Miller vd., 2011; Back vd., 2013; Brookes, 2015; Krizan ve Herlache, 2017).

Araştırmacılara göre büyüklenmeci narsist bireylerin özellikleri; tedavi sürecini reddetmesi, uzmana karşı manipulatif davranışları, hak sahibi olduklarını iddia ettiklerini, teşhircilikleri, antisosyal ve empati yoksunu olduklarını göstermektedir (Thomas vd., 2012; Miller vd., 2017). Her ne kadar büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm birbiriyle ilişkisiz olsa da (Wink, 1991; Hendin ve Cheek, 1997), hak iddia etmeleri, saldırganlıkları, çevrelerinden fazlaca beklentileri, empati eksiklikleri gibi bazı ortak özellikleri paylaşırlar (Pincus vd., 2009; Miller vd., 2011, 2012; Brown vd., 2016; Krizan ve Herlache, 2017).

Büyüklenmeci narsisizm, gösterişçi bir benlik imajı, teşhirciliği ve kendisini başkalarının beğenisine sunma çabası güçlüyken, kırılgan narsisizm, büyüklük fantazileri ve kendisiyle ilgili meşguliyeti, aşağılık kompleksleri, kolay incinen ve üstünlük hissiyle gidip gelen bir özgüven ile ifade edilmektedir (Özdemir, 2017)

2.1 SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI

Günümüzde her yaştan ve sosyal çevreden insanın özellikle de genç nüfusun vurguladığı konulardan birisi fiziksel görünüştür. Sosyal medyanın, sosyal çevrenin, dergilerin, haberlerin, medyanın etkisiyle, insanlar; yeteneklerini, statüsünü ve fiziksel görünüşlerini sergilemektedirler. Toplumsal olarak farklılık gösterse de kabul edilen değerler göz önüne bulundurulduğunda kadınlar; güzelliğini temsil ettiğini düşündüğü, zayıf olmayı tercih ederken, erkekler arasında gücü temsil eden kas vücut yapısını tercih etmektedirler (Cusumano ve Thompson, 1997). Böylece ideal bir fiziksel durum olarak ince veya kaslı bir vücut sağlıklı ve güzel bir görünüm olarak kabul edilir. Tarih boyunca gençlik, güzellik, çekicilik gibi birçok fiziksel özellikler büyük ilgi görmektedir. Dolayısıyla insanlar daha etkili bir izlenim yaratmak ve büyüleyici görünebilmek için yoğun çaba sarf etmektedirler (Ergür, 1996; Yousefi vd., 2009).

Başkaları tarafından iyi bir izlenim bırakamayacağını düşünen bireyler sosyal görünüşleriyle ilgili endişe yaşarlar (Leary vd., 1988). Özellikle insanlar bilmedikleri çevreler ve bireylerle karşılaştıklarında yoğun bir performans kaygısı yaşamaktadırlar (Gautreau vd., 2015). Bireylerin görünüş kaygıları, başkalarında ne derece etkili olduklarını anlamak için çok önemlidir (Seki ve Dilmaç, 2015). İnsanların kendi bedenleri hakkındaki algısının yanı sıra, başkalarının bedenleri hakkındaki algısı da önemlidir. Böylece bireyler sosyal çevrelerinde olumlu izlenim yaratmayı ve onların davranışlarının da bu yönde olmasını

tercih ederler. Ancak bazı insanlar bu konuda diğerlerine oranla daha fazla kaygı duymaktadır. Bu durum, bireylerin sosyal görünüş kaygılarına işaret etmektedir. Hart ve arkadaşlarına göre sosyal görünüş kaygısı; bireylerin fiziksel görünümünün diğerleri tarafından değerlendirilirken yaşadıkları kaygı ve endişe olarak tanımlanmıştır (Hart vd., 1989). Russell'de (2002) başkalarının fiziksel görünümünü olumsuz değerlendireceğine inanmanın sonucu olarak bireyde hem sosyal hem de fiziksel bir kaygının ortaya çıkacağını belirtmiştir.

Bu tür kaygılar sadece insanların vücut biçimlerinden kaynaklanmaz. Ağırlık, boy, burun, göz, kulak gibi bütünsel bir kaygıyı da kapsayabilmektedir (Hart vd., 2008). Hatalı ve kusurlı olduğunu düşünen insanlar, hayatlarının her döneminde huzursuz, güvensiz ve değersiz hissetmektedirler ve bu duygu durumlarını olumsuz yönde etkilemektedir (Ergür, 1996). Son zamanlarda insanların görünüşlerinden kaygı duymaları, bedenlerindeki hoşnutsuzlukları, sosyal görünüşleri hakkındaki olumlu ve olumsuz değerlendirmelerinin etkisiyle sportif aktivitelere katılımları araştırmacılar tarafından ele alınmıştır (Ballı vd., 2006; Aşçı, 2004; Lindwall ve Lindgren, 2005; Yaşartürk vd., 2014).

Kaygı (anksiyete) teriminin kökeni eski Yunanca “anxsiestas” ’dan doğar; korku, endişe ve bilinmeyen merak etme anlamına gelmektedir. Kaygı sözcüğünü dile ilk getiren Ciceron (M.Ö. 106-437), kalıcı ve süreklilik arz eden endişe anlamında kullanmıştır.

Sullivan kaygının ebeveynlerden empati ile bebeğe aktarıldığını ileri sürmüştür. Annedeki endişe, kaçınılmaz olarak bebekte de kaygıya neden olmaktadır. Bütün anneler bebeklerini önemserken bir miktar kaygıya sahip olduğundan, tüm bebekler bir dereceye kadar kaygı duyacaklardır (Sullivan, 1953).

Sosyal kaygı (social anxiety) terimi ilk defa 1903 yılında Janet tarafından kullanılmış; bireyin kalabalık yerlerden, konuşmaktan, sergilemesi gereken performanstan ya da yazı yazmaktan kaçınma durumlarını ifade etmek için kullanmıştır (Karakaş, 2008).

Sosyal anksiyete bozukluğu, “tanıdık olmayan insanlara maruz kalmayı veya başkaları tarafından olası incelemeyi içeren bir ya da daha fazla sosyal veya performans durumundan belirgin ve kalıcı bir korku” ile karakterize kronik bir hastalıktır (Furmark 2002, s. 84; Schneier 2006, s. 1030). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA 2000) tarafından DSM-IV-TR yayımlanması, bu tanımlayıcı semptomları diğer kriterler arasında içerir. Sosyal anksiyete bozukluğu sadece DSM-III'ün baskısı ile bağımsız bir tanı haline gelmiştir (APA 1980;

Hidalgo vd., 2001). Daha önce, DSM-I ve DSM-II (APA; 1952, 1968) tüm diğer fobilerle birlikte gruplandırılmış ve bu güne kadar psikologlar sosyal anksiyete bozukluğunu sosyal fobi olarak adlandırmışlardır. (Furmark, 2002; Hudson ve Rapee, 2000).

Beck (2005) 'a göre, sosyal kaygı, bir kişinin dikkat odağı olduğu, başka bir kişi ya da kişiler tarafından olumsuz olarak değerlendirildiği ve kişinin değersiz olduğunu düşündüğü abartılı bir korkudur (Beck, 2005). Sosyal kaygı, sosyal durumlardan kasıtlı olarak kaçınmak ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmek korkusu olarak da tanımlanmaktadır. Olumsuz değerlendirmeden korkmak sosyal onaylama çabaları ile ilişkilidir. Onay veya rıza almaktan kaçınmak için yüksek motivasyona sahip insanların olumsuz değerlendirilmesinden korkma olasılıkları yüksektir (Watson ve Friend, 1969).

Dilbaz, sosyal kaygıyı birden fazla durum, aşağılama veya utanç yüzünden başkaları tarafından eleştirilmekten duyulan sürekli bir korku olarak tanımlamaktadır Sosyal kaygıya sahip insanlar, eleştirilere ve başkalarının olumsuz düşüncelerine karşı son derece hassastır ve onlardan kaçınmak için ellerinden geleni yapma eğilimindedir. Sosyal kaygıya sahip bireyler endişe duydukları ve aşırı derecede eleştirildiğini düşündüklerinde kızarma, çarpıntı, terleme ve titreme gibi fiziksel belirtilerle karşılaşır (Dilbaz, 1997).

Varsayımsal durumlar bireylerde kaygı yaratır. Sosyal kaygı ile diğer kaygı türleri arasındaki en belirgin fark, köklerini kişilerarası deneyimlerden almasıdır (Mercan, 2007). Antony ve Swinson'a göre sosyal kaygı, başkaları ile etkileşim içinde korku ve rahatsızlık duymak, başkaları tarafından olumsuz olarak değerlendirilmek ve ötekileştirilmek kaygısı olarak tanımlanmaktadır (Antony ve Swinson, 2008).

Birey etkileşim içinde olduğu sosyal ortamlarda, gözlerin üzerinde olduğu, küçük düşeceği ve rezil olacağıyla ilgili olumsuz düşünceler geliştirir, bu durum kaygıyı da beraberinde getirmektedir. Bu kaygı bireyin sosyal ortamlardan kaçınmasına sebep olmaktadır (Ümmet, 2007). Sosyal kaygısı yüksek olan bireyler sosyal ortamlarda başkaları tarafından olumsuz bir şekilde (yetersiz, aptal, zavallı, eksik, beceriksiz) değerlendirileceği endişesi duymaktadırlar. Bu beklentiler doğrultusunda; sosyal kaygı, bireylerin yaşadıkları gerginlik durumudur (Gümüş, 2006).

Sosyal kaygı bir başka deyişle, sosyal ilişkilere yönelik ya da sosyal ilişkilerde gerçekleşmesi beklenen olumsuz değerlendirme olarak tanımlanabilir. Sosyal kaygısı olan

bireyler girdikleri kalabalık ortamlara girdiklerinde vücutlarında bazı fizyolojik belirtiler ortaya çıkmaktadır. (Ümmet, 2007; Yüceant, 2013).

Sosyal kaygının temel özelliği, bireyin olumsuzluğu aşırı ve sürekli olarak değerlendirileceği, aşağılanacağı, diğer insanların önünde utanacağı korkusudur. Bilişsel davranışçı yaklaşımçı araştırmacılar tarafından sosyal kaygının özü, olumsuz değerlendirme korkusu olarak tanımlanmıştır (Weeks vd., 2008).

DSM IV' e göre sosyal endişe olarak da bilinen sosyal kaygı, sosyal durumlarda, yabancıların önünde veya performans gerektiren durumlarda ortaya çıkan anlamlı ve kalıcı korku olarak tanımlanmaktadır (APA, 2000).

Araştırmacılara göre sosyal kaygının nedeni biyolojik veya çevresel faktörlere dayanmaktadır (Ekşi, 1999). Araştırma sonuçlarına göre bireyin genetik yatkınlığının yanı sıra, etkileşim kurduğu sosyal çevresi, geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimler, aşırı stres, baskıcı ve eleştirel ebeveyn tutumları ya da yaşam koşullarının da sosyal kaygının oluşmasında rol oynadığı bulgulanmıştır (Gümüş, 2002; Mercan, 2007).

Sosyal kaygının oluşumuyla ilgili yapılan araştırmalarda sosyal kaygısı olan bireylerin, anne ve babalarının, sosyal kaygısı olmayan bireylere oranla daha eleştirel, reddedici ve daha korumacı ebeveynler oldukları bulgulanmıştır. Bakım verenin ya da ailenin baskıcı ve reddedici tutumu çocuk veya ergenin özgüvenini düşürmekte, diğerlerine karşı gelme yaşantısı kazanılamamakta, sosyal kaygı oluşmasına sebep olmaktadır (Köroğlu, 1996; Ekşi, 1999; Yüceant, 2013).

Sosyal görünüş kaygısı sosyal kaygının bileşenlerinden biri olarak kabul edilir. Sosyal anksiyetenin kendiliğinden sunulmasına göre, insanlar diğer insanlar üzerinde iyi bir izlenim bırakmak konusunda özellikle istekli olduklarında ve bu iyi izlenimin elde edilmesinden şüphelenildiğinde sosyal kaygı yaşanmaktadır (Dilbaz, 1997).

Bir tür toplumsal kaygı olarak görülen sosyal görünüş kaygısı, endişe ve gerginlik olarak tanımlanmaktadır. Sosyal görünüş kaygısı yüksek bireyler; fiziksel görünüşleri başkaları tarafından değerlendirildiğinde yoğun endişe yaşarlar (Hart vd., 1989).

Görünüş kaygısı, bireyin bedenini nasıl algıladığı veya başka bir deyişle beden imajı algısı ile doğrudan ilişkilidir (Cash ve Fleming, 2002). Kişinin dış görünüşüne ilişkin kaygılarıyla ilgili bir kavram olan sosyal görünüş kaygısı, fiziksel görünümü diğer insanlar tarafından değerlendirilirken hissettikleri endişe ve gerginlik olarak tanımlanmaktadır (Hart

vd., 1989). Son yıllarda araştırmacılar dış görünüşlerinden dolayı insanların memnuniyeti ve endişeleri arasındaki ilişkiyi tartışmaktadır.

"Beden imajı" terimi bir kişinin kendi bedenine yönelik algıları, tavırları ve davranışları ve geçmişten bu güne uzanan deneyimlerini ifade etmektedir. Bireylerin beden imajı, fiziksel olarak bütüncül bir yapıya sahip olup, zihinsel ve toplumsal olarak da bu bütünlükten etkilenir (Cash, Santos, Williams, 2005). Yüksek düzeyde sosyal kaygıya sahip bireyler genellikle kendilerini diğer insanlarla karşılaştırmaya ve görünüşlerini diğerlerine göre daha olumsuz algılama eğilimindedirler (Moscovitch, Rowa, Paulitzki, Ierullo, Chiang, Antony, McCabe, 2013). Ayrıca mükemmeliyetçiliği yüksek bireylerin sosyal görünüş kaygılarını etkilediği ileri sürülmektedir (Kang vd., 2013).

Beden imajı, tarih boyunca kişilik ile ilişkilendiren kavramlardan biridir. Gelişmekte olan tüm toplumlarda, fiziksel görünümün ön plana çıkması ile bedenin sadece biyolojik değil, aynı zamanda sosyal ve psikolojik bir ürün olarak sergilenmektedir (Raghibi ve Minakhany, 2012). Görünüşe dair inançlar bilişsel bir yapıya sahiptir ve kişinin günlük yaşamdaki tutumunu göstermektedir (Talepasand, Bigdeli, Fallah, 2011). Bilişsel davranış kuramına dayanarak, insanlar görünüşlerini değerlendirerek şemalarının derecesine göre ortaya çıkmaktadır. Beden imajı ile ilgili şemaları değerlendirmek için bilişsel kalıplar kullanılır (Mohammadpnah, Yousefi, 2011). Ayrıca, her bireyin bedeninin gelişmekte olan zihinsel görüntüsünü etkileyen faktörler, geniş bir yelpazedeki sosyal ve kültürel faktörleri içerir (Heideri, Kermani, 2010). Beden imgesi, kişinin fiziksel görünümünü, bedene bağlı benlik algılarını ve düşünceleri, inançları, duyguları ve davranışları gibi tutumlarını içeren çok yönlü psikolojik bir deneyimdir (Cash, 2004; s.12). McCabe ve Ricciardelli'a (2004) göre, yetişkin erkeklerde "görünüştün önemi" sadece neye benzediğini değil, genel sağlık durumları ve zindelikleriyle de ilişkilidir. Reddy'nin (2013) çalışmasından elde edilen bulgulara göre erken yetişkinlik döneminde olan erkeklerin iyi görünmek için görünüşe yatırım yapabileceklerini, ancak orta yaşlı erkeklerde görünüştün ötesinde, vücut işlevselliğinin daha belirgin hale gelebileceğini göstermektedir. Genç erkekler sosyal statü kazanmak için görünüşe odaklanmaktayken, orta ve yaşlı erkekler daha fazla sağlık üzerine odaklanmaktadır. Konuyla ilgili onaylanmış iddialardan birisi de çalışmalarda beden imgesinin, insanların genel olarak yeterlik ve sosyal kabul düzeyi gibi iyi kişilik özellikleriyle düzgün bir görünüm oluşturduğunu öne sürmekte (Galebandi, Afkham Ebrahimi, 2004) ve sosyal ve kültürel faktörlerin beden imajının oluşumu üzerindeki rolünü ele alırken, kişinin kendi bedeninden toplumsal ideallere dayanan beklentilerini ifade ettiğini iddia etmektedirler

(Mokhtari, Amirmajdi vd., 2002). Çalışmalar, zayıf vücut imajının, yeme bozuklukları, düşük benlik saygısı (Harvard Press, 2004), fiziksel değişimler, duygular ve öz-kavram gelişimi (Liechty, 2004; Davinson, McCabe, 2005), günlük eğlencenin azaltılması olumsuz tutumlarla ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur (Liechtya, Freemanb, Zabriskieb, 2006; Frederick ve Shaw, 1995) .

Beden imajı, kişinin kendi gözlemine ve başkalarının tepkisine dayanan fiziksel görünüşünün öznel bir kavramını ifade eder. İdeal beden imajı kavramı, bir kişinin beden imajı memnuniyetini veya memnuniyetsizliğini doğrudan etkiler. İdeal beden görüntüsü, etnik gruplar arasında farklılık gösterebileceği gibi herhangi bir grup içinde ya da kültürel gruplar arasında değişebilir. Buna ek olarak, ideal beden imajı, taklit etmek istediği fiziksel ideali temsil eder. Beden imajı memnuniyeti, kişinin beden imajının, ideal vücut imajı kavramına benzemesi anlamına gelir. Beden imajının tatminsizliği, kişinin beden imajının, algıladığı ideal vücut imajından veya kişinin fiziksel memnuniyetsizliğinden duyduğu öznel duygudan farklı olduğu anlamına gelir (Martin, 2010).

Bireylerin sosyal kaygılarıyla ilgili bir başka kaygı türü sosyal görünüş kaygısıdır. Bireyler kendi fiziksel görünüşlerini önemsedikleri gibi, diğer insanların fiziksel görünüşlerini de önemser. Başkalarının kendileriyle aynı şeyi yaptıkları düşüncesi, bireylerde kaygıyı arttırmaktadır (Aşçı, 2006). Sosyal görünüş kaygısı olan bireyler, başkaları tarafından reddedilme düşünceleri neticesinde daha az samimi davranışlar gösterdikleri gözlenmiştir (Alden ve Taylor, 2004). Bireylerin sosyal etkileşimlerine yönelik düşünceleri ve duyguları, bilişsel, duyuşsal ve motivasyonel yapılarından kaynaklanır (Baldwin ve Fergusson, 2001).

Öte yandan, çalışmaların, fiziksel aktiviteyi belirleyen bir faktör olabileceğini, bireyin kimliğini, statüsünü ve eğitim davranışını etkileyebileceğini, aynı zamanda egzersize katılım motivasyonunu arttırabilecek bir yol olduğunu göstermektedir (Boutcher, Flisher-Curtin ve Gines, 1998). Gösterinin kendisi, insanların başkaları tarafından değerlendirmeyi kontrol etmeye çalıştıkları bir süreçtir (Leary, 1992). Bu, insanların kendileri hakkında başkalarının bakış açısını etkilemek istedikleri ve sonuç olarak çevresindeki bireyleri etkileyebileceği anlamına gelir (Leary, 1992; Leary ve Kowalski, 1990).

Sosyal görünüş kaygısı, insanların başkaları tarafından değerlendirilen fiziksel izlenimleri, görünüşleriyle ilgili yaşadıkları endişe veya gerilim olarak tanımlanmaktadır (Hart, Leary, Rejeski, 1989). Bir başka tanım olarak, sosyal kaygı, başkaları ile etkileşim içinde korku ve rahatsızlık duymak, başkaları tarafından olumsuz olarak değerlendirilmek ve

ötekileştirilmek kaygısı olarak tanımlanmaktadır. Bireyin öz değerlendirme sürecinde dikkate aldığı terimlerden biri olarak bilinmekte, kaygının kaygısı olarak da ifade edilmektedir. Birey bu kaygısına dair çevresindeki kişiler tarafından kendi algısına göre kabul edilmediğini, sevilmediğini ya da alay konusu olmaması gerektiğini düşünmektedirler. Toplumsal görünüş kaygısı, edebiyattaki beden imgesi ve özellikle benlik saygısı gibi birçok kavramla ilişkilidir (Claes vd., 2012). Bireylerin fiziksel görünümünün en yoğun anksiyeteye neden olduğu ergenlik döneminde sosyal görünüş kaygısının daha çok gözlendiği düşünülmektedir (Gümü, 2000). Bireylerden beklenen kalkınma görevlerinden biri de ergenlik döneminde bedenlerini kabul etmek, benimsemek ve onunla barış içinde yaşamaktır. Bu dönemde birey, bedeniyle ilgili sorular sorar ve cevap arar (Oktan ve Şahin 2010). Bu sorulara verilen olumlu cevaplar, bireyin yüksek benlik saygısı ile doğru orantılıdır. Benlik saygısı bireye olumlu ve olumsuz olarak yansımaktadır. Kişinin kendine karşı tutumları ve yetenekli, önemli, başarılı ve değerli bir kişinin nasıl algılandığını da gösterir (Şahin, Barut ve Ersanlı 2013). Aynı zamanda, benlik saygısı, kişinin başkalarından daha düşük ya da daha üstün olduğunu düşünmeden, kendinden emin, layık ve kendine güven veren olumlu bir ruh halidir (Şahin, 2012). Gander ve Gardiner'a (2010) göre, bireylerin olumlu bir benlik kavramı yaratabilmek için olumlu bir vücut imajına sahip olmaları ve vücut imajının birbirleriyle etkileşime giren birçok faktörün sonucu olması beklenmektedir (Amil ve Bozgeyikli, 2015).

Birçok çalışma, düşük özgüvenli ergenlerin beden algılarının da düşük olduğunu ve kendilerine olan öz saygılarının, kendilerinin beden algısı algısına yönelik olumlu tutumlarla arttığını göstermektedir (Oktan ve Şahin, 2010). Özcan ve arkadaşlarının çalışmasında (2013) ergenlik döneminde ve genç erişkinlik dönemindeki benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiye odaklanarak ortaya çıkmışlardır. Benlik saygısının ve sosyal görünüş kaygısı ile arasında güçlü bir ilişki olduğu savunulmaktadır (Amil ve Bozgeyikli, 2015).

Bireyin gelişimsel görevi ve olası stres kaynakları, pozitif bir beden imajının gelişmesini bozabilir ve sosyal görünüş kaygısını artırabilir. Pozitif beden imajı, sağlıklı nesiller yetiştirmek için hayati öneme sahiptir. Pozitif bir vücut imgesi bireylerde daha iyi bir yaşam, başarı ve kişiler arası ilişki kurmaları neticesinde pozitif yönde hayatını etkiler. Öte yandan olumsuz bir beden imgesinin bireylerde depresyon ve yeme bozuklukları sonucuyla sosyal kaygıyla sonuçlanır ve bunların bir sonucu olarak sosyal görünüş kaygısı ortaya çıkar (Yüceant ve Unlu, 2017).

Levinson ve Rodebaugh (2011) tarafından yapılan çalışmada sosyal görünüm kaygısı yaşayan bireylerin cinsiyet farklılığına göre bazı sonuçlar bulgulanmıştır.

Bu araştırmanın sonuçlarına göre, sosyal görünüş kaygısının kadınlarda erkeklerden görünür derecede yüksek olduğu ve sosyal görünüş kaygısı ile sosyal ilişki kaygısı, olumsuz değerlendirme korkusu ve nevrotiklik arasında pozitif bir ilişki olduğu bulunmuştur (Amil ve Bozgeyikli, 2015). Ayrıca Kang, Johnson ve Kim (2013) yüksek düzeyde mükemmeliyetçilik gösteren bireylerin yüksek düzeyde sosyal görünüş kaygıları yaşadıklarını ve sosyal görünüş kaygısının nörotizm ile ilişkili olduğunu belirlemiştir (Şahin vd., 2014).

3.1 BENLİK SAYGISI

3.1.1 Benlik

Benlik (self) kavramı ilk olarak 1890 yılında William James tarafından literatüre kazandırılmıştır. Son zamanlarda önemli bir çalışma alanı merkezi haline gelse de araştırmacıların üzerinde mutabık oldukları bir benlik kavramı tanımı henüz yapılamamıştır. “Self” kelimesi için Türkçe karşılığı olarak “benlik”, “öz”, ”kendilik” önerilmektedir. Benlik kavramı, insan yaşamında deneyimlerin bütünüdür. Benlik sözcüğü yerine “ben” (ego) olarak da kullanılabilir (Maşrabacı, 1994). Fenomenolojik algılama alanında “bana ait olan her şey” ile açıklanmıştır.

Bireyi çevresindeki diğerlerinden ayıran davranışların, tutum ve duygularının tümünün kişide örgütlenmiş bütünlüğüne karşılık gelen ben, benlik ve kendilik kelimeleri kullanılmıştır. İnsanların kendileri hakkında kendilik algıları, fikirlerini ve inançlarını içerir (Cüceloğlu, 1997). İnsanların kendileri hakkındaki değerlendirmeleri gerçek kişiliğini oluşturur (Sung vd., 2004). Benlik egoyu içine alarak egodan daha kapsamlı bir yapıyı ifade etmektedir (Gençtan, 1981).

Benlikle ilgili araştırmalarda, “benlik” kavramına ilk defa William James’in 1890 yılında yazdığı “The Principles of Psychology” eserinde değinilmektedir. Benliğin iki bölümden oluştuğunu belirten James’e göre, “bilinen ben” yani “nesne ben” ve “bilen ben” yani “özne ben” olarak sınıflandırılmıştır. Ayrıca bu eserde, “maddesel benlik”, “ruhsal benlik”, “sosyal benlik” ve “saf ego” olmak üzere dört benlik türü de ifade edilmektedir. Maddesel benlik: Kişinin fizik bütünlüğü, başkaları tarafından bilinen tüm özellikleri ve kurduğu ilişkiler, arzu ve duyguları ele alınır. Bireyin, aile kurması, mülk sahibi olması gibi

davranışları maddesel benliğine yatırımdır (James, 1950; s. 183). Ruhsal benlik, kişinin arzu ve duygularını içermektedir. Sosyal benlik, bireyin çevresindeki diğerleri tarafından bilinen özellikleri ve onlarla kurduğu ilişkileriyle ilgili bir benlik türüdür (Tukuş, 2010). Saf ego, “kendi kendine düşünen”, benliğini deneysel olarak inceleyemeyen ama kişiye süreklilik duygusu veren bölümdür (James, 1950; ss. 185-192; Yılmaz, 2016).

James'in açıkça etkilediği Bertocci (1945) gibi teorisyenler, benlik olarak kendilik, “ben” ve öz olarak özne, “ben” i birbirinden ayıran, benliğin iki yönünü yeniden vurguladılar. Murphy (1947), kendini geliştirmenin kökenlerini ve modellerini, benliğin sosyal gruplarla nasıl ilişkili olduğunu da tartışmıştır. Ramey'in (1948) klinik görüşmelerinde benlik kavramının ölçütlerini ortaya koymuş ve psikoterapinin esas olarak benlik kavramını değiştirmenin bir süreci olduğunu savunmuştur (Pajares ve Schunk, 2002).

Benlik kavramını James'den sonra inceleyen Cooley'e göre, benlik bireyin çevresindekiler tarafından nasıl algılandığı ve nasıl değerlendirildiği hakkındaki inançlarını yansıtan bir kavramdır (Kula, 2001).

3.1.2 Benlik Kavramı Gelişimiyle İlgili Kuramsal Yaklaşımlar

George Herbert Mead (1913,1934) benliğin sosyolojik yönlerine ağırlık vermektedir. Mead benlik kavramını kuramsal yazılarının çevreyle ilgili çalışmaların felsefesi üzerindeki önemli bir bölümünü oluşturmuştur. Kişiliğin, biyolojik değişkenlere bağlı kalmaktan ziyade, sosyal ve psikolojik faktörler tarafından belirlendiğini savunmuştur (Pajares ve Schunk, 2002). Mead'e göre (1934) benliğin gelişiminde dilin ve toplumun önemli etkenler olduğunu ileri sürmekte, bireyin etkileşim içerisinde olduğu diğer insanlar gözünde kendini görebilmesi için ilişki içerisine girmesi, bunu da dil ile birlikte sosyal etkileşimlerle sağlanabileceğini ön görmektedir.

Psikanalitik kuramcı Freud'da benlik kavramının gelişiminde önemli katkılar da bulunmuştur. Klasik psikanalitik kuramına göre ego ve benlik, yapıları bakımından birbirleriyle örtüşmesine rağmen farklılıklar da göstermektedir. Ego, benliğin bir parçası, benlik ise egoyu kapsayarak hem bilinçli hem de bilinçsiz yönünü temsil etmektedir (John, 1994). Jung'a göre ise benlik kişiliğin ayrılmaz bir bütünüdür ve bilinçte bulunan egonun “arketipal özü”dür. Jung'a göre benlik tümüyle egoyu içine alır, egonun bilinçle ilişkili, benliğin doğuştan var olduğunu, kişinin bireyselleşmesinde önemli bir rolü olduğunu varsaymaktadır (Trixler, 2010).

Horney ise “gerçek benlik” kavramını kullanmıştır. Benliği, insanın kendini geliştirmek, büyümek ve kendini tamamlamak, gelişmek isteyen bir parçası olduğunu vurgular. Atıfta bulunduğu “gerçek benlik” kavramını arzu ve karar mekanizması olarak tanımlamıştır. Gerçek benlik arzu etme ve bir karar verme becerisidir. Birey bu yetiler doğrultusunda benlik kararlarının tüm sorumluluğunu üstlenebilir ve bunu yaparken içsel bir çatışmaya mahal vermemektedir. Aksi takdirde gerçek benliği zayıflayan birey kendine yabancılaşacaktır. Gerçek benliğin kuvvetli olması durumunda bireyin karar verebildiği ve kararlarının sorumluluğunu üstenebileceğini gözlenebilmektedir ki böylece gerçek benlik işlevini yürütebilir (Clemmens, 1984).

Jung’a göre benlik doğuştandır, bireyleşmenin en temel yapı taşıdır. Jung’a göre ise kişiliğin bütünü benliktir. Odak noktası olan benlik diğer sistemleri de kapsamaktadır. Bu sistemleri kişiliğin bütünü, sürekliliği, dengesini sağlayan benliğin kendisidir (Öner, 1985). Benlik, egoyu içine alarak egonun bilinçle doğrudan ilişkili, benliği ise kişilik dışı olarak varolduğunu varsaymaktadır (Trixler vd., 2010).

Adler’e göre, benliği kişiliğin bir bütünü olarak ele almıştır. Benlik kavramını, bireyin “ben kimim?” sorusuna vereceği inançları içermektedir (Gençtan, 1981).

Rogers’a göre benlik kişilik kuramında önemli bir yere sahiptir. Benlik “ben” ile ilgili bilinçli algılamasıdır. Benlik bireyin kendi varlığının ve işlevlerinin farkındalığını da içerir. Rogers’a göre benlik kavramı bireyin sadece kim olduğunu değil, kim olması ve ne olmak istediğiyle ilgili görüşlerini de içermektedir. Bireyin kendi geleceğiyle ilgili görüşleri “ideal benliği” temsil etmektedir (Yanbastı, 1996).

3.1.3 Benlik Saygısı

Son yıllarda benlik saygısı kavramı ile ilgili ülkemizde yapılan araştırmalar büyük önem kazanmaktadır. “Self-esteem” in Türkçe karşılığı olarak “özgüven” (Tuncer,1974), “benlik değeri” (Öner, 1987), “benliğinden hoşnutluk duyma” (Çuhadaroglu, 1985), “özdeğerlilik ve benlik saygısı” (Yörüklüoğlu, 1985) olarak dilimize yorumlanmış ve diğer araştırmacılar “benlik saygısı” şeklinde Türkçeye çevirmişlerdir. Günümüzde yapılan araştırmalarda “benlik saygısı” terimi yaygın olarak kullanılmaktadır. Literatürde benlik saygısı için en çok

kullanılan “self-esteem”, “selfrespect”, “self-regard” “self-confidence” kavramlarıdır (Emler, 2001).

Coopersmith'e göre, benlik saygısı, bir kişinin kabul veya ret tutumu ve yetenekli, önemli, kıymetli ve başarılı kişi olarak algı düzeyinin bir ifadesidir (Coopersmith, 1967). Öte yandan, Guindon (2002), benlik saygısını, en geniş anlamıyla kabul ve değerlilik duygusu olarak özetlemektedir. Bunlar, çevreden gelen geri bildirimler, başarı hissi ve kendi yeteneklerini gerçekleştirme ile geliştirilen ve sürdürülen benlik kavramının duygusal tarafının tutumsal bileşenleridir. Literatürde benlik saygısına ilişkin evrensel ve kapsamlı bir tanım bulunmasa da araştırmacılar bu tanıma çeşitli anlamlar yüklemektedirler. İnsanlar için beğenilme arzusu, başkaları üzerinde ilk bıraktığı izlenim ve bu izlenime yönelik harcadıkları çaba benlik kapsamında değerlendirilebilmektedir. Bireyin kendine hayran olması, aşırı beğenilmesi, tartışmasız onaylanmak istemesi narsizm ile ilişkilendirilebilirken, çevresindeki diğer bireylerin kendisi hakkındaki fikirlerinin ve isteklerinin oluşmasını sağlıklı bir şekilde kontrol edebilmesi benliği tanımlamaktadır (Baritci ve Fidan, 2018).

George Herbert Mead (1913,1934), benliğin sosyolojik yönlerine ağırlık vermektedir. Mead benlik kavramının kuramsal araştırmalarını, çevreyle ilgili çalışmalarının felsefesi olarak önemli bir bölümünü oluşturmuştur. Kişiliğin, biyolojik değişkenlere bağlı kalmaktan ziyade, sosyal psikolojik faktörler tarafından belirlendiğini savunmuştur (Pajares ve Schunk, 2002). Mead (1934) ise benliğin gelişiminde dilin ve toplumun önemli etkenler olduğunu ileri sürmekte, bireyin etkileşim içerisinde olduğu diğer insanlar gözünde kendini görebilmesi için ilişki içerisine girmesi, bunu da dil ile birlikte sosyal etkileşimlerle sağlanabileceğini ön görmektedir.

Benlik saygısı, sosyal psikolojide en çok araştırılan kavramlardan biri olmaya devam etmektedir (Baumeister 1993; Mruk 1995; Wells ve Marwell 1976; Wylie, 1979). Benlik saygısına, kendilik-edebiyatı ile öz-kavramla eşanlamlı görüldüğü kadar çok dikkat çekilmiştir (Rosenberg 1976, 1979). Bu özgüvene odaklanmak büyük ölçüde yüksek benlik saygısının bireye ve bir bütün olarak toplum için bir takım olumlu sonuçlarla ilişkili olmasından kaynaklanmaktadır (Baumeister 1993; Smelser, 1989). Dahası, bireyin benlik saygısını yükseltmek inancı yaygındır. Benlik saygısı, bireyin genel olarak kendini olumlu değerlendirmesiyle ilgilidir (Gecas, 1982; Rosenberg, 1990; Rosenberg vd., 1995). İki farklı boyuttan yeterlilik ve değerden oluşur (Gecas, 1982). Yetkinlik boyutu (etkinlik-temelli benlik saygısı), insanların kendilerini yetenekli ve etkili olarak görme derecesini ifade eder. Değer boyutu (değere dayalı benlik saygısı), bireylerin değer insanı olduklarını hissetme

derecesini ifade eder. Benlik saygısı üzerine yapılan araştırmalar genellikle üç kavramdan birinin varsayımı üzerine ilerlemiştir ve her kavramsallaştırma neredeyse diğerklerinden bağımsız olarak ele alınmıştır. İlk olarak, benlik saygısı bir sonuç olarak incelenmiştir. Bu yaklaşımı benimseyen araştırmacılar, benlik saygısını üreten ya da önleyen süreçlere odaklanmışlardır (Coopersmith, 1967; Harter, 1993; Peterson ve Rollins, 1987; Rosenberg, 1979). İkincisi, benlik saygısı, kendilik güdümlü olarak incelenmiştir ve insanların benliğın olumlu değerlendirmelerini sürdüren ya da artıran şekillerde davranma eğilimine dikkat çekmektedir (Kaplan, 1975; Tesser, 1988). Son olarak, benlik saygısı kendilik için bir tampon olarak araştırılmış ve zararlı deneyimlerden korunma sağlamıştır. (Longmore ve DeMaris, 1997; Pearlin ve Schooler, 1978; Spencer, Josephs ve Steele, 1993; Thoits, 1994).

Psikoloji tarihinden beri önemli bir kavram olan benlik saygısı farklı kuramcılar tarafından ayrı ayrı tanımlanmıştır. Araştırmalar farklı teori ve sonuçlara dayanmaktadır. Örneğın, Rosenberg (1965), benlik saygısını kişinin kendine özgü bir nesneye yönelik olumlu ya da olumsuz bir tutum olarak tanımlamıştır. Fakat Coopersmith (1967) aynı kavramı kendini sürekli olarak değerlendirmek olarak tanımlamaktadır. Coopersmith'e göre, benlik saygısı, bir kişinin kabul veya ret tutumu ve yetenekli, önemli, kıymetli ve başarılı kişi olarak algı düzeyinin bir ifadesidir (Coopersmith, 1967). Öte yandan, Guindon (2002), benlik saygısını, en geniş anlamıyla kabul ve değerlilik duygusu olarak özetlemektedir. Bunlar tutum değerlendirme bileşenlerinin çevreden gelen geri bildirimler, başarı hissi ve kendi yeteneklerini gerçeğeştirme ile geliştirilen ve sürdürülen benlik kavramının duygusal yönüyle ilişkilidir. Araştırmacılar arasında benlik saygısının tanımı konusunda bir anlaşma olmamasına rağmen, insanların yaşamlarında önemli bir rolü olduğu açıktır (şahin, Barut, Ersanlı, Kumcağız, 2014).

Araştırmacılar, çoğu insan için benlik saygısının önemli olduğunu düşünölmektedir. İmkânsız olmasa bile, insanların kendi kendilerine saygı duyan, beceriksiz, çekici, güvenilmez ya da sevimli olduklarını söyleyen kişilere kayıtsız kalmaları çok zordur. Benlik saygısındaki artış ve azalmalar genellikle güçlü duygusal tepkiler getirir. Dahası, bu dalgalanmalar genellikle yaşamdaki büyük başarılar ve başarısızlıklarla çakışmaktadır. Benlik saygısı, insanların kendilerine ne kadar değer kattıklarıyla tam anlamıyla kazanır ve burada öz-denetimin değerlendirme bileşenidir. Yüksek benlik saygısı, benliğın son derece elverişli küresel değerlendirmesini ifade etmekle beraber, herhangi bir tanımsal doğruluk şartı taşımamaktadır. Yüksek benlik saygısı olan insanlar, daha fazla “bilişsel kaynaklara” sahip olduklarını görönmekte, bu da onların tatmin edici olmayan koşullarla daha etkin bir şekilde

baş etmelerini sağlamaktadır (Baumgardner, Kaufman ve Levy, 1989; Spencer, Josephs ve Steele, 1993; Steele, 1988). Dolayısıyla, yüksek benlik saygısı kişinin başarıları ve yetkinliklerinin doğru, yeterli ve dengeli bir takdirini ifade edebilir (Baumeister, Campbell, Krueger, Vohs, 2003).

3.1.4 Benlik Saygısının Önemi

Ergenlik döneminde görülen düşük benlik saygısı, adölesan bireylerin daha zayıf zihinsel sağlık sonuçlarını öngörmektedir. (Orth, Robins ve Meier, 2009; Orth, Robins ve Roberts, 2008). Tarihsel olarak, benlik saygısı düşük genç nüfus üzerine çalışan araştırmacılar, müdahaleler yoluyla benlik saygısını arttırmayı hedefler (Neff, 2009). Ancak, benlik saygısının artmasına yönelik doğrudan girişimler, gençlerin daha narsisist veya antisosyal olmalarına yol açabilmekte ve adölesan bireylerin pozitif benlik kavramlarına tutunmaya ve bunu tehdit edebilecek öğrenme fırsatlarına meydan okumasına neden olabilir. (Dweck, Chiu, Hong, 1995; Mueller ve Dweck, 1998; Baumeister, Smart, Boden, 1996). Diğer bir yaklaşım ise, ergenlerin düşük benlik saygısı uyandıran durumlara etkili bir şekilde yanıt vermelerine yardımcı olabilecek öz-şefkati arttırmaktır (Leary, Tate, Adams, Allen ve Hancock, 2007; Neff, 2003). Çok sayıda araştırma, farklı alanlardaki benlik saygısını doğrudan arttırmaya çalışan müdahaleleri incelemiştir (O'Mara, Marsh, Craven ve Debus, 2006). Bunların temel mantığı; yapılan müdahaleler, benlik saygısının düşük olmasının, ergenlere olumsuz, yardımcı olmayan davranışlarda bulunmalarına yol açan, kendini gerçekleştiren bir kehanet haline gelebilmesidir. Diğer bir deyişle, düşük benlik saygısı sorunların bir nedeni olarak görülür. Son zamanlarda, farkındalık ve bağlamsal geleneklerdeki araştırmacılar bu görüşe meydan okumaya başladılar (Ciarrochi ve Bailey, 2008; Hayes, Strosahl ve Wilson, 2011). Düşük benlik saygısı doğuştan nedensel olarak görülmez. Aksine, düşük benlik saygısının sonuçlara etkisi içeriğe bağlı olduğu öngörülmektedir. Yapılan araştırmalarda, düşük benlik saygısının, depresyon (Erözkan, 2009), yalnızlık (Erözkan, 2009), anti-sosyal davranışlar, şiddet ve suça yönelik davranışlar (Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt, Caspi, 2005), stres (Yaacob, Juhari, Talib ve Uba, 2009) ve anksiyete (Fathi- Ashtiani, Ejei, Khodapanahi ve Tarkhorani, 2007) gibi olumsuz unsurlardan ötürü olumsuz ilişkilere sebep olduğu bulgulanmıştır. Tersine, yüksek benlik saygısının (Heaven ve Ciarrochi, 2008), mutluluk (Cheng ve Furnham, 2003), yaşam doyumu (Diener ve Diener, 1995), iyimserlik (Makikangas, Kinnunen ve Feldt, 2004), etkili başa çıkma stratejileri (Ni vd., 2012), aileden, arkadaşlardan daha fazla sosyal destek (Tajbakhsh ve Roust, 2012) ve

duygusal istikrar gibi bazı olumlu kişilik özellikleri, dışa dönüklük (Robins, Tracy, Trzesniewski, Potter ve Gosling, 2001) gibi ruh sağlığını olumlu yönde etkileyebilecek olumlu bir ilişki bulunmuştur (Marshall, Parker, Ciarrochi, Sahdra, Jackson, Heaven, 2015).

3.1.5 Benlik Saygısının Gelişimine İlişkin Kuramsal Yaklaşımlar

Benlik saygısı ile yapılmış araştırmalarda 3 kavram üzerine yoğunlaşmıştır. Coopersmith ve Rosenberg'e göre, birincisi; benlik saygısı sonuçtur. Bu bilim insanları benlik saygısının gelişmesine ve engelleyen süreçlere odaklanmışlardır. İkincisi; benlik güdüsü üzerine çalışmalar yapılmıştır. Benlik güdüsü; benliğin olumlu yönde değerlendirilmesini arttıran davranışlar olarak tanımlanmışlardır. Üçüncü olarak da; benliğin, çevreden gelebilecek olumsuz ve zararlı koşullardan koruma görevi gördüğüyle ilgili çalışmalar yapılmıştır. Literatüre benlikle ilgili en çok katkı sağlayan ve öncüler kabul edilen bu iki bilim insanı Rosenberg ve Coopersmith'dir (Yücalan, 2007).

Bu alandaki öncülerden biri olan Rosenberg (1965), benlik saygısının birey için genel olarak olumlu bir değerlendirme anlamına geldiğini belirtmiştir. Rosenberg ayrıca, yüksek benlik saygısının ve kendisine değer biçmeyi düşünen bireylerden oluştuğunu da vurgulamıştır. Sedikides ve Gress (2003), benlik saygısının kişinin algısına veya öznel değerlendirmesiyle ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Benlik, beceriler, yetenekler ve sosyal ilişkiler hakkındaki kişisel inançlarla ilgilidir. Benlik saygısı, benliğin genel benlik değerine ve duyuşsal deneyimlerine ilişkin bilişsel değerlendirmelerle ölçümlenmektedir (Murphy, Stosny ve Morrel, 2005). Genel benliğe ya da benliğin kendine özgü yönlerine (sosyal durumlar, ırksal veya etnik gruplar, fiziksel özellikler, atletik beceriler, iş veya okul performansı) atfedilmektedir. Araştırmacılar benlik sayısı türleriyle ilgili birçok ayırım yapmışlardır. Benlik saygısının boyutsallığına ilişkin olarak, bazı yazarlar onu üniter bir küresel özellik olarak kavramsallaştırırken, diğerleri bunu bağımsız alt bileşenlerle çok boyutlu (performans, sosyal ve fiziksel benlik saygısı) bir özellik olarak görür. (Heatherton ve Wyland, 2003). Branden (1969), benlik saygısının iki bileşenden oluştuğunu ileri sürmüştür: Birincisi; kendini etkili olarak düşünmek, kişinin düşünme, öğrenme, seçme ve doğru kararlar alma becerisine güvenmek, zorlukların üstesinden gelmek ve değişiklikler üretmek olarak açıklanabilir. İkincisi; kendine saygı duymak, kişinin mutlu olma hakkına olan güveni ve insanların hayatlarına saygı, sevgi ve kendini gerçekleştirme konusundaki değerlerine duydukları güvenden oluşturduğu yönündedir. Nathaniel Branden'in (1992) ifadesiyle, benlik

saygısı, kendini, yaşamın temel zorluklarıyla başa çıkmaya ve mutluluğa layık olmaya yetecek kadar tecrübe etme eğilimidir. (Joshi ve Srivastava, 2009). Reasoner (2005) de benlik saygısını yeterlilik ve değer olarak iki ayrı boyuttan oluştuğu görüşündedir. Bu iki bileşene dayanarak, benlik saygısını “yaşam zorluklarını karşılama ve mutluluğa layık olma deneyimi” olarak tanımlar. (Khalek, 2016).

Psikanalitik kurama göre Freud benlik (self) ve ego kavramlarının birbirinden ayrılmaz parçalar olduğunu vurgulasa da farklılıklardan da bahsetmiştir. Benlik id, ego, süpergoyu kapsayan bir yapıdır. Benlik; bilinçli ve bilinçsiz yapıları, ego ise sadece bilinçli yapıları içermektedir. Psikanalitik kuramda benlik saygısı omnipotansın ve süperegonun gelişimiyle ilişkilidir. Organizmanın tüm arzularının gerekli doyuma ulaştırılmasıyla omnipotans (tümgüçlülük) oluşmakta, haz ilkesinin gereği yerine getirilmektedir. İnsanın tümgüçlülüğü, sadece doğumdan önce anne rahmindeyken sürdürebilmekte, doğumla bunu kaybetmesiyle tüm hayatı boyunca bu omnipotansa erişebilmek için çabalamaktadır. Bireyin doğumdan sonra bu tümgüçlülüğü arayışı bakımvereninde aramasıyla başlar ve bu arayış yaşam boyu devam eder (Koptagel, 1984). Gelişim basamağının ilk evrelerinde ego zayıf ve güçsüzdür. Fakat ego benlik saygısının ilk basamağıdır. Benlik saygısı ise bireyin omnipotansa ne kadar yakın olduğunu algılamasıdır. İlgi gördüğünü hisseden ego, bakıldığını ve sevildiğini hisseder ve bundan dolayı kendisine olan saygısı da artar (Cansever, 1976).

Benlik saygısının gelişimi süperego ile de yakından ilişkilidir. Gelişimi süperegonun gelişmesiyle ilişkili olan benlik saygısının düzenlenmesinde süperegonun rolü bulunmaktadır (Demirbaş, 2009). Ego gelişiminde sevilmiş olmak kendinden hoşnut olmak için yeterli iken, artık önemli olan doğru olanı yapmaktır. Böylelikle süperegonun içsel bir ceza vermemesine ve benlik saygısının artmasına neden olmaktadır. Süperegoyu, sadece kişinin kendi benlik saygısını değil etkileşim içinde bulunduğu çevrenin de ne düşündüğünü dikkate alınmasını da etkilemektedir (Fenichel, 1945).

Sullivan’a göre özsaygının temelini bireyin diğerleriyle ilişkileri belirlemektedir. Her birey çevresinde olup biteni algılamakta ve fark etmektedir. Birey devamlı olarak özsaygısını korumalıdır. Özsaygının kaybı söz konusu olduğunda birey keder ve anksiyete duyacaktır (Rizvance, 2005).

Sullivan 3 önemli benlik sisteminden bahsetmektedir.

1. “İyi Ben”: Çocuğun annesiyle iyi ilişkiler geliştirerek ödül kazandığı ilişkisini temsil eder. Çocuk annesine karşı olumlu duygular hisseder ve kendine olan özsaygısı artar.

2. “Kötü Ben”: Annenin çocuğuna karşı olumsuz duygular beslemesiyle oluşur. Bireyin kendisine olumsuz duygular hissetmesine neden olmakla birlikte, aşırı olmasa da anksiyete içindedir. Bu bireylerde anti-sosyal davranışların oluşmasını engeller, bilincin gelişmesini sağlar.

3. “Ben ve Ben Olmayan”: Eleştirel, katı ve engelleyici ebeveynin çocukta kuvvetli bir anksiyete yaşamasına yol açar. Bilinçaltı düzeyde kalır. Benlik saygısının temelinde, çocuğun ebeveyniyle yaşadığı yaşantılar, ebeveynleri ve çocuğun ilişkisinin ödül ve ceza oranının, bireyin kendisiyle ilgili iyi ya da kötü değerlendirmesinde etkili olduğunu vurgulamaktadır. Birey öz benliğini yitirmemek için bu dengeyi korumak zorundadır (Rizvance, 2005; Yanbastı, 1996; Sullivan, 1953).

Ericson’ın bireyin gelişiminde 0-18 aylar arasında önemli rol oynayan psikoanalitik modelinde benlik saygısı egonun gelişimini ilk basamaktan aldığını öne sürmüştür. Çocuğun ilk dönemi olan “güvene karşı temel güvensizlik” döneminde bebeğin temel ihtiyaçları; uyku, beslenme ve boşaltımdır. İhtiyaçları giderilen bebek benliğine uygun bir biçimde gelişmektedir. Bakımverenin yükümlülüklerini yerine getirmesi temel güven duygusunun oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. “Özerkliğe karşı utanç ve kuşku” olan ikinci aşamada, bebeğin anüsündeki kaslar gelişmekte olup bebeğin tuvalet eğitimi için önem kazanmaktadır. Tutma bırakma davranışının gelişiminde rol oynayan bu evrede bebek tutma davranışını öğrenemediği takdirde onu sınırlayan, yasaklayan ve zorlayan bir tavıra, olumlu geçmesi halinde çocuğu koruma davranışına dönüşebilmektedir. Bu süreçte bebek tuvalet eğitimi öğrendiği takdirde kendisiyle gurur duyar ve iradesini geliştirebilir. Özerklik duygusu çocukta benlik saygısını yitirmeden karşıt dürtü ve istekleri arasında bir seçim yapabildiği, kendini denetleyebildiği bir evredir. Kimlik oluşumu evresinde de benlik saygısının rolü bulunmaktadır. Bireyin artık kendini tanımladığı, tanıdığı ve kabullendiği bu evreyle bir benlik tanımı oluşmaktadır (Öztürk, 1985; Garrison, 1975).

Jung’a göre benlik doğuştandır, bireyleşmenin en temel yapı taşıdır ve kişiliğin bütünü benliktir. Odak noktası olan benlik diğer sistemleri de kapsamaktadır. Bu sistemleri kişiliğin bütünü, süreliliği, dengesini sağlayan benliğin kendisidir (Öner, 1985). Benlik, egoyu içine alarak egonun bilinçle doğrudan ilişkili, benliği ise kişilik dışı olarak varolduğunu varsaymaktadır. Jung’a göre benliğin oluşumu orta yaş itibariyle meydana gelmektedir. Birey orta yaşlarından önce kişilik gelişimini henüz tamamlayamamıştır ve bireyselleşememiştir.

Bireyin kendisini gerçekleştirebilmesi, kendi farkındalığının oluşmasıyla ilişkilidir (Trixler ve ark., 2010).

Karen Horney'e göre benlik saygısını, bireylerin aşağılık komplekslerinin ve çevresiyle ilişki süreci olarak açıklamıştır. Horney, bireyin kendini en iyi şekilde geliştirmesi kaygıya karşı alabileceği en doğru önlemdir. İdeal benliği ve gerçek benlik birbiriyle örtüşmezse bireyin anksiyetesi artar (Tufan ve Yıldız, 1993).

Alfred Adler' e göre benlik saygısının gelişiminde 3 olumsuz durumdan bahseder. Birincisi “organ yetersizliği”; bireyin orantısız görünen ya da yetersiz çalışan bir organa sahip olmasıdır. İkincisi böyle bir bireyin çevresine ve ailesine karşı kendisini “yetersiz” hissettirmesi, desteklenmeyen ve kabul edilmeyen olarak görmesidir. Yetersizlikleri ile onay almış birey kendiyle uzlaşabilir ama öte yandan kendini değerlendirirken gerçekçi olmayan duygulara da kapılabilir. Bu durum ben merkezli bireyin, sosyal ilişkilerini olumsuz etkiler ve kişinin olgunlaşmamasına neden olabildiğini vurgular (Tufan ve Yıldız, 1993).

Benlik saygısı, “bireyin kendi değeri olarak bireyin kendini değerlendirmesi” şeklinde tanımlanır (Donnellan, Trzesniewski ve Robins, 2011; s. 718). Benlik saygısı bir kişinin objektif yeteneklerini ve yetkinliklerini yansıtmaz. Dahası, benlik saygısı, kendini kabullenme ve öz saygı duygusuyla tanımlanmıştır, fakat Rosenberg'e göre yüksek benlik saygısı, kişinin başkalarına üstün olduğuna inandığı anlamına gelmez (Rosenberg, 1965). Aksine, narsisizm yapısı görkemli bir benlik kavramı, üstünlük duyguları, benlik merkezli ve hak sahibi olma gibi özellikleri içerir. (Ackerman vd., 2011; Bosson vd., 2008; Morf ve Rhodewalt, 2001). Benlik saygısına benzer şekilde, narsisizmin tipik olarak düşükten yükseğe doğru bir devamlılık üzerinde bireysel farklılıkları yakalayan boyutsal bir yapı olarak düşünülür (Foster ve Campbell, 2007).

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın hipotezleri;

H₁: Narsistik kişilik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır. Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre sosyal görünüş kaygısı düşüktür.

H₂: Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre benlik saygısı yüksektir.

H₃: Sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Sosyal görünüş kaygısı puanları düşük olan bireylerin benlik saygısı puanları da yüksektir.

H₄: Cinsiyet değişkeninin sosyal görünüş kaygısı üzerinde bir etkisi vardır. Kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanları erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarından daha yüksektir.

2.2. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları sosyo- demografik değişken olarak yaş gruplarında eşitliğin sağlanamaması, kadın ve erkek sayısının eşit dağılmadığı gösterilebilir.

2.3. Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modelinde bağımsız değişkenler; narsistik kişilik özellikleri, cinsiyet ve yaştır. Bağımlı değişkenler ise sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısıdır.

2.4. Araştırmanın Örneklemi

Bu araştırmanın örneklemini Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan, öğrenim durumu lisans ve yüksek lisans olan ve yaşları 18-30 arasında olan 167 birey oluşturmaktadır. Ölçekler 16.11.2018- 01.12.2018 tarihleri arasında 201 katılımcıya uygulanmış ve 34 örneklem çalışma dışında kalmıştır.

Araştırmaya 167 katılımcının yaş ortalaması $25,11 \pm 3,40$ olarak tespit edilmiş olup katılımcıların %13,8'i 18-20 yaş, %38,9'u 21-25 yaş, %47,3'ü 26-30 yaş grubundadır. Katılımcıların %47,9'u kadın, %52,1'i erkektir

2.5. Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak dört bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Veri toplama aracının ilk bölümünde katılımcıların cinsiyet ve yaş bilgilerinden oluşan kişisel bilgi formu yer almaktadır.

Narsistik Kişilik Envanteri (NPI)

Veri toplama aracının ikinci bölümünde bireylerin narsistik kişilik belirti düzeyini ölçmek amacıyla Raskin ve Hall (1979) tarafından geliştirilen ve Atay (2009) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan "Narsistik Kişilik Envanteri" yer almaktadır. Ölçek kişilik özelliğine uygun olanın işaretlenmesi istenen 16 maddeden oluşmaktadır. Verilen ifade çiftlerinden narsist olanı (örneğin: "insanları kolayca manipüle ederim") seçenek 1; diğer seçenek 0 olarak puanlanmakta ve elde edilen toplam puanın (0 ile 16 arasında) yüksekliği narsist kişiliğin yüksekliğini ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,77 olarak tespit edilmiştir.

Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)

Veri toplama aracının üçüncü bölümünde bireylerin sosyal görünüş kaygılarını ölçmek amacıyla Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen ve Doğan (2010) tarafından Türkçe'ye uyarlanarak güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları yapılan "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği" yer almaktadır. Ölçek beşli likert tipinde (1: hiç uygun değil, 5: tamamen uygun) 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte olumlu ifade taşıyan birinci madde ters kodlandıktan sonra elde edilen toplam puanın (16 ile 80 arasında) yüksekliği sosyal görünüş kaygısının

yüksekliğini ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,93 olarak tespit edilmiştir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği(RBSÖ)

Anket formunun dördüncü bölümünde Rosenberg (1963) tarafından geliştirilen, Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanıp güvenirlik-geçerlik çalışmaları yapılan Rosenberg Benlik Saygısı Envanterinin “Benlik Saygısı” alt ölçeği yer almaktadır. Benlik saygısı alt ölçeğinde dörtlü likert tipinde (çok yanlış, yanlış, doğru, çok doğru) 10 madde yer almaktadır. Olumsuz ifade taşıyan 5 madde (m3, 5, 8, 9, 10) ters kodlanarak elde edilen ölçek toplam puanı 10 ile 40 aralığında olup yüksek skorlar, kişinin benlik saygısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,78 olarak tespit edilmiştir.

2.6. Araştırmanın İşlemi

Katılımcılara çalışmanın amacı, kişisel bilgilerin gizliliği, anketleri doldurmanın kaç dakika süreceği (10dk) ile ilgili bilgi verilmiş ve Bilgilendirilmiş Onam Form'u sunulmuştur. Onam formunu onaylayan katılımcılara sırasıyla Katılımcı Bilgi Formu, Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği 167 katılımcıya uygulanmıştır. 34 katılımcı çok sayıda soruyu boş bırakmış olması sebebiyle çalışmaya dahil edilememiştir.

2.7. Verilerin Analizi

Veriler, SPSS (Statistical Package Program for Social Science) 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Katılımcıların demografik bilgileri frekans ve yüzde tablosu olarak gösterilmiştir. Ölçek puanlarının normallik sınamasında Çarpıklık (Skewness) katsayısı kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım kontrolünde kullanılan çarpıklık katsayısının (Skewness) ± 1 sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir. Puanlar normal dağılmadığında parametrik testlerin yapılabilmesi için karekök, logaritmik veya ters döndürme yöntemleri uygulanabilir (Büyüköztürk, 2011:40). Yapılan normallik sınamasında

ölçek puanları normal dağılım gösterdiğinden cinsiyete göre karşılaştırılmasında bağımsız iki örneklem t testinden; yaş gruplarına göre karşılaştırmada ANOVA kullanılmıştır. ANOVA testinde gruplar arasında farklılık görüldüğünde farkın hangi iki grup arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD Hoc testi uygulanmıştır. Narsistik kişilik, benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki analizi için Pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Analizlerde güven aralığı %95 (anlamlılık düzeyi $0,05 < p < 0,05$) olarak belirlenmiştir.



BÖLÜM III

BULGULAR

3.1. Betimsel Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Demografik Değişken	Gruplar	N	%
Yaş (25,11±3,40)	18-20 yaş	23	13,8
	21-25 yaş	65	38,9
	26-30 yaş	79	47,3
Cinsiyet	Kadın	80	47,9
	Erkek	87	52,1

Araştırmaya 167 katılımcının yaş ortalaması 25,11±3,40 olarak tespit edilmiş olup katılımcıların %13,8'i 18-20 yaş, %38,9'u 21-25 yaş, %47,3'ü 26-30 yaş grubundadır. Katılımcıların %47,9'u kadın, %52,1'i erkektir (Tablo 1).

Tablo 2. Ölçeklere Ait Betimsel İstatistikler

Ölçek	N	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Skewness
NARSİST KİŞİLİK	167	0,00	16,00	6,35	3,61	0,45
SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI	167	15,00	68,00	32,86	12,39	0,55
BENLİK SAYGISI	167	16,00	40,00	30,28	5,23	-0,32

Narsistik kişilik özelliği ölçeği puan ortalaması 6,35±3,61 olarak tespit edilmiş olup ölçekten alınabilecek en düşük (0) ve en yüksek (16) puanlar dikkate alındığında, katılımcıların narsistik kişilik özelliklerinin “düşük düzeyde” olduğu söylenebilir (16- 0=16/5=3,20; 0-3,20: çok düşük; 3,21-6,40: düşük; 6,41-9,60: orta; 9,61-12,80: yüksek; 12,81-16,00: çok yüksek) (Tablo 2).

Sosyal görünüş kaygısı ölçeği puan ortalaması $32,86 \pm 12,39$ olarak tespit edilmiş olup ölçekten alınabilecek en düşük (16) ve en yüksek (80) puanlar dikkate alındığında katılımcıların sosyal görünüş kaygısının “düşük düzeyde” olduğu söylenebilir ($80 - 16 = 64/5 = 12,8$; 16-28,80: çok düşük; 28,81-41,60: düşük; 41,61-54,40: orta; 54,41-67,20: yüksek; 67,21-80,00: çok yüksek) (Tablo 2).

Benlik saygısı ölçeği puan ortalaması $30,28 \pm 5,23$ olarak tespit edilmiş olup ölçekten alınabilecek en düşük (10) ve en yüksek (40) puanlar dikkate alındığında katılımcıların benlik saygısının “yüksek düzeyde” olduğu söylenebilir ($40 - 10 = 30/5 = 6$; 10,0-16,0: çok düşük; 16,1-22,0: düşük; 22,1-28,0: orta; 28,1-34,0: yüksek; 34,1-40,0: çok yüksek) (Tablo 2).

3.2. Yaş Değişkenine Göre Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Tablo 3. Narsistik Kişilik Puanları, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılmasına Ait ANOVA Testi Sonuçları

	Yaş Grupları	n	$\bar{X}$	SS	F	P
Narsistik Kişilik Özellikleri	A- 18-20 yaş	23	7,35	4,47		
	B- 21-25 yaş	65	5,83	3,39	1,63	0,200
	C- 26-30 yaş	79	6,49	3,48		
Sosyal Görünüş Kaygısı	A- 18-20 yaş	23	33,52	12,80		
	B- 21-25 yaş	65	32,71	11,36	0,04	0,962
	C- 26-30 yaş	79	32,78	13,20		
Benlik Saygısı	A- 18-20 yaş	23	31,96	4,87		
	B- 21-25 yaş	65	30,74	4,63	2,58	0,078
	C- 26-30 yaş	79	29,41	5,66		

Narsist kişilik puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir (Tablo 3).

Sosyal görünüş kaygısı puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir (Tablo 3).

Benlik saygısı puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir (Tablo 3).

3.3. Cinsiyet Değişkenine Göre Narsistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Tablo 4. Narsist Kişilik Envanteri Puanları, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına Ait t Testi Sonuçları

	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Narsistik Kişilik Puanları	Kadın	80	5,84	3,74	-1,78	0,076
	Erkek	87	6,83	3,44		
Sosyal Görünüş Kaygısı	Kadın	80	29,41	10,61	-3,56	0,000
	Erkek	87	36,02	13,10		
Benlik Saygısı Puanları	Kadın	80	31,88	4,32	3,96	0,000
	Erkek	87	28,80	5,57		



Narsist kişilik puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) bulgulanmıştır. (Tablo 4).

Sosyal görünüş kaygısı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t=-3,56$; $p<0,05$). Erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygı puanı, kadın katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir (Tablo 4).

Benlik saygısı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t=3,96$; $p<0,05$). Kadın katılımcıların benlik saygısı puanı, erkek katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir (Tablo 4).

3.4. Değişkenler Arası İlişkiye Ait Bulgular

Tablo 5. Değişkenler Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	1	2	3
1-Narsist Kişilik	1	0,17*	-0,01
2-Sosyal Görünüş Kaygısı		1	-0,58**
3-Benlik Saygısı			1
	* $p<0,05$	** $p<0,01$	

Narsistik kişilik özellikleri ölçek puanı ile sosyal görünüş kaygısı puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=0,17$; $p<0,05$). Narsistik kişilik özelliği yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı da yüksektir (Tablo 5).

Narsistik kişilik özellikleri ölçek puanı ile benlik saygısı ölçek puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir (Tablo 5).

Sosyal görünüş kaygısı ölçek puanı ile benlik saygısı puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($r=-0,58$; $p<0,05$). Benlik saygısı yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düşüktür (Tablo 5).

Hipotez 1:

H₁: Narsistik kişilik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki vardır. Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre sosyal görünüş kaygısı düşüktür.

Narsistik kişilik özellikleri puanı ile sosyal görünüş kaygısı puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($\beta=0,17$; $t=2,71$; $r=0,17$; $p<0,05$). Narsistik kişilik özelliği yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı da yüksektir (Tablo 5).

H₁ RED: Narsistik kişilik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında bir ilişki vardır. Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre sosyal görünüş kaygıları yüksektir.

Hipotez 2:

H₂: Narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olan bireylerin, narsistik kişilik özellikleri puanı yüksek olmayan bireylere göre benlik saygısı yüksektir.

Narsistik kişilik özelliği ölçek puanı ile benlik saygısı ölçek puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı ($p>0,05$) tespit edilmiştir.

H₂ RED: Narsistik kişilik özelliği ile benlik saygısı arasında anlamlı bir fark bulunmadığından ilişki tespit edilememiştir.

Hipotez 3:

H₃: Sosyal görünüş kaygısının benlik saygısı üzerinde anlamlı bir etkisi vardır. Sosyal görünüş kaygısı puanları düşük olan bireylerin benlik saygısı puanları da yüksektir.

Sosyal görünüş kaygısı ölçek puanı ile benlik saygısı puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($\beta=-0,58$; $t=-9,41$; $r=-0,58$; $p<0,05$). Benlik saygısı yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düşüktür.

H₃ KABUL:

Benlik saygısı arttıkça sosyal görünüş kaygısının düştüğü görülmektedir. (Tablo 5).

Hipotez 4:

H4: Cinsiyet değişkeninin sosyal görünüş kaygısı üzerinde bir etkisi vardır. Kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanları, erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarından daha yüksektir.

Sosyal görünüş kaygısı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($t=-3,56$; $p<0,05$). Erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygı puanı, kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir (Tablo 4).

H4 RED: Cinsiyet değişkenine göre kadın katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanı, erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygısı puanlarına göre daha düşüktür.



BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu bölümde istatistiksel analizler sonucunda elde edilen ve bulgular bölümünde yer verilen araştırma sonuçları tartışılarak yorumlanmıştır. Narsistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı değişkenlerinin cinsiyet ve yaşa göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkin ve narsistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı değişkenlerinin arasındaki ilişkinin incelenmesine ilişkin elde edilen bulguların tartışma ve yorumu aşağıda sunulmuştur.

4.1. Narsistik Kişilik Özelliklerinin Yaş ve Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışmada, narsistik kişilik özellikleri cinsiyet ve yaşa göre farklılaşma göstermemiştir.

Narsizmin yaşa bağlı olarak değiştiğini ve erken yaş gruplarının yetişkin yaş gruplarına göre daha fazla narsizm eğilimi gösterdiğini bulgulayan çalışmalar bulunmaktadır (Carlson ve Gjerde, 2009). Uçar ve Konal (2018) taraflarından yürütülen araştırmadan elde edilen bulgulara göre ergenlerin narsistik eğilimlerinin yetişkinlerden daha fazla olduğu görülmüştür. Bu çalışmada herhangi bir farklılaşma görülmemesi yetişkin grubu ile çalışılmış olmasından kaynaklandığı düşünülmüştür. Atay'ın (2009) çalışmasına göre narsizm ile katılımcıların yaşları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Katılımcıların narsistik özelliklerinin eğitim durumu test edildiğinde anlamlı bir sonuç bulunmamış, yüksek lisans mezunlarının üniversite mezunlarına göre daha narsistik yanıt verdiği bulgulanmıştır. Yapılan araştırmalarda narsistik kişilik özelliklerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir sonuç bulgulanmadığı görülmektedir. Özdemir'in (2017) narsizmle ilgili yaptığı çalışmada cinsiyet değişkenine göre hem kırılıan hem de grandiyöz narsistik özellikler arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Wardetzki (2010), narsisizm düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmasından ziyade narsisizmin genel görünümünün ve dışavurumlarının cinsiyetler arası farklarının olabileceğini belirtmiştir. İlgili alanda yapılmış başka araştırmalarda da (Orhan 2014; Kocakula, 2012; Koşan, 2015) narsisizmin cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgulanmıştır. Lasch (2006) tarafından yürütülen çalışmada ise narsistik eğilimlerin erkeklerde kadın katılımcılara oranla daha fazla görüldüğü bulgulanmıştır (Akhtar ve Thomson, 1982; Philipson, 1985).

4.2. Sosyal Görünüş Kaygısının Yaş ve Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısı puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Sosyal görünüş kaygısı puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygı puanı, kadın katılımcıların puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksektir. Böylelikle 4. Hipotez doğrulanmamıştır.

Soylu ve arkadaşları tarafından ergenler üzerinde yürütülen çalışmada yaş değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı puanları gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür (Soylu vd., 2017).

Amil ve Bozgeyikli tarafından yürütülen bir diğer çalışmada cinsiyet değişkeni sosyal görünüş kaygısı puanlarında anlamlı bir farklılık göstermemiştir (Amil ve Bozgeyikli, 2015).

Moreno ve Cervello (2005), Kalafat ve Kincal (2008), Tiegman (2004) ve Alemdağ ve Öncü taraflarından yürütülen çalışmadan elde edilen bulgulara göre erkek katılımcıların kadınlara kıyasla sosyal görünüm kaygısı daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.3. Benlik Saygısının Yaş ve Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışmada benlik saygısı puanları yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermemiştir. Katılımcıların benlik saygısı puanları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstererek kadın katılımcıların benlik saygısı puanları erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Brack, Orr ve Ingersoll'un yaptığı çalışmada (1987), yaşları 12 ve 18 arasında değişen 135 ergen ile yaptıkları çalışmada kızların benlik saygılarının erkeklerden daha düşük olduğunu saptamışlardır.

Yiğit'in (2010) yürüttüğü çalışmada ise benlik saygısının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği bulgulanmış, kız ve erkek ergenlerin benlik saygıları arasında anlamlı bir fark bulgulanmamıştır.

Hamarta, (2004); Dinç (1992); Hatipoğlu (1996); Gürel (2007) tarafından yapılan araştırmalarda da erkek katılımcıların benlik saygısı düzeylerinin kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Başkara'nın (2002) yürüttüğü çalışmada, lise

öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini etkileyen etmenleri incenlediği araştırmada ise kız öğrencilerin toplam benlik saygısı puan ortalamalarının erkek öğrencilerin toplam benlik saygısı puan ortalamasından anlamlı derecede daha yüksek olduğunu bulmuştur. Yücalan (2007) tarafından yapılan araştırmada ise üniversite öğrenimine devam eden kız öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri erkek öğrencilerin benlik saygısı düzeylerine oranla daha yüksek bulunmuştur.

Literatüre göre ergenlik yaş aralığı değişmekle birlikte 11-20, 12-25 gibi yaş aralıklarının ergenlik yaşları olarak kabul edilebileceği birçok farklı kaynakta bildirilmektedir (Ulusoy vd., 1998). Bu verilere dayanarak bizim çalışma grubumuzun önemli bir çoğunluğu genç erişkin ve yetişkinlerden oluştuğu için cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunamadığı düşünülmektedir.

4.4. Narsistik Kişilik Özellikleri ve Sosyal Görünüş Kaygısı Değişkenleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan korelasyon analizi sonucunda narsist kişilik ölçek puanı ile sosyal görünüş kaygısı puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Narsist kişilik tutumu yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı da yüksektir. Yapılan regresyon analizi sonucunda narsist kişilik tutumunun sosyal görünüş kaygısı üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu saptanmıştır. Böylelikle ilk hipotez doğrulanamamıştır. Yalvari tarafından seçkin vücut geliştiriciler üzerinde yürütülen çalışmadan elde edilen bulgulara göre katılımcıların narsisizm ve görünüm puanları hakkındaki inançlarda anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu konu üzerinde yürütülen başka çalışma bulunmamaktadır.

4.5 Narsistik Kişilik Özellikleri ve Benlik Saygısı Değişkenleri Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesine Yönelik Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Bu çalışmada narsistik kişilik ölçek puanı ile benlik saygısı ölçek puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Böylelikle ikinci hipotez doğrulanamamıştır.

Tazegül tarafından kadın badminton oyuncuları üzerinde yürütülen çalışmadan elde edilen bulgulara göre narsizm ve benlik saygısı puanları arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. Narsisizm, benlik saygısı arasında pozitif bir ilişki kurmanın doğal olduğu, çünkü benlik değerinin kendinden değerli olduğunu ve benlik saygısının, bireyin mutsuz bir şekilde onlara

güvenen, gurur duyduğu, narsisistik bir birey olarak tanımlandığı kanaatindedir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular bu kanaati desteklememektedir.

Benlik saygısı yüksek olan bireyler kendilerini değerli biri olarak görme eğilimindedirler ve kendilerine yönelik değerlendirmeleri tamamen olumlu yöndedir. Yüksek benlik saygısı her ne kadar mutluluk, kendini iyi hissetme ve girişkenlik ya da gruplar içinde kendini daha iyi ifade etme ile ilişkilendirilse de yakın tarihte yapılan bazı araştırmalar daha önce de değinildiği gibi benlik saygısının abartılı ve dengesiz biçimde artırılmasının narsisizme yol açabileceğini düşündürmektedir (Baumeister vd., 2003).

4.6 Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısının Değişkenlerinin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Bu çalışmada sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı değişkenleri yaşa göre farklılık göstermemiştir. Cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında narsistik kişilik özellikleri farklılaşma göstermez iken benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı farklılaşma göstermiştir. Bu çalışmada kadın katılımcıların benlik saygısı değeri, erkek katılımcılara oranla yüksek bulunmuştur.

Sosyal görünüş kaygısı ölçek puanı ile benlik saygısı puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Benlik saygısı yüksek olan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düşüktür. Böylelikle üçüncü hipotezimiz doğrulanmıştır.

Şahin ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı ile sosyal görünüm kaygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. İstatistiksel sonuçlar, benlik saygısı ile sosyal görünüş kaygısı arasında vasat bir negatif korelasyon olduğunu göstermiştir. Başka bir deyişle, sonuçları özgüveninin düşük olduğu ergenlerin sosyal görünüm kaygısının yüksek olabileceğini veya sosyal görünüm kaygısı yüksek olan ergenlerin öz benliklerinin düşük olabileceğini göstermektedir. Bu bulgular benlik saygısı düşük olan ergenlerin daha yüksek düzeyde sosyal görünüm kaygısı gösterebileceğini veya bunun tersi olduğunu göstermektedir.

Özcan, Subaşı, Budak, Çelik, Gürel, Yıldız'ın (2013) yaptıkları çalışmada düşük sosyoekonomik düzeydeki ergenlerin benlik saygısının düşük olduğu ve anne-baba eğitim seviyesinin yüksekliği ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır (Torucu, 1990). Aksoy'un (1992) yürüttüğü çalışmada sosyoekonomik düzey ve anne-baba öğrenim durumunun benlik saygısı üzerinde etkili olduğunu bulgulanmıştır. Uygulanan ölçeklerin puanlarının hepsinin grupta birbiri ile pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı olması

psikopatolojilerin birbirini etkiliyor olabileceğini, sosyal görünüş kaygısının ve düşük benlik saygısının depresyon ve anksiyete semptomlarının fazlalığı ile ilişkisi olduğunu düşündürmektedir.



SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Narsistik kişilik özellikleri yüksek olan bireylerin sosyal görünüş kaygısı da yüksektir. Modele göre narsistik kişilik özelliğinin sosyal görünüş kaygısı üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkisi bulunmaktadır. Sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerin benlik saygısı da düşüktür. Başka bir deyişle sosyal görünüş kaygısı düşük olan bireylerin benlik saygısı da yüksektir. Benlik saygısının sosyal görünüş kaygısı üzerinde negatif yönlü ve anlamlı ilişkisi tespit edilmiş olup, benlik saygısının sosyal görünüş kaygısı üzerindeki etkisinin daha fazla olduğu görülmektedir. Öz saygısı düşük olan bireylerin yüksek düzeyde sosyal görünüş kaygısı gösterebileceği düşünülmektedir. Böylece üçüncü hipotezimiz doğrulanmış, birinci hipotezimiz doğrulanamamıştır.

Sosyodemografik değişkenler ele alındığında, narsistik kişilik özelliklerinin yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre ele alındığında herhangi anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı cinsiyete göre farklılık göstermiş, benlik saygısı kadınlarda daha yüksek, sosyal görünüş kaygısı erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Erkek katılımcılarda sosyal görünüş kaygısı puanlarının yüksek bulgulanmasının sebebi erkek katılımcıların kadın katılımcılardan daha fazla olduğu için yüksek çıkmış olabileceği düşünülmektedir. Literatürde de erkek katılımcıların sosyal görünüş kaygılarının kadın katılımcılara oranla yüksek olduğu bulgular da görülmektedir. Şahin ve arkadaşlarının ergenlerle yaptığı çalışmada sosyal görünüş kaygısı yüksek olan ergenlerin, benlik saygılarının düşük olduğu bulgulanmıştır (Şahin vd., 2014). Sosyal görünüş kaygısıyla ilgili literatürde az çalışma bulunmakta, erişkinlerle ilgili yapılan çalışma da çok az sayıdadır.

Narsistik kişilik özelliklerinin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin daha iyi aydınlatılabilmesi için örneklem sayısının artırıldığı, demografik özelliklere göre dağılımın eşit olduğu, değişkenlerin alt ölçeklerinin de yaş ve cinsiyete göre incelemesi dahil edilerek daha geniş bir alanda ileri çalışmaların yapılması önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Abarado, M.L. (2015). A Study of the Relationships between Self-esteem, Narcissism and Social Anxiety with Facebook and Internet Use Among College Students. Submitted in partial fulfilment of the requirements of the BA Hons in Psychology at Dublin Business School, School of Arts, Dublin.

Ackerman, R.A., Witt, E. A., Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W., Kashy, D. A. (2011). What Does The Narcissistic Personality Inventory Really Measure? *Assessment*, 18, 67-87.

Akhtar, S., Thomson, J.A. (1982). Overview: Narcissistic Personality Disorder. *The American Journal of Psychiatry* 139(1), 12-20.

Aksoy, A. (1992). Lise Son Sınıf Öğrencilerinin Özsaygı ve Denetim Odağını Etkileyen Bazı Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: Ankara.

Alden, L.E., Taylor, C.T. (2004). Interpersonal Processes In Social Phobia. *Clinical Psychology Review*, 24 (7): 857-882.

Alemdağ, S., Öncü, E. (2015). Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 287-300.

American Psychiatric Association (APA). (2000). *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders (DSM-IV-TR)*, (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association

Ames, D.R., Rose, P., Anderson, P.C. (2006). The NPI-16 As A Short Measure of Narcissism, *Journal of Research in Personality*, 40, pp. 440-450.

Amil, O., Bozgeyikli, H. (2015). Investigating the Relationship between Social Appearance Anxiety and Loneliness of Turkish University Youth. *Journal of Studies in Social Sciences* ISSN 2201-4624 Volume 11, Number 1, 68-96.

Antony, M.M., Swinson., R.P. (2008). The Shyness And Social Anxiety Workbook: Proven, Step-By-Step Techniques For Overcoming Your Fear. 2nd ed. Oakland, CA: New Harbinger.

Aşçı, F.H., Tüzün, M., Koca, C. (2006). An Examination Of Eating Attitudes And Physical Activity Levels Of Turkish University Students With Regard To Self-Presentational Concern. Eating Behaviors,; 7(4): 362-367.

Atasoy, M., Olcay Karabulut, E., Yalçinkaya, A. (2016). Study On Fear Of Negative Evaluation, And Social Appearance Anxiety Of University Students Engaged In Futsal. Journal of Physical Education and Sport Management, Kırşehir Ahi Evran University. Vol. 7(7) pp. 50-55.

Atay, S. (2009). Narsistik Kişilik Envanterinin Türkçeye Standardizasyonu. Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 11/1.

Avşaroğlu, S., Üre, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar Verme ve Stresle Başa çıkma Stillerinin Benlik Saygısı ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Doktora Tezi.

Back M. D., Küfner A.C.P., Dufner M., Gerlach T.M., Rauthmann J.F., Denissen J.J.A. (2013). Narcissistic Admiration And Rivalry: Disentangling The Bright And Dark Sides Of Narcissism. J. Pers. Soc. Psychol. 105 1013–1037. 10.1037/a0034431.

Baldwin, M.W., Fergusson, P. (2001). Relational Schemas: The Activation of Interpersonal Knowledge Structures in Social Anxiety. R. Crozier and LE. Alden (ed.) International Handbook of Social Anxiety, West Sussex, England: Wiley: 235-257.

Ballı, Ö.M., Aşçı, F.H. (2006). Reliability And Validity Of Social Physique Anxiety Scale. Hacettepe J Sport Sciences; 17 (1): 11-19.

Ballı Ö.M., Kirazcı S., & Aşçı F.H. (2006). Sporcu Ve Sporcu Olmayan Bayanların Sosyal Fizik Kaygı Ve Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyleri, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), XI(1): 9 – 16.

Barıtcı, F., Fidan, Z. (2018). Sosyal Ağlarda Benlik Sunumuna Dair Bir Distopya: Black Mirror Dizisi Örneği: Istanbul University Journal of Communication Sciences, 54: 37-63.

Başkara, S.V. (2002). Özsaygının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi): Ankara.

Baumeister, Roy F. (1993). Preface To Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard. Edited by Roy F. Baumeister. Plenum.

Baumeister, R.F., D. Campbell, J., Krueger, J.I., Vohs, K.D. (2003). Does High Self-Esteem Cause Better Performance, Interpersonal Success, Happiness, Or Healthier Lifestyles?. American Psychological Society Vol. 4, No. 1.

Baumgardner, A.H., Kaufman, C.M., Levy, E.P. (1989). Regulating Affect Interpersonally: When Low Esteem Leads to Greater Enhancement. Journal of Personality and Social Psychology 56:907–21.

Baumeister, R.F., Smart, L., Boden, J.M. (1996). Relation Of Threatened Egotism To Violence And Aggression: The Dark Side Of Self-Esteem. Psychological Review, 1, 5–33.

Bayrak, E., Gacar, A., Nacar, E., Aytaç, K.Y. (2015). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Narsistik Kişilik Özelliklerinin İncelenmesi. Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Sayı: 14, Haziran 2015, s. 249-261.

Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı (14. Baskı). Ankara: PEGEM Akademi.

Beck, T.A. (2005). Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar. (A. Türkcan, Çev.) İstanbul: Litera Yayıncılık.

Bogart, L.M., Benotsch, E.G. Pavlovic, J.D. (2004). Feeling Superior But Threatened: The Relation of Narcissism to Social Comparison. Basic and Applied Social Psychology: 26(1):35-44.

Bosson, J.K., Lakey, C.E., Campbell, W.K., Zeigler-Hill, V., Jordan, C.H., Kernis, M.H. (2008). Untangling The Links Between Narcissism And Self-Esteem: A Theoretical And Empirical Review. Social and Personality Psychology Compass, 2, 1415-1439.

Boutcher, S.H., Flisher-Curtin, L.A., Gines, S.D. (1998). The Effects of Self-Presentation on Perceived Exertion. Journal of Sport Exercise Psychology, 10, 270-280.

Britannica, E. (n,d) (2011). Narcissus. Retrieved March 27, 2011, from Encyclopedia Britannica Online: <http://www.britannica.com/EBchecked/topic/403458/Narcissus>

Brook, C.A., Schmidt, L.A. (2008). Social Anxiety Disorder: A Review Of Environmental Risk Factors. Department of Psychology. Neuroscience and Behaviour. McMaster University, Hamilton, Ontario, Canada.

Brookes, J. (2015). The Effect of Overt and Covert Narcissism on Self-Esteem and Self-Efficacy Beyond Self-Esteem. *Pers. Individ. Differ.* 85 172–175.

Brown, A.A., Freis, S.D., Carroll, P.J., Arkin, R.M. (2016). Perceived Agency Mediates The Link Between Narcissistic Subtypes And Self-Esteem. *Pers. Individ. Differ.* 90 124–129.

Campbell, W.K. (2001). Is Narcissism Really So Bad?. *Psychological Inquiry*, Vol. 12, No. 4, (pp. 214-216).

Campbell W. K., Miller J. D. (2013). Narcissistic Personality Disorder (n.d.) and the Five-Factor Model: Delineating NPD, Grandiose Narcissism, and Vulnerable Narcissism, in *Personality Disorders and The Five Factor Model of Personality*, 3rd Edn, eds Widiger T. A., Costa P. T., Editors. (Washington, DC: APA); 133–146. 10.1037/13939-009.

Campbell, W.K., Foster, J.D., Brunell, A.B. (2004). Running From Shame Or Reveling In Pride? Narcissism And The Regulation Of Self-Conscious Emotions. *Psychological Inquiry*, 15, 150-153.

Cansever, G. (1976). İçindeki Ben. Boğaziçi Üniversitesi Yayını. İstanbul.

Carlson, K.S., Gjerde, P.F. (2009). Preschool Personality Antecedents Of Narcissism In Adolescence And Young Adulthood: A 20-Year Longitudinal Study. *Journal of Research in Personality*, 43(4), 570- 578.

Carlsen, J.A., Roddy, S. (2012). A Study of Narcissistic Personality Disorder In The Work Place And Its Effects on Employees. A Management and Ethics Research Project Presented to the Faculty, In Partial Fulfillment of The Requirements For The Degree of Bachelor of Science.

Cash, T.F. (2004). Body Image: Past, Present, and Future. *Body Image*: 1(1), 1-5

Cash, T.F., Fleming, E.C. (2002). The Impact of Body Image Experiences: Development of The Body Image Quality of Life Inventory. *Journal of Eating Disorder*, 31, 455-460.

Cash, T.F., Santos, M.T., Williams, E.F. (2005). Coping With Body-Image Threats And Challenges: Validation Of The Body Image Coping Strategies Inventory. *Journal of Psychosomatic Research*; 58(2): 190-199.

Cast, A.D., Burke, P.J. (2002). A Theory of Self-Esteem. *University Washington State University. Social Forces*, 80(3):1041-1068.

Cheng, H., Furnham, A. (2003). Personality, Self-Esteem and Demographic Predictions of Happiness and Depression. *Personality and Individual Differences*, 34(6), 921–942.

Ciarrochi, J., Bailey, A. (2008). A CBT-Practitioner's Guide to ACT: How To Bridge The Gap Between Cognitive Behavioral Therapy And Acceptance And Commitment Therapy. Oakland, CA: New Harbinger Publications Inc.

Claes, L., Hart, T. A., Smits, D., Van Den Eynde, F., Mueller, A., Mitchell, J.E. (2012). Validation Of The Social Appearance Anxiety Scale In Female Eating Disorder Patients. *European Eating Disorders Review* 20 (5): 406-409.

Clemmens, E.R. (1984). The Work Of Karen Horney. *Am J Psychol*, 44(3): 242-253.

Cooper, A. M. Ronningstam, E. (1992). *Narcissistic Personality Disorder*. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. Freeman.

Crompton, S. (2010). *All About Me: Loving A Narcissist*. United Kingdom: Harper Collins.

Cusumano, D.L., Thompson, J.K. (1997). Body Image and Body Shape Ideals in Magazines: Exposure, Awareness, and Internalization. *Sex Roles*, 37: 701–721.

Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. 7 Baskı. Remzi Kitabevi. İstanbul.

Çiftçi, H. (2018). Ergenlerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması Meslek Yüksekokulu Ve Meslek Lisesi Öğrencileri Üzerine Bir İnceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. Cilt:17 Sayı:68 (1648-1665).

Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda Benlik Saygısı. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Davenport, S.W., Bergman, S.M., Bergman, J.Z., Fearington, M.E. (2014). Twitter Versus Facebook: Exploring The Role Of Narcissism In The Motives And Usage Of Different Social Media Platforms. Computers in Human Behavior, 32, 212-220.

Davidson, G.C., Neale, J.M., Kring A.M. (2003). Abnormal Psychology 9th Edition John Wiley & Sons: USA.

Davinson, T.E., McCabe, M.P. (2005). Relationships Between Men and Women Body Image And Their Psychological, Social, and Sexual Functioning. Sex Roles, vol. 52, no 7/8, 463- 475.

Demirbaş, E. (2009). Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Demirci, İ., Ekşi, F. (2017). Büyükleme Narsisizmin İki Farklı Yüzü: Narsistik Hayranlık ve Rekabetin Mutlulukla İlişkisi. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 46: 37-58.

Dickinson, K.A., Pincus, A.L. (2003). Interpersonal Analysis of Grandiose and Vulnerable Narcissism. Journal of Personality Disorders, 17 (3), 188-207.

Diener, E., Diener, M. (1995). Cross-Cultural Correlates of Life Satisfaction and Self-Esteem. Journal of Personality and Social Psychology, 68(4), 653–663.

Dinç, F. (1992). Cinsiyetleri Farklı Lise Öğrencilerinin Benlik Algı Düzeylerinin Özsaygı Düzeylerine Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Dilbaz, N. (1997) . Sosyal Fobi. Psikiyatri Dünyası (1): 18-24.

Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği' nin (SGKÖ) Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik Ve Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 39: 151-159.

Donnellan, M.B., Trzesniewski, K.H., Robins, R.W., Moffitt, T.E., Caspi, A. (2005). Low Self-Esteem Is Related To Aggression, Antisocial Behavior, And Delinquency. *Psychological Science*, 16(4), 328–335.

Dweck, C.S., Chiu, C., Hong, Y. (1995). Implicit Theories And Their Role In Judgements And Reactions: A World From Two Perspectives. *Psychological Inquiry*, 6(4), 267–285.

Ekşi, A. (1999). Ben Hasta Değilim- Çocuk Sağlığı ve Hastalıklarının Psikososyal Yönü. 1. Baskı, İstanbul. Nobel Tıp Kitabevi.

Eldoğan, D., Tunçel, E. (2017). Kırılgan Narsisizm ve Sosyal Kaygı Bozukluğu: Benzerlikler ve Farklılıklar. *Nesne Psikoloji Dergisi (NPD)*, Cilt 5, Sayı 11, Volume 5, Issue 11.

Ellis, H. (1898). Auto- Eroticism: A Psychological Study. *Alienist and Neurologist*, 19, 260–299.

Emler, N. (2001). *Self-Esteem: The Cost and Causes of Low Self- Worth*. New York: New York Publishing.

Ergür, E. (1996). Üniversite Öğrencilerinde Beden-Benlik Algısı Ve Ruh Sağlığı Arasındaki İlişki. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Ertürk, Y.D., Eray, T.E. (2016). Fenomenolojik Bir Kavram Olarak Kendilik ve Sosyal Ağlarda Kendilik Sunumu ile Narsistik Eğilimler İlişkisi: İletişim Fakültesi (İ.Ü.İ.F) Öğrencileri Üzerine Bir Ön Çalışma. İstanbul Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Halkla İlişkiler ve Tanıtım, İstanbul.

Erözkan, A. (2009). Ergenlerde Yalnızlığın Yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3), 809–819. 24.

Erözkan, A. (2009). İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(2), 334–345.

Fathi-Ashtiani, A., Ejei, J., Khodapanahi, M.-K., Tarkhorani, H. (2007). Relationship Between Self-Concept, Self-Esteem, Anxiety, Depression and Academic Achievement in Adolescents. *Journal of Applied Sciences*, 7, 995–1000.

Felty, R.J. (2012). Narcissism And Performance In A Management Education Teamwork Project. Appalachian State University, Master of Arts.

Fenichel, O. (1945). Nevrozların Psikanalitik Teorisi. Çeviren: S. Tuncer). Ege Üniversitesi Matbaası. İzmir, 1974.

Foster, J. D., Campbell, W.K. (2007). Are There Such Things As "Narcissists" In Social Psychology? A Taxometric Analysis Of The Narcissistic Personality Inventory. Personality and Individual Differences, 43, 1321-1332.

Frederick, C.J., Shaw, S.M. (1995). Body Image As A Leisure Constraint: Examining The Experience Of Aerobic Exercise Classes For Young Women. Leisure Sciences, vol. 17, 57- 73.

Freud, S. (1913). Totem And Taboo, Standard Edition, Cilt 13, Almancadan İngilizceye Çeviren: Strachey J., Hogarth Press Ltd, London, 1964.

Freud, S. (1957). On Narcissism: An introduction. In J. Strachey (Ed. and Trans.), The Standard Edition of The Complete Psychological Works of Sigmund Freud (Vol. 14, pp. 73– 102). London, England: Hogart.

Freud, S. (2002). Totem ve Tavru. (Çev. S. Sel), İstanbul: Sosyal Yayınları.

Furmark, T. (2002). Social Phobia: Overview Of Community Surveys. Acta Psychiatrica Scandinavica: 105:84–93.

Galebandi, F., Ebrahimi, A.A. (2004) . Personality Characters of Noise Surgery Volunteers. Journal of Psychiatry and Clinical Psychology (Thoughts and Behavior), 9th Year, No 4 (Continuous No 36), (4-10).

Gander, J. M. W.H. Gardiner. (2010). Çocuk ve Ergen Gelişimi. 7th ed. Ankara: İmge Kitabevi

Garrison, K.C. (1975). Psychology of Adolescence. Prentice – Hail Inc., 6. Baskı. (S: 145- 146).

Gautreau, M., Chantal-Sherry, B., Simon- Mushquash, R., Aislin- Steward, Sherry, H. (2015). Is Self Critical Perfectionism An Antecedent Of Or A Consequence Of Social Anxiety, Or

Both? A 12-Month, Three Wave Longitudinal Study. *Personality and Individual Differences*, Volume 82, August, (125–130).

Gecas, V. (1982). The Self-Concept. *Annual Review of Sociology*, (8:1–33).

Gençtan, E. (1981). Benlik Gelişimi. *Psikanaliz ve Sonrası*, Hürriyet Yayınları, İstanbul. (ss. 69- 122).

Gentile, B., Miller, J.D., Hoffman, B.J., Reidy, D.E., Zeichner, A., Campbell, W.K. (2013). A Test of Two Brief Measures of Grandiose Narcissism: The Narcissistic Personality Inventory–13 And The Narcissistic Personality Inventory-16. *Psychological Assessment*, 25(4), 1120.

Gezer, E. (2014). The Examination of The Correlation Between Social Physique Anxiety Levels and Narcissism Levels of The Students Who Studied at The SPES. *Mustafa Kemal University*. Vol.9(19), (pp. 857-865).

Grijalva, E., Harms, P.D., Newman, D.A., Gaddis, B.H., Fraley, R.C. (2015). Narcissism and Leadership: A Meta-Analytic Review of Linear and Nonlinear Relationships. *Personnel Psychology*, 68(1), 1-47.

Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M.B., Harms, P.D., Robins, R. W., Yan, T. (2015). Gender Differences in Narcissism: A meta-Analytic Review. *Psychological Bulletin*, 141(2), 261.

Guindon, M.H. (2002). Toward Accountability In The Use Of The Self-Esteem Construct. *Journal Of Counseling And Development*, 80(2), 204-213.

Gümüş, A.E. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Beden İmgelerinden Doyum Sosyal Kaygı Düzeyleri ile İlişkisinin İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* 33 (1): 99-108.

Gümüş, A.E. (2006). Sosyal Kaygının Benlik Saygısına ve İşlevsel Olmayan Tutumlara Göre Yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 63-75.

Gürel, Ö. (2007). Görme Engelli Ergenlerle Gören Ergenlerin Benlik Saygısı Gelişimlerin Karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü: Ankara.

Hamarta, E. (2004). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerindeki Bazı Değişkenlerin (Benlik Saygısı, Depresyon ve Saplantılı Düşünme) Bağlanma Stilleri Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hamzavi, F., Ghorbani, N. (2007). Narcissism and Sexual Roles Among Girl Teenagers of Iran. Women Studies Journal, 5th Year, n 2, 55-72.

Hart, E.A., M.R. Leary, W.J. Rejeski. (1989). The Measurement of Social Physique Anxiety. Journal of Sport & Exercise Psychology 11 (1): 94-104

Hart, T.A., Flora, D.B., Palyo, S.A., Fresco, D., Holle, C., Heimberg, R.C. (2008). Development and Examination of The Social Appearance Anxiety Scale. Assessment; 15: 48- 59.

Harter, S. (1993). Causes and Consequences of Low Self-Esteem in Children and Adolescents. Pp. 87–116 in Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard, Edited by Roy F. Baumeister. Plenum.

Harvard Health Publications. (2004). Narcissism and Self-Esteem. (E. B. Members, Ed.) Harvard Mental Heal Liechty T, 2004. Body Image and Beliefs About Appearance: Maternal Influences and Resulting Constraints on Leisure of College-Age Women. A Thesis Submitted to The Faculty of Brigham Young University in Partial Fulfillment of the Requirements For The Degree of Master of Science, Department of Recreation Management and Youth Leadership, Brigham Young University th Letter, 20 (8), 5.

Hatipoğlu, Z. (1996). Ergenlik Çağındaki Öğrencilerin Benlik Tasarım Düzeyleri İle Algılanan Anne Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: İstanbul.

Haseebi, N. (2013). The Concept of Narcissism From Freud Point of View. Psychology Website, www.publicpsychology.ir

Hayes, S. C., Strosahl, K., Wilson, K.G. (2011). Acceptance And Commitment Therapy: The Process And Practice Of Mindful Change (2nd ed.). New York: The Guilford Press.

- Heatherton, T.F., Wyland, C.L. (2003). Assessing Self-Esteem. In S.J. Lopez and C.R. Snyder (Eds.), *Positive Psychological Assessment: A Handbook of Models and Measures* (pp. 219-233). Washington, DC: American Psychological Association
- Heaven, P., Ciarrochi, J. (2008). Parental Styles, Gender and the Development of Hope and Self-Esteem. *European Journal of Personality*, 22(8), (707–724).
- Heideri, C.M., Kermani, M. (2010). Aesthetic Beliefs Relationship With Body Image and The Body Manage Ways in Youth 18 to 30 Years Old in Mashhad. *Journal of Social Studies*, Vol. 4, No: 4, (Continuous no 12), (30-49).
- Hendin, H.M., Cheek, J.M. (1997). Assessing Hypersensitive Narcissism: A Reexamination of Murray's Narcissism Scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599.
- Hidalgo, R.B., Barnett, S.D., Davidson, J.R.T. (2001). Social Anxiety Disorder In Review: Two Decades Of Progress. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 4:279–98.
- Houlcroft, L., Bore, M., Munro, D. (2012). Three Faces of Narcissism. *Pers. Individ. Differ.* 53 (274–278).
- Hudson, J.L., Rapee, R.M. (2000). The Origins Of Social Phobia. *Behavior Modification*, 24:102–29.
- İrmiş, A., Çoban, H. (2018). Yöneticilerde Narsisizm Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, Cilt 14, Sayı 1.
- James, W. (1950). *The Principles Of Psychology*. Vol 1. Reprint Edition, Dover Publications. (Kitabın orijinali 1890 yılında MacMillan and Co, London tarafından basılmıştır.)
- John, E.G., Goldberg, A. (1994). Kendilik Psikolojisinin Ortaya Çıkışı. *Zihin Modelleri* (Çeviren: İşcan C., ss. 63-76).
- Jonason, P.K., Slomski, S., Partyka, J. (2012). The Dark Triad At Work: How Toxic Employees Get Their Way. *Personality and Individual Differences*, 52, s: 449-453.
- Joubert, C.E. (1989). Birth Order and Narcissism. *Psychological Reports*, 64(3), 721- 722

Joshi, S., Srivastava, R. (2009). Self-Esteem and Academic Achievement of Adolescents”. Journal of the Indian Academy of Applied Psychology October 2009, Vol. 35, Special Issue, 33-39.

Kalafat, T, Kincal, R.Y. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Beden Memnuniyeti Düzeyleri İle Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Buca Eğitim Fakültesi Dergisi, 23; 41-47.

Kang, JY.M., Johnson, K.K., Kim, J. (2013). Clothing Functions and Use of Clothing to Alter Mood. International Journal of Fashion Design, Technology and Education; 6(1): 43-52.

Kansi, J. (2003). The Narcissistic Personality Inventory: Applicability In A Swedish Population Sample. Scandinavian Journal of Psychology, 44, s: 441-448.

Kaplan, H. (1975). The Self-Esteem Motive. Pp. 10–31 in Self-Attitudes and Deviant Behavior, Edited by Howard B. Kaplan. Goodyear

Kara, A. (2016). Sosyal Görünüş Kaygısı ile Utangaçlık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Birey Ve Toplum Dergisi Cilt 6 . Sayı 11.

Karaaziz, M., Atak, İ.E. (2013). Narsisizm ve Narsisizmle İlgili Araştırmalar Üzerine Bir Gözden Geçirme. Nesne, 1(2), 44-59.

Karakaş, Y. (2008). Lise Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri İle Sosyal Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.

Kernberg, O. (1975). Borderline Conditions and Pathological Narcissism. New York: Jason Aronson. Çeviren. M Atakay, Birinci Basım, 1999, Metis Yayınları.

Kernberg, O. (1998). Pathological Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Background and Diagnostic Classification. In Ronningstam, E.F. (Ed.). Disorders of Narcissism: Diagnostic, Clinical and Empirical Implications. Washington, DC: American Psychiatric Press.

Kets de Vries, M. (2004). Organizations on The Coach: A Clinical Perspective on Organizational Dynamics, European Management Journal, 22 (2), 183-200.

Khalek, A.M.A. (2016). Introduction To The Psychology Of Self- Esteem. Nova Science Publisher, Editors: F. Holloway, (pp.1-23).

Kızıltan, H. (2000). Narcissistic Personality Inventory (NPI) Ölçeğinin Türkçe Formu Dil Eşdeğerliliği, Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışmaları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İÜSBE, İstanbul.

Kocakula, Ö.(2012). Narsistik ve Obsesif Kompulsif Kişilik Bozukluklarının Karar

Süreçlerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.

Kohut, H. (1977). Restoration Of The Self. New York: International University Pressh Press.

Koptalgel - İlal, G. (1984). Tıpsal Psikoloji. Fatih Gençlik Vakfı Matbaası İşletmesi, 2. Baskı.

Korkmaz, M. (1996). Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlilik Çalışması. Ege Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi. İzmir.

Koşan, Y. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Facebook Kullanımının Narsisizm ve Saldırganlık Düzeyleri İle İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.

Köroğlu, E. (1996). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı. 4. Baskı. Ankara. Hekimler Yayın Birliği, s. 556.

Kula, N. (2001). Kimlik ve Din. Ayışığı Yayınları. İstanbul.

Krizan K., Herlache A.D. (2017). The Narcissism Spectrum Model: A Synthetic View Of Narcissistic Personality. Pers. Soc. Psychol. Rev. 22 3–31.

Leary, M.R., Kowalski, R.M. (1990). Impression Management: A Literature Review And Twocomponent Model. Psychological Bulletin, 107, 34-47.

Leary, M.R., Tate, E.B., Adams, C.E., Allen, A.B., Hancock, J. (2007). Self-compassion And Reactions To Unpleasant Self Relevant Events: The Implications Of Treating Oneself Kindly. Journal of Personality and Social Psychology, 92(5).

Laplanche, J., Pontalis, J.B. (1988). The Language Of Psychoanalysis. Fransızcadan İngilizceye Çeviren: Donald Nicholans-Smith. London: Karnac Books.

Lasch, C. (2006). *Narsisizm Kültürü*. Çev. Suzan Öztürk ve Ümit Hüsrev Yolsal, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Leckelt M., Küfner A.C.P., Nestler S., Back M.D. (2015). Behavioral Processes Underlying The Decline Of Narcissists' Popularity over time. *J. Pers. Soc. Psychol.* 109 856–871.

Levinson, C.A., Rodebaugh, T.A. (2011). Validation Of The Social Appearance Anxiety Scale: Factor, Convergent, and Divergent Validity. *Assessment* 18 (3): 350-356.

Liechty, T. (2004). *Body Image And Beliefs About Appearance: Maternal Influences And Resulting Constraints On Leisure Of College-Age Women*. A Thesis Submitted To The Faculty Of Brigham Young University In partial Fulfillment Of The Requirements For The Degree Of Master of Science, Department Of Recreation Management And Youth Leadership, Brigham Young University.

Liechty, T., Freeman, P.A., Zabriskie, R.B. (2006). Body Image And Beliefs About Appearance: Constraints On The Leisure Of College-Age And Middle-Age Women. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, Vol. 28, Issue 4, 311-330.

Lindwall, M., Lindgren, E.C., (2005). The Effects Of An Exercise Intervention Program on Physical Self Perceptions and Social Physique Anxiety in Nonphysically Active Adolescent Swedish Girls. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 643-658.

Longmore, M.A., DeMaris, A. (1997). Perceived Inequity and Depression in Intimate Relationships: The Moderating Effect of Self-Esteem. *Social Psychology Quarterly* 60:172–84.

Makikangas, A., Kinnunen, U., Feldt, T. (2004). Self-Esteem, Dispositional Optimism, And Health: Evidence From Cross-Lagged Data On Employees. *Journal of Research in Personality*, 38(6), 556–575.

Malmquist, C.P. (2006). *Homicide: A Psychiatric Perspective*. (2nd ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Martin, J. (2010). The Development of Ideal Body Image Perceptions in the United States :45(3):98–110.

- Marshall, S.L., Parker, P.D., Ciarrochi, J., Sahdra, B., Jackson, J.C., Heaven, P.C.L. (2015). Self-Compassion Protects Against the Negative Effects of Low Self-Esteem: A Longitudinal Study In A Large Adolescent Sample. *Personality and Individual Differences* 74 (2015) 116–121.
- Maşrabacı, T.S. (1994). Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- McCabe, M.P., Ricciardelli, L.A. (2004). Body Image Dissatisfaction Among Males Across The Lifespan: A Review Of Past Literature. *Journal of Psychosomatic Research*, 56(6), 675-685.
- Mercan, S.Ç. (2007). Bilişsel-Davranışçı Yaklaşımla Bütünleştirilmiş Sosyal Beceri Eğitiminin Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyine Etkisi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul, 2007.
- Miller, J. D. Maples, J. (2011). Trait Personality Models of Narcissistic Personality Disorder, Grandiose Narcissism, and Vulnerable Narcissism. *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments* (71–88). Hoboken, NJ: Wiley.
- Miller, J. D., Hoffman, B. J., Gaughan, E. T., Gentile, B., Maples, J., Keith Campbell, W. (2011). Grandiose and Vulnerable Narcissism: A Nomological Network Analysis. *Journal of Personality*, 79(5), 1013-1042.
- Miller J.D., Lynam D.R., Vize, C., Crowe, M., Sleep, C., Maples-Keller, J.L. (2017). Vulnerable Narcissism Is (Mostly) A Disorder Of Neuroticism. *J. Personal.*
- Miller J.D., Lynam D.R., Hyatt C.S., Campbell W.K. (2017). Controversies In Narcissism. *Annu. Rev. Clin. Psychol.* 13 1.1–1.25.
- Miller, J.D., Price, J., Gentile, B., Lynam, D.R., Campbell, W.K. (2012). Grandiose And Vulnerable Narcissism From The Perspective Of The Interpersonal Circumplex. *Personality and Individual Differences*, 53, 507-512.

- Millon, T. (1981). *Disorders of Personality. DSM-III: Axis II*. New York: John Wiley and Sons.
- Mohammadzadeh, A. (2009). Validating Narcissistic Personality Questionnaire (NPI). *Psychological Health Principals Journal*, 4th year, n 11, 276-281.
- Mohammadpna, A.O., Yousefi, R. (2011). The Study Of Beliefs About Body Appearance And Inferiority Feeling Among Cosmetic Surgery Volunteers. *Skin And Beauty Journal* : Vol. 2, No 2, 85-97.
- Mokhtari, A.N., Sargholzari, M., Aivazi, N., Karimi, S.H, Ebrahimzadeh, S. (2002). The Study Of Rhinoplasty Beauty Effects On Psychological State Of Attendance On The Bases Of GHQ Questionnaire. *Ear, Nose And Throat Journal*, 14th Year, No 3-4(Continuous No 30), 29-35.
- Moreno, J.A., Cervelló, E. (2005). Physical Self-Perception in Spanish Adolescents: Effects of Gender and Involvement in Physical Activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291- 311.
- Morf C.C., Rhodewalt, F. (2001). Unraveling The Paradoxes Of Narcissism: A Dynamic Self-Regulatory Processing Model. *Psychol. Inq.* 12 177–196.
- Moscovitch, D.A., Rowa, K., Paulitzki, J.R. , Ierullo, M.D., Chiang, B., Antony, M.M., McCabe, R.E. (2013). Self-Portrayal Concerns And Their Relation To Safety Behaviors And Negative Affect In Social Anxiety Disorder. *Behaviour Research and Therapy*, 2013; 51(8): 476-486.
- Mruk, C. (1995). *Self-Esteem: Research, Theory, and Practice*. Springer
- Murphy, C.M., Stosny, S. Morrel, T.M. (2005). Change In Self-Esteem And Physical Aggression During Treatment For Partner Violent Men. *Journal of Family Violence*, 20, 201-210.
- Mueller, C.M., Dweck, C.S. (1998). Praise For Intelligence Can Undermine Children's Motivation And Performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 33–52.
- Neff, K. (2003). Self-Compassion: An Alternative Conceptualization Of A Healthy Attitude Towards Oneself. *Self and Identify*, 2, 85–101.

Neff, K. (2009). The Role Of Self-Compassion In Development: A Healthier Way To Relate To Oneself. *Human Development*, 52, 211–214.

Ni, C., Lo, D., Liu, X., Ma, J., Xu, S., Li, L. (2012). Chinese Female Nursing Students' Coping Strategies, Self- Esteem and Related Factors In Different Years Of School. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(4), 152-164.

Oktan, V., Şahin, M.. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslar arası İnsan Bilimleri Dergisi* 7: 2. Accessed December, 19.

O'Mara, A.J., Marsh, H.W., Craven, R.G., Debus, R.L. (2006). Do Self-Concept Interventions Make A Difference? A Synergistic Blend Of Construct Validation And Meta-Analysis. *Educational Psychologist*, 41(3), 181–206.

Orhan, G. (2014). Narsisizm Etiyolojisi ve Dindarlıkla ilişkisi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Kayseri.

Orth, U., Robins, R.W., Meier, L.J. (2009). Disentangling The Effects Of Low Self- Esteem And Stressful Events On Depression: Findings From Three Longitudinal Studies. *Personality Processes and Individual Differences*, 97(2), 307–321.

Orth, U., Robins, R.W., Roberts, B.W. (2008). Low Self-Esteem Prospectively Predicts Depression In Adolescence And Young Adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95, 695–708.

Orth,U., Robins, R.W., Meier, L.L., Conger, R.D. (2016). Refining the Vulnerability Model of Low Self-Esteem and Depression: Disentangling the Effects of Genuine Self-Esteem and Narcissism. *Disentangling The Effects Of Genuine Self-Esteem And Narcissism. Journal of Personality and Social Psychology*, 110, 133-149.

Ozan, E., Kırkpınar, İ., Aydın, N., Fidan, T., Oral, M. (2008). Narsisistik Kişilik Bozukluğu: Gelişim Süreçleri ve Yaşamı. *Reviews, Cases and Hypothesis in Psychiatry*, 2, 1-2.

Öner, N., Lecompte, A. (1985). *Durumluk – Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı*. (2. Baskı). Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.

Özakkaş, T. (2006). (Ed.), *Narsistik ve Borderline Kişilik Bozuklukları*, Litera Yayıncılık. İstanbul.

Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş.C., Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal of Mood Disorders* 3 (3): 107-13.

Özdemir, H.E. (2017). Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Bağlanma Stilleri İle Narsisizm Arasındaki İlişki: Reddedilme Duyarlılığının Aracı Rolü. *Işık Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi*.

Özgüngör, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısı Düzeyine Göre Kimlik Statüleri ile Başarı Yönelimleri Arasındaki İlişki. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Sayı 35 (Ocak 2014/I), (ss. 33-46).

Özteke Kozan, H.İ., Hamarta, E. (2017). Beliren Yetişkinlikte Beden İmgesi: Bağlanma ve Sosyal Görünüş Kaygısının Rolü. *Türk Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Derneği. Cilt/Volume 7, Sayı/Number 48, Sayfa/Pages 63-81*.

Öztürk, O. (1985). *Psikanaliz ve Psikoterapi*. Sevinç Matbaası. Ankara.

Öztürk, A., Kara, A., Körük, S. (2015). Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Cinsiyet Roller ve Yüz Kızarma Eğitimlerinin Sosyal Görünüm Kaygılarını yordama Gücü ve Aralarındaki İlişki. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic* Volume 10/10, (p. 733-748).

Paulhus D. L. (2001). Normal Narcissism: Two Minimalist Accounts. *Psychol. Inq.* 12 228–230.

Pajares, F., Schunk, D.H. (2002). Self and Self-Belief In Psychology and Education: An Historical Perspective”, In J. Aronson (Ed.), *Improving Academic Achievement*: New York: Academic Press.

Pearlin, L.I., Schooler, C. (1978). The Structure of Coping. *Journal of Health and Social Behavior* 19:2–21.

Peterson, G.W., Rollins, B.C. (1987). Parent–Child Socialization. Pp. 471–507 in *Handbook of Marriage and the Family*, edited by Marvin B. Sussman and Susan K. Steinmetz. Plenum.

Peyvasteghar, M., Yazdi, S.M., Mokhtari, L. (2012). Comparison Of Narcissism Aspects In Aggressive And Non-Aggressive Girl Teenagers. *Journal Of Behavior Sciences*, Vol. 6, n 2, 119-124.

Philipson, I. (1985). Gender And Narcissism. *Psychology of Women Quarterly*, 9(2), 213- 228.

Pincus A.L., Ansell E.B., Pimentel C.A., Cain N.M., Wright A.G.C., Levy K.N. (2009). Initial Construction And Validation Of The Pathological Narcissism Inventory. *Psychol. Assess.* 21 365–379.

Pope, A., Mchale, S. (1988). *Self-Esteem Enhancement with Children and Adolescents*. New York: Pergamon Press.

Raghibi, M., Minakhany, G. (2012). Body Management And Its Relation With Body Image And Self -Concept. *Knowledge & Research In Applied Psychology*, Vol 12. No 4 (continuous no. 46), 72-81.

Ramey, V.C. (1948). Self-Reference In Counseling Interviews. *Journal Of Consulting Psychology*, 12, 153-163.

Rank, O. (1911). Ein Beitrag Zum Narzissusmus. *Jb. Psychoanal.& Pscycopathol. Forsch.*, 3: 401–426.

Rapier, M.L. (2005). *An interview Study of Narcissistic Executives: Piercing The Corporate Veil of Narcissism In The Workplace*. Saybrook Graduate School and Research Center, Yayınlanmış Doktora Tezi.

Reddy, S.L. (2013). Understanding The Body Image Experiences Of Older Me. *International Journal of Humanities And Social Science*, Vol. 3, no 9, 34-42

Robins, R.W., Tracy, J.L., Trzesniewski, K., Potter, J., Gosling, S.D. (2001). Personality Correlates Of Self-esteem. *Journal of Research in Personality*, 35(4), 463–482.

Rogoza, R. Piotrowska, M.Z., Kwiatkowska, M.A., Kwiatkowska, K. (2018). The Bright, the Dark, and the Blue Face of Narcissism: The Spectrum of Narcissism in Its Relations to the Metatraits of Personality, Self-Esteem, and the Nomological Network of Shyness, Loneliness, and Empathy, *Front in Psychol*; (9: 343).

Rogoza R., Wyszynska P., Maćkiewicz M., Ciecuch J. (2016). Differentiation Of The Two Narcissistic Faces In Their Relations To Personality Traits And Basic Values. *Pers. Individ. Differ.* 95 85–88.

Rose, P. (2002). The Happy And Unhappy Faces Of Narcissism. *Personality And Individual Differences*, 33, 379-391.

Rosenberg, M. (1976). Beyond Self-Esteem: The Neglected Issues in Self-concept Research. Paper presented at the annual meetings of the ASA. ———. 1979. *Conceiving the Self*. Basic Books. ———. 1990. "The Self-Concept: Social Product and Social Force." Pp. 593–624 in *Social Psychology: Sociological Perspectives*, edited by Morris Rosenberg and Ralph H. Turner. Transaction

Rosenberg, M., Schooler .C, Schoenbach,C., Rosenberg, F. (1995). Global Self-Esteem and Specific Self-Esteem. *American Sociological Review* 60:141–56.

Rozenblatt, S. (2002). In Defence of Self: The Relationship of Self-Esteem and Narcissism to Agressive Behavior Long Island University, Psychology, Yayınlanmamış Doktora Tezi, USA

Ronningstam, E.F. (2005). *Identifying And Understanding The Narcissistic Personality*. New York: Oxford University Press.

Russell, W.D. (2002). Comprasion of Self Esteem, Body Satisfaction, and Social Physique Anxiety Across Males of Different Exercise Frequency and Racial Background. *Journal of Sport Behavior*, 26: 298-313.

Sadock, B.J., Kaplan, H.I. (2007). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioural Sciences/Clinical Psychiatry*. (10th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Satılmış, G. (1988). Yetiştirme Yurdunda Yayan Ergenlerde Benlik Saygısı. *Anadolu Üniversitesi Psikiyatri Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi*.

Schneier, F.R. (2006). Social Anxiety Disorder. *The New England Journal of Medicine*: 355:1029–36.

Sedikides, C., Gress, A.P. (2003). Portraits Of The Self. In M. A. Hogg and J. Cooper (Eds.), *Sage Handbook Of Social Psychology* (pp. 110-138). London: Sage.

Seki, T., Dilmaç, B. (2015). Ergenlerin Sahip Oldukları Değerler ile Öznel İyi Oluş ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeyleri Arasındaki Yordayıcı İlişkiler: Bir Model Önerisi. Eğitim ve Bilim, 40 (179); 57-67.

Seward, S.K. (2007). Are Narcissists Bad For Relationships Or Are Relationships Bad For Narcissists?: The Effect Of Narcissism On Close Relationships. Narcissism And Relationships, Department of Psychology St. Francis Xavier University.

Smelser- Neil, J. (1989). Self-Esteem and Social Problems: An Introduction.” Pp. 1–23 in The Social Importance of Self-Esteem, edited by Andrew M. Mecca, Neil. J. Smelser, and John Vasconcellos. University of California Press.

Sara, K. (2007). Are Narcissists Bad For Relationships Or Are Relationships Bad For Narcissists?: The Effect Of Narcissism On Close Relationships. Narcissism And Relationships, Department of Psychology St. Francis Xavier University.

Siomopoulos, V. (1988). Narcissistic Personality Disorder: Clinical Features. American Journal of Psychotherapy, 42(2):240-253.

Spencer, S.J., Robert A., Josephs, R.A., Steele, C.M. (1993). Low Self-Esteem: The Uphill Struggle for Self-Integrity. Pp. 21–36 in Self-Esteem: The Puzzle of Low Self-Regard, Edited by Roy F. Baumeister. Plenum.

Soylu, Y., Atik, F., Öçalan, M. (2017). Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi. S.38-45.

Steele, C.M. (1988). The Psychology of Self-affirmation: Sustaining the Integrity of the Self. Pp. 261–302 in Advances in Experimental Social Psychology, Vol. 21, Edited by Leonard Berkowitz. Academic Press.

Svrakic, D.M. (1985). Emotional Features Of Narcissistic Personality Disorder. American Journal of Psychiatry 142:720-724.

Sullivan, H.S. (1953). Conception of Modern Psychiatry, W. W. Norton & Company, New York.

Sung, R.Y.T, Yu, C.W., Yani, R.C.H., Lam, P.K.W., Hau, K.T. (2004). Selfperception of physical competences in preadolescent overweight chinese children. *European Journal of Clinical Nutrition*; 59(2): 101–106.

Sübaşı, G. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygıyı Yordayıcı Bazı Değişkenler. *Eğitim Ve Bilim* 32 (144): 3-15.

Şahin, E., Topkaya, N. (2010). Factor Structure of the Social Appearance Anxiety Scale in Turkish Early Adolescents. *Universal Journal of Educational Research* 3(8): 513-519

Şahin, E. (2012). Bazı Değişkenlere Göre İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Sosyal Görünüş Kaygıları. Unpublished Master thesis, On Dokuz Mayıs University, Institute of Educational Sciences.

Şahin, E., Barut, Y., Ersanlı, E. (2013). Sociodemographic Variables in relation to Social Appearance Anxiety in Adolescents. *The International Journal of Social Sciences*, 15(1), 56–63.

Şahin, E., Barut, Y., Ersanlı, E., Kumcağız, H. (2014). Self-Esteem and Social Appearance Anxiety: An Investigation of Secondary School Students. *Journal of Basic Applied Science Research*; 4 (3): 152–159.

Tajbakhsh, G., Rousta, M. (2012). The Effect of Social Support on Self-Esteem. *Journal of Basic and Applied Research*, 2(11), 11266–11271.

Talepasand, S., Bigdeli, I., Fallah, Z. (2011). Psychometric Properties Of Iranian Version Of Beliefs About Body Appearance Scale. *Ghomes*, Vol. 13, n 1(Continuous no 41), 14-22.

Tamini, B.K., Valibeygi, R. (2011). The Impact of Gender, Age and Academic Branch on Self-Esteem of Students. *Journal of Basic and Applied Research*, 1(9), 1065–1069.

Tazegül, Ü., Soykan, A. (2013). The Comparision of Narcissism Levels of Theathletes at Individual Sports According to Their Socio-Demographic Features. *American International Journal of Contemporary Research* Vol. 3 No. 7.

Tesser, A. (1988). Toward A Self-Evaluation Maintenance Model of Social Behavior. Pp. 181–227 in *Advances in Experimental Social Psychology*, Edited by Leonard Berkowitz. Academic Press.

Thoits, P.A. (1994). Stressors And Problem-Solving: The Individual As Psychological Activist.” Journal of Health and Social Behavior 35:143–59.

Tiegan, M. (2004). Body Image Across The Adult Life Span: Stability and Change. Body Image, 1 (1); 29-41

Thomas K.M., Wright A.G.C., Lukowitsky M.R. (2012). Evidence For The Criterion Validity And Clinical Utility Of The Pathological Narcissism Inventory. Assessment 19 135–145.

Trixler, M., Gati, A., Teny, T. (2010). Artistic Creativity In The Light Of Jungian Analytical Psychology. Psychiatr Hung, 25(4): 353-358.

Torucu, B.K. (1990). 13-14 Yaşındaki Gençlerin Sosyo-Ekonomik Düzeyi ve Anne-Baba Tutumlarındaki Farklılıkların Belirlenip Benlik Saygısına Etkisinin Araştırılıp, Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü: İzmir.

Tufan, B., Yıldız, S. (1993). Geri Dönüş Sürecinde İkinci Kuşak. Hacettepe Üniversitesi Yayınları: Ankara.

Tokuş, L. (2010). Benlik Saygısı Değerlendirme Ölçeği-Kısa Formu Türkçe Güvenilirlik ve Geçerlilik Çalışması. Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi.

Twenge, J.P. (2009). The Narcissism Epidemic: Living In The Age Of Entitlement. New York, NY, USA: Free Press A Division of Simon & Schuster, Inc. 22-23.

Uçar, M.E., Konal, B. (2018). Öğretmenler ile Lise ve Üniversite Öğrencilerindeki Narsisizm Kişilik Özellikleri Benlik Saygısı ve Duygu Gereksinimi Arasındaki İlişkiler. Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi.

Ulusoy, M., Şahin, N., Erkman, H. (1998). Turkish Version of The Beck Anxiety Inventory: Psychometric Properties. J Cognitive Psychotherapy: Int Quaterly; 12:28-35.

Ümmet, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygının Cinsiyet Roller ve Aile Ortamı Bağlamında İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Bilim Dalı, İstanbul, 18.

Vaknin, S. (2003). The World Of The Narcissist. Palo Alto, CA: Narcissus Publishing.

Var, L., Karabulut, E.O., Atasoy, M. (2018). Examination Of Social Appearance Anxiety Levels Of Senior Taekwondo Athletes Studying At University. International Journal Of Eurasia Social Sciences.

Watson, D., Friend, R. (1969). Measurement Of Social-Evaluative Anxiety. J. Consult. Clin. Psychol. 33(4):448-457.

Wardetzki, B. (2010). Dişı Narsisizm Uçlarda Yaşayanlar Kabul Görmeye Olan Açlık, (Çeviren: Feyza Sarper Öztürk, Mukaddes Öğünmez) Sistem Yayıncılık, İstanbul.

Wells, L.E., Marwell, G. (1976). Self-Esteem: Its Conceptualization and Measurement. Sage

Weeks, J.W., Heimberg, R.G., Rodebaugh, T.L. (2008). The Fear Of Positive Evaluation Scale: Assessing A Proposed Cognitive Component Of Social Anxiety. J. Anxiety Disord. 22:44–55.

Wharren, M. (2010). A Psychocriminological Investigation Into The Role Of Narcissistic Personality Disorder In Rage-Type Murder. Department of Social Work and Criminology Faculty of Humanities University of Pretoria.

Wink, P. (1991). Two Faces Of Narcissism. Journal of Personality and Social Psychology, 61 (4), 590-597.

Vaknin, S. (2003). The World Of The Narcissist. Palo Alto, CA: Narcissus Publishing.

Yaacob, S., Juhari, R., Talib, M., Uba, I. (2009). Loneliness, Stress, Self Esteem And Depression Among Malaysian Adolescents. Jurnal Kemanusiaan Bil. 14, Dis

Yanbastı, G. (1996). Kişilik Kuramları. İzmir: Ege Üniversitesi, Basımevi.

Yang, C.Y., Brown, B. (2016). Online Self-Presentation on Facebook and Self Development During the College Transition. J Youth Adolescence, 45:402–416

Yaşartürk, F.Ç., Kul, F., Mutlu, M.T., Akyüz, H. (2014). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Sosyal Fiziki Kaygı Durumlarının İncelenmesi. International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue 1, July, (863-869).

Yavari, Y. (2014). Narcissism And Its Relations With Beliefs About Body Appearance And Personal Characteristics Among Elite Body Builders. *International Journal of Sport Studies* 2014 Vol.4 No.4 pp.394-399 ref.42

Yılmaz, H.A. (2016). Bir Derleme: Benlik Kavramına İlişkin Bazı Yaklaşımlar ve Tanımlamalar. *Sosyal Bilimler Dergisi* Sayı: 48.

Yiğit, H. (2010). Ergenlerin Benlik Saygılarının Yaşam Doyumu ve Bazı Özlük Nitelikleri Açısından İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.

Young, J. E., Klosko, J. S., Weishaar, M. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York (NY): Guilford Publications

Yousefi, B., Hassani, Z., Shokri, O. (2009). Reliability and Factor Validity of The 7-İtem Social Physique Anxiety Scale (SPAS-7) Among University Students İn Iran. *World Journal of Sport Sciences*, 2(3), 201-204.

Yörükoğlu, A. (1985). *Gençlik Çağı. Özgür Yayınları*, 7. Baskı: İstanbul.

Yücalan, Ö. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Yakın İlişkilerinin Bazı Değişkenler ve Baskın Ben Durumları Açısından İncelenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*. Selçuk Üniv. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yüceant, M., Unlu, H. (2017). The Analysis Of Social Appearance Anxiety Levels Of Physical Education Teacher Candidates In Terms Of Different Variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*. Volume: 19 - Issue: 1 - Pages: 102-108.

EKLER

EK-1.SOSYODEMOGRAFİK VERİ FORMU

Adı, Soyadı:..... T././M...

2)Cinsiyetiniz: a)Kadın b)Erkek



EK.2-NARSİSTİK KİŞİLİK ENVANTERİ (NPI)

Aşağıdaki cümle çiftlerini okuyun ve kendinizle ilgili duygu ve düşüncelerinizi nispeten doğru yansıtan ifadenin yanına çarpı (x) koyun. Herhangi ifadenin sizi tam olarak yansıtmadığını düşünebilirsiniz. Yine de size daha yakın olan hangisiyse onu işaretleyin. **Lütfen 16 sorunun tamamını yanıtlayın. Her soruda size en yakın gelen tek bir ifadeyi işaretleyin.**

1. ___İlgi merkezi olmak hakikaten de çok hoşuma gider.
___İlgi merkezi olmak beni rahatsız eder.
2. ___Çoğu insandan ne daha iyi ne de daha kötüyüm.
___Özel biri olduğumu düşünüyorum.
3. ___Hikâyelerimi dinlemek herkesin hoşuna gider.
___Bazen güzel hikâyeler anlatıyorum.
4. ___Layık olduğum saygıyı çoğunlukla görüyorum.
___Hak ettiğim saygıyı görme konusunda ısrar ederim.
5. ___Emirlere uymaktan rahatsızlık duymam.
___İnsanlar üzerinde otorite sahibi olmak hoşuma gider.
6. ___Önemli bir insan olacağım.
___Başarılı olacağımı umuyorum.
7. ___İnsanlar bazen söylediklerime inanıyorlar.
___Her insanı istediğim her şeye inandırabilirim.

8. ____Başka insanlardan çok şey beklerim.
____Başka insanlar için bir şeyler yapmak hoşuma gider.
9. ____İlgi merkezi olmak hoşuma gider.
____Kalabalığa karışmayı tercih ederim.
10. ____Ben de herkes gibi biriyim.
____Sıra dışı bir insanım.
11. ____Ne yaptığımı her zaman bilen biriyimdir.
____Bazen ne yaptığımdan emin olamıyorum.
12. ____Kendimi insanları manipüle ederken yakaladığımda bundan hoşlanmıyorum.
____İnsanları manipüle etmek bana kolay geliyor.
13. ____Otorite olmanın benim için pek de anlamı yoktur.
____İnsanlar otoritemi hep tanır gibi görünürler.
14. ____İyi olduğumu biliyorum, çünkü herkes bana devamlı bunu söylüyor.
____İnsanlar bana iltifat ettiklerinde bazen utanıyorum.
15. ____Gösterişçi olmamaya çalışırım.
____İmkân bulursam gösteriş yapma eğiliminde olurum.
16. ____Başka insanlardan daha kabiliyetliyim.
____Başka insanlardan öğrenebileceğim çok şey var.

EK.3- SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ (SGKÖ)

Lütfen aşağıdaki her cümleyi okuduktan sonra her ifadenin yanındaki kutulardan size en uygun olan birisinin içine (x) işareti koyunuz. Lütfen her soruda sadece bir seçeneği işaretleyiniz.

		Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1	Dış görünüşümle ilgili kendimi rahat hissedirim.					
2	Fotoğrafım çekilirken kendimi gergin hissedirim.					
3	İnsanlar doğrudan bana baktıklarında gerilirim.					
4	İnsanların görünüşümden dolayı benden hoşlanmayacakları konusunda endişelenirim.					
5	Yanlarında olmadığım zamanlarda insanların, görünüşümle ilgili kusurlarımı konuşacaklarından endişelenirim.					
6	Görünüşümden dolayı insanların benimle beraber vakit geçirmek istemeyeceklerinden endişelenirim.					
7	İnsanların beni çekici bulmamalarından korkarım.					
8	Görünüşümün yaşamımı zorlaştıracığından endişe duyarım.					
9	Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.					

10	İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşıyorum.					
11	Diğer insanlar görünüşümle ilgili bir şey söylediklerinde kaygılanırım.					
12	Dış görünüşümle ilgili başkalarının beklentilerini karşılayamamaktan endişeleniyorum.					
13	İnsanların görünüşümü olumsuz olarak değerlendirecekleri konusunda endişelenirim.					
14	Diğer insanların görünüşümdeki bir kusurun farkına vardıklarını düşündüğümde kendimi rahatsız hissedirim.					
15	Sevdiğim kişinin görünüşümden dolayı beni terk edeceğinden endişe duyuyorum.					
16	İnsanların görünüşümün iyi olmadığını düşünmelerinden endişeleniyorum.					

EK.4- ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşünceyi ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir seçeneği daire içine alarak belirtmeniz.

	Çok doğru	Doğru	Yanlış	Çok yanlış
1. Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.				
2. Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.				
3. Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.				
4. Ben de diğer insanların birçoğunun 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 yaramadığımı düşünüyorum.				
10. Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığımı düşünüyorum.				

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Müge Çelikel

Doğum Yeri /Tarihi: İstanbul / 31.03.1990

Adres: Darıca /Kocaeli

Telefon: 05393532038

E-mail: mugecelikel@gmail.com

Medeni Hali: Bekar

B sınıfı Sürücü Belgesi: 2015

Eğitim Durumu

2017-2019 T.C. Üsküdar Üniversitesi- Sosyal Bilimler Enstitüsü- Klinik Psikoloji(Tezli)

2008-2014 Okan Üniversitesi-Psikoloji

İş Tecrübesi

2018 - NP Beyin Hastanesi- Klinik Psikolog (Stajyer) (15 gün)

2015-2018 Mucize Çocuk Özel Eğitim ve Rehabilitasyon merkezi- Psikolog/ Müdür (3 yıl 6 ay)

2013 - Özel Efsu Anaokulu- Psikolog (Stajyer) (30 gün)

Yabancı Dil

İngilizce