

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**GENÇ YETİŞKİNLERDE NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN  
SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Melisa TOK**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**TEMMUZ 2021**

**T.C.  
İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**



**GENÇ YETİŞKİNLERDE NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN  
SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN  
İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**Melisa TOK  
(181287016)**

**Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN**

**TEMMUZ 2021**



**T.C.**  
**İSTANBUL GEDİK ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ**

**Yüksek Lisans Tez Onay Belgesi**

Enstitümüz, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı 181287016 numaralı öğrencisi Melisa Tok'un "Genç Yetişkinlerde Narsisistik Kişilik Özelliklerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi" adlı tez çalışması Enstitümüz Yönetim Kurulunun 14/07/2021 tarihinde oluşturulan jüri tarafından *Oy Birliği* ile Yüksek Lisans Tezi olarak *Kabul* edilmiştir.

**Öğretim Üyesi Adı Soyadı**

**Tez Savunma Tarihi:** 14/07/2021

**1) Tez Danışmanı:** Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN

**2) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Hakan DUMAN

**3) Jüri Üyesi:** Dr. Öğr. Üyesi Selime ÇELİK ERDEN

## YEMİN METNİ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Genç Yetişkinlerde Narsistik Kişilik Özelliklerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumu ile İlişkisinin İncelenmesi” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadar ki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim.(14/07/2021)

Melisa TOK



## ÖNSÖZ

Bu araştırmada yardımlarını esirgemeyen başta değerli danışman hocam Doç. Dr. Fatma Yeşim CAN'a, aklımdaki tım soru işaretlerini içtenlikle yanıtlayan ve çalışmamda ilerlememi sağlayan değerli hocam Elif KURTULUŐ'a teőekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Tez süresince varlığını ve desteğini esirgemeyen kıymetli babam Ali Rıza TOK'a, bu günlere gelmemde beni cesaretlendiren ve güven veren sevgili annem Gönül TOK'a, güzel kalbiyle beni motive eden canım kardeşim Umut TOK'a her daim yanımda oldukları için çok teőekkür ederim. Sizler sayesinde hayallerime adım adım yaklaşıyorum.

Son olarak bana benden daha çok güvenen canım arkadaşlarıma, geleceğin en tatlı psikoloğu olacak kız kardeşimden ayırt etmediğim Duygu METE'ye ve yüksek lisans eğitimim boyunca aynı zorlukları yaşadığım, dayanışma içerisinde bulunduğum meslektaşlarım Mine KARAKAŐ ve Naz EREN'e teőekkür ederim.

Temmuz 2021

Melisa TOK

Psikolog

## İÇİNDEKİLER

### Sayfa

|  |          |
|--|----------|
| ÖNSÖZ.....   | iv       |
| İÇİNDEKİLER.....   | v        |
| KISALTMALAR.....   | vii      |
| ÇİZELGE LİSTESİ.....                                     | viii     |
| ŞEKİL LİSTESİ.....                                       | ix       |
| ÖZET.....  | x        |
| ABSTRACT.....  | xi       |
| <b>1. GİRİŞ .....</b>                                    | <b>1</b> |
| 1.2 Araştırmanın Amacı .....                             | 2        |
| 1.3 Hipotezler .....                                     | 3        |
| 1.4 Araştırmanın Önemi .....                             | 3        |
| 1.5 Sınırlılıklar .....                                  | 4        |
| 1.6 Sayıtlar.....  | 4        |
| <b>2. GENEL BİLGİLER.....</b>                            | <b>5</b> |
| 2.1 Narsisizm Tarihsel Gelişimi .....                    | 5        |
| 2.1.1 Narsisizm tanımı.....                              | 8        |
| 2.1.2 Normal narsisizm ve patolojik narsisizm.....       | 9        |
| 2.1.4 Büyükleme ve kırılma narsisizm .....               | 10       |
| 2.1.5 Narsisistik kişilik bozukluğu tanı kriterleri..... | 11       |
| 2.1.6 Narsisizm ayrımsal boyutları .....                 | 12       |
| 2.2 Sosyal Görünüş Kaygısı .....                         | 14       |
| 2.2.1 Anksiyete (kaygı) kavramı.....                     | 14       |
| 2.2.2 Normal anksiyete patolojik anksiyete.....          | 15       |
| 2.2.3 Anksiyete belirtileri .....                        | 17       |
| 2.2.3.1 Fizyolojik belirtiler .....                      | 17       |
| 2.2.3.2 Psikolojik belirtiler .....                      | 17       |
| 2.2.3.3 Davranışsal belirtiler .....                     | 18       |
| 2.2.4 Kaygı türleri .....                                | 18       |
| 2.2.4.1 Durumluk ve süreklilik kaygı .....               | 18       |
| 2.2.5 Sosyal görünüş kaygısı kavramsal çerçeve .....     | 19       |
| 2.2.6 Sosyal kaygı tanı kriterleri .....                 | 22       |
| 2.2.7 Olumsuz değerlendirilme korkusu .....              | 23       |
| 2.2.8 Benlik saygısı ve beden imajı .....                | 25       |
| 2.2.9 İzlenim teorisi.....                               | 27       |
| 2.3 Yaşam Doyumu Kavramı .....                           | 28       |
| 2.3.1 Yaşam doyumunu etkileyen faktörler.....            | 31       |
| 2.3.1.1 Demografik özellikler .....                      | 31       |
| 2.3.1.1.1 Cinsiyet.....                                  | 31       |
| 2.3.1.1.2 Yaş .....                                      | 32       |
| 2.3.1.1.3 Gelir düzeyi .....                             | 32       |
| 2.3.1.1.4 Medeni durum.....                              | 33       |

|  |           |
|--|-----------|
| 2.3.1.1.5 Eğitim düzeyi.....   | 33        |
| 2.3.1.2 Kişilik özellikleri .....  | 34        |
| 2.3.1.3 Sosyal destek ve sosyal etkileşim .....  | 34        |
| 2.3.1.4 Dini tutum .....   | 35        |
| <b>3. YÖNTEM.....</b>  | <b>36</b> |
| 3.1 Evren ve Örneklem.....   | 36        |
| 3.2 Veri Toplama Araçları.....   | 36        |
| 3.2.1 Sosyo-demografik form .....  | 36        |
| 3.2.2 Narsisistik kişilik envanteri (NKE-16) .....   | 36        |
| 3.2.3 Sosyal görünüş kaygısı ölçeği (SGKÖ) .....   | 37        |
| 3.2.4 Yaşam doyumu ölçeği (YDÖ) .....  | 37        |
| 3.3 Verilerin Toplanması.....  | 38        |
| 3.4 Araştırma Modeli .....   | 38        |
| 3.5 Verilerin Analizi .....  | 38        |
| <b>4. BULGULAR.....</b>  | <b>39</b> |
| 4.1 Betimsel Bulgular.....   | 39        |
| 4.2 Karşılaştırma Analizleri.....  | 40        |
| 4.3 Korelasyon Bulguları .....   | 46        |
| 4.4 Aracı Rol Analizi Bulguları.....   | 48        |
| <b>5. TARTIŞMA.....</b>  | <b>51</b> |
| 5.1 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Cinsiyet Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....                | 51        |
| 5.2 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Çalışma Durumu Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....          | 53        |
| 5.3 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Eğitim Düzeyi Değişkeni Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....              | 54        |
| 5.4 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Medeni Durum Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....            | 55        |
| 5.5 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Psikiyatrik Rahatsızlık Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması..... | 57        |
| 5.6 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması .....  | 58        |
| <b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER .....</b>  | <b>60</b> |
| <b>KAYNAKLAR.....</b>  | <b>62</b> |
| <b>EKLER.....</b>  | <b>83</b> |
| <b>ÖZGEÇMİŞ .....</b>  | <b>87</b> |

## **KISALTMALAR**

- APA** : American Psychiatric Association (Amerikan Psikiyatri Birliği)  
**DSM** : The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders  
**NKE** : Narsistik Kişilik Envanteri  
**SGKÖ** : Sosyal GÖrÖnüş Kaygısı Ölçeği  
**SPSS** : Statistical Package for the Social Sciences  
**YDÖ** : Yaşam Doyumu Ölçeği





## ÇİZELGE LİSTESİ

### Sayfa

|   |    |
|---|----|
| <b>Çizelge 4.1:</b> Sosyodemografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri .....  | 39 |
| <b>Çizelge 4.2:</b> Araştırma Kullanılan Ölçeklerin İç Tutarlılık Katsayıları .....   | 40 |
| <b>Çizelge 4.3:</b> Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Ve Katılımcıların Yaşının Ortalamalarının Betimsel İstatistikleri .....   | 40 |
| <b>Çizelge 4.4:</b> Cinsiyete Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları .....                          | 41 |
| <b>Çizelge 4.5:</b> Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları.....                    | 42 |
| <b>Çizelge 4.6:</b> Eğitim Düzeyine Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının ANOVA Bulguları.....                      | 43 |
| <b>Çizelge 4.7:</b> Medeni Duruma Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının ANOVA Bulguları.....                        | 44 |
| <b>Çizelge 4.8:</b> Psikiyatrik Rahatsızlık Değişkenine Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları..... | 45 |
| <b>Çizelge 4.9:</b> Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyonu Sonuçları                       | 46 |
| <b>Çizelge 4.10:</b> Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeylerinin Yordayıcılığına Yönelik Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları .....  | 47 |

## ŞEKİL LİSTESİ

|   | <u>Sayfa</u> |
|---|--------------|
| <b>Şekil 4.1:</b> Aracı Rol Analizi Modeli.....   | 48           |
| <b>Şekil 4.2:</b> NKE Üstünlük Alt Boyutu ve Yaşam Boyutu Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolüne İlişkin Oluşturulan Model..... | 50           |



# GENÇ YETİŞKİNLERDE NARSİSİSTİK KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI VE YAŞAM DOYUMU İLE İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

## ÖZET

Bu araştırmada, genç yetişkinlerin narsisistik kişilik özelliklerinin ve sosyal görünüş kaygısının yaşam doyumuna etkisi araştırılmıştır. Çalışmaya Türkiye’de yaşayan 18-35 yaş aralığında olan 462 kadın ve 186 erkek olmak üzere toplam 648 yetişkin dahil edilmiş ve katılımcılara Sosyo-demografik Form, Narsisistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği’nden oluşan veri toplama aracı uygulanmıştır. Katılımcılara uygulanan anketler COVID 19 pandemi koşulları sebebiyle çevrimiçi soru formları şeklinde dağıtılmıştır.

Araştırmada, katılımcıların sosyo-demografik özellikleri bakımından yaşam doyumunu, sosyal görünüş kaygısı ve narsisistik kişilik özelliklerindeki farklılıklar incelenmiştir. İkinci olarak, katılımcıların yaş, yaşam doyumunu, sosyal görünüş kaygısı ve narsisistik kişilik boyutları arasındaki ilişki analiz edilmiş ve yaşam doyumunun yordayıcıları incelenmiştir. Araştırma bulgularına, göre sosyal görünüş kaygısı kadınlarda, herhangi bir işte çalışmayanlarda, daha genç katılımcılarda, bekarlarda ve üniversite mezunu olanlarda anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Çalışanlarda, lisansüstü mezunu olanlarda ve evlilerde yaşam doyumunu anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Erkeklerde, çalışanlarda ve psikiyatrik rahatsızlığı olduğu belirtilen katılımcılarda narsisistik kişilik boyutları anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yaşam doyumunu ile narsisistik kişilik ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki incelendiğinde, yaşam doyumunu ile sosyal görünüş kaygısı negatif; narsisistik üstünlük boyutu pozitif yönlü çıkmıştır. Bununla birlikte, ilişkili saptanan değişkenlerle oluşturulan modelde ise, sosyal görünüş kaygısı ve üstünlük boyutlarının yaşam doyumunu puanlarını negatif yönlü ve anlamlı düzeyde yordadığı bulunmuştur. Aracı rol analizine ilişkin bulgular incelendiğinde, narsisizm üstünlük alt boyutunun yaşam doyumunu üzerinde anlamlı bir doğrudan etkisi bulunmazken; sosyal görünüş kaygısının bu ilişkiye aracı rolü olduğu saptanmıştır. Araştırma sonucuna göre sosyal görünüş kaygısı, narsisistik kişilik alt boyutu olan üstünlük puanı düştükçe, narsistik kişilik alt boyutu olan kendine yeterlilik yükseldikçe yaşam doyumunu artmaktadır. Öte yandan, üstünlük özelliği olan ve aynı zamanda sosyal görünüş kaygısı olan kişilerin yaşam doyumunu daha düşük bulunmuştur. Narsisizmin kendini teşhir etme veya üstünlük çabasıyla ilgili olmadığı, sosyal görünüş kaygısının aracı rol olarak bir etkisi olduğu ve bunun yaşam doyumuna olumsuz bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmadan edinilen bu sonuca göre, benzer çalışmalar yapılabilir ve başka hangi psikopatolojik rahatsızlıklara zemin hazırlayabileceği kapsamlı bir şekilde araştırılabilir. Araştırmada elde edilen bulguların, narsisizm ve ilişkili faktörlerin incelendiği diğer çalışmalarla birlikte hem araştırma hem de pratik anlamında katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** *Narsisizm, Sosyal Görünüş Kaygısı, Yaşam Doyumu*

## THE EXAMINATION OF NARSISICTIC PERSONALITY TRAITS WITH SOCIAL APPEARANCE ANXIETY

### ABSTRACT

In this study, the relationship of narcissistic personality traits and social appearance anxiety of young adults with life satisfaction were investigated. A total of 648 adults, 462 women and 186 men, aged 18-35 living in Turkey, were included in the study, and a data collection tool consisting of Socio-demographic Form, Narcissistic Personality Inventory, Social Appearance Anxiety Scale and Life Satisfaction Scale was applied to the participants. The questionnaires applied to the participants were distributed in the form of online questionnaires due to the COVID 19 pandemic conditions.

In the study, the differences in life satisfaction, social appearance anxiety and narcissistic personality traits of the participants were examined in terms of their socio-demographic characteristics. Secondly, the relationship between participants' age, life satisfaction, social appearance anxiety, and narcissistic personality dimensions were analyzed and the predictors of life satisfaction were examined. According to the research findings, social appearance anxiety was found to be significantly higher in women, unemployed, younger participants, singles and university graduates. Life satisfaction was found to be significantly higher in employees, graduates and married people. The dimensions of narcissistic personality were found to be significantly higher in men, employees and participants who were stated to have psychiatric disorders. When the relationship of life satisfaction with narcissistic personality and social appearance anxiety is examined, life satisfaction and social appearance anxiety are negatively; narcissistic superiority dimension was positively correlated. However, in the model created with correlated variables, it was found that social appearance anxiety and superiority dimensions predicted life satisfaction scores negatively and significantly. When the findings related to the mediator role analysis were examined, while the narcissism superiority sub-dimension did not have a significant direct effect on life satisfaction; It was determined that social appearance anxiety played a mediating role in this relationship. According to the results of the research, as social appearance anxiety, narcissistic personality sub-dimension's superiority score decreases, and as narcissistic personality sub-dimension's self-sufficiency increases, life satisfaction increases. On the other hand, people with superiority and social appearance anxiety were found to have lower life satisfaction. It was concluded that narcissism is not related to life satisfaction directly, but social appearance anxiety has an effect as a mediator and this has a negative effect on life satisfaction. According to this result obtained from the study, similar studies can be conducted and other psychopathological disorders can be investigated comprehensively. It is thought that the findings obtained in the research will contribute both in terms of research and practice, together with other studies examining narcissism and related factors.

**Keywords:** *Life Satisfaction, Narsisism, Social Appearance Anxiety*

## 1. GİRİŞ

Kişilik bozuklukları, bireyi 4 temel unsurda etkileyebilen ruhsal hastalıklardır. 4 temel unsur; duygular, düşünceler, dürtü kontrolü ve kişilerarası işlevleri kapsamaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği,2013). Narsisizm, B kümesi kişilik bozuklukları arasında yer almakta ve günümüzde de oldukça yaygın görülmektedir. Narsisizm teriminin çıkış noktası yunan mitolojisinden olan Narkissos karakterinin kendine hayranlık duyması, sadece kendisine odaklanıp dış dünya ile iletişimini kesmesi sonucu ortaya çıkmıştır. Birçok kuramcı tarafından farklı bakış açıları ile incelenmiştir. Bu kuramcılardan biri olan Freud, narsisizmi libidinal enerjini egoya geri dönmesi olarak tanımlamıştır (Akt. Anlı,2010). Farklı bir kuramcı Kohut'a göre ise narsistik kişiliğe sahip annenin yetersiz bakımından kaynaklı patolojik sorunlar ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla annenin yetersiz bakımından kaynaklanan birincil narsisizm dengesi bozulmaktadır. Denge bozukluğu olan çocuk, bu bozulmayı telafi edebilmek için teşhirci veya büyülenmeci bir kendilik imgesi yaratmakta ya da mükemmelliği idealleştirdiği bir kendilik nesnesine devretmektedir (Kohut,1998). Narsistik kişilik bozukluğuna sahip olan kişiler, görkemli bir görünüme sahip olsalar da bu görünüşün altında kaygılara sahiptir. Fakat narsist kişiler için bu kaygılar sevgi nesnesini veya nesneden gelen kaygıyı kaybetmek için değil, kendiliğin zedenebilirliğini fark etmekten kaynaklanmaktadır. Birey bir bakıma bilinçaltında kendine saygı duymakta güçlük çekmekte ve ruhen huzursuzluk yaşamaktadır. Bu durum narsist kişilerde bir uçta utanç duygusunu ve güvensizliği diğer uçta da görkemli ve büyülenmeci duygular yaşanmasına sebep olmaktadır (Kohut,1998). Kernberg, narsist olan kişilerin çok sık kendilerinden bahsetme davranışı gösterdiklerini ve başkalarından övgü ve hayranlık görme ihtiyacı içerisinde olduklarını söylemektedir (Kernberg, 1999). Bu bağlamda narsistler, görkemli benlik kavramının aksine başkalarından övgü almak isteyen kişilerdir. Övgüler onları beslemekte ve övgünün azaldığı durumlar onlar için huzursuzluğa neden olmaktadır.

Bireyler, duygusal birer varlıklardır. Bu yönleriyle karşılardaki kişinin çekici olmasını arzulamakta ve diğerlerinin de kendilerine yönelik çekici, iyi bir izlenim bırakması için çaba harcamaktadır. İyi bir izlenim bırakamayacak olmaya dair

bilişler kaygıya neden olmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995). Oluşan bu kaygı sosyal görünüş kaygısı olarak tanımlanmaktadır. Bu tarz kaygılar sadece kişilerin vücut biçimleri ile ilgili değildir ( Hart vd., 2008) Sosyal kaygının temel özellikleri, kişinin olumsuz olması ve sürekli değerlendirileceği, aşağılanacağı, farklı kişilerin önünde utanacağına dair korkulardır. Bilişsel davranışçı yaklaşımçı kuramcılara göre sosyal kaygının temeli, olumsuz değerlendirilme korkusudur (Weeks vd, 2008). Sosyal görünüş kaygısı sosyal kaygının bir bölümü olarak kabul edilmektedir. Bu kaygıya sahip bireyler, fiziksel görünüşleri başka kişiler tarafından değerlendirildiği zaman oldukça yoğun endişe yaşamaktadır (Hart vd, 1989).

Bu çalışmanın bir diğer kavramı olan yaşam doyumu ilk defa Neugarten ve arkadaşları tarafından ortaya atılmıştır (Karataş, 1988). Yaşam doyumu kavramı pozitif psikolojinin en önemli yapı taşlarından biridir. Yaşam doyumu hakkında yapılan araştırmalar, kişinin zayıf yönlerini incelemek yerine güçlü yönleri ortaya çıkarmak ve geliştirmek amacı ile yapılmıştır (Proctor, Linley ve Maltby, 2009). Yaşam doyumu durumu değerlendirmeden farklı olarak kişinin bütün bir anlamıyla yaşamının ve bu yaşamın farklı boyutlarını içermektedir. Ayrıca yaşam doyumunun öznel iyi olmak ile ilişkili de olduğu bilinmektedir (Dorahy ve arkadaşları, 2000). Öznel iyi oluş ile ilişkili olan yaşam doyumu kişinin aile, iş, evlilik ve sosyal yaşamıyla ilişkili doyumların bir bütünü olarak değerlendirilmektedir (Yetim, 1993). Yaşam doyumu yüksek olan kişiler sıklıkla gündelik hayatlarında yaptıkları işlerden zevk almakta, hayatı anlamlı kılmak için çaba harcamakta, yaşamı tereddütsüz kabul etmekte ve hedeflere ulaşmada kendilerini başarılı olarak görmektedir. Bu bağlamda yaşama dair iyimser bir tutum sergileyen bireyler mutlu ruh halini korumaktadır (Neugarten, Havighurst ve Tobin, 1961).

## **1.2 Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerde narsisistik kişilik özelliklerinin, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu düzeylerinin ilişkilerinin; cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, medeni durum ve herhangi bir psikiyatrik rahatsızlık açısından incelemektir.

Bu amaç doğrultusunda geliştirilen alt sorulara yanıt aranmıştır:

1. Genç yetişkinlerde narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumunu, cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Genç yetişkinlerde narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumunu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Genç yetişkinlerde sosyal görünüş kaygısının, narsisistik kişilik özellikleri ve yaşam doyumunda aracı bir rolü var mıdır?

### **1.3 Hipotezler**

H1: Narsisistik kişilik eğilimleri ile sosyal görünüş kaygısı arasında pozitif bir ilişki vardır.

H2: Narsisistik kişilik eğilimleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumunu arasında pozitif bir ilişki vardır.

H3: Sosyal görünüş kaygısının narsisistik eğilimler ile yaşam doyumunu arasında aracı bir rolü olabilir.

### **1.4 Araştırmanın Önemi**

Araştırma elde edilen bulgular, genç yetişkinlerin ruh sağlığı ve psikososyal işlevselliğine dair güncel bilgiler edinmek ve özellikle sosyal görünüş kaygısının narsisistik kişilik özellikleri ile yaşam doyumunu üzerinde aracı bir rolünün olup olmadığının araştırılması bakımından bu çalışmanın literatüre katkı sağlaması beklenmektedir.

Literatürde narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam ile ilişkilerini ayrı ayrı inceleyen bazı çalışmalar rastlansa da, bu üç değişkenin birbiri ile ilişkisini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla, araştırmacı tarafından belirlenen örneklemin, alan yazını için önemli veriler sunacağı öngörülmektedir.

### **1.5 Sınırlılıklar**

1. Araştırmamızda elde edilen veriler gönüllülük esasına dayalı olmak üzere internet üzerinden toplanmıştır.
2. Araştırmamız raslantısal, seçkisiz olarak 18-35 yaş aralığında bulunan genç yetişkinlerle sınırlıdır.
3. Araştırmada kadın ve erkek katılımcı sayısı eşit değildir.
4. Araştırmada katılımcılar ölçekleri, kendileri doldurdukları için geçmişe dönük durumları hatırlamak güç olabilir.
5. Araştırmada elde edilen veriler Sosyo-Demografik Form, Narsisistik Kişilik Envanteri (NKE-16), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ), Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) üzerinden verdikleri bilgilerle sınırlıdır.

### **1.6 Sayılılar**

Araştırmada kullanılan ölçekler Narsisistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği geçerli ve güvenilirlerdir.

Örnekleme oluşturan katılımcıların ölçek maddelerini kendilerine dair doğru yanıtlar ile cevapladığı kabul edilmektedir.



## 2. GENEL BİLGİLER

### 2.1 Narsisizm Tarihsel Gelişimi

Etimolojik kökenine bakıldığında narsisizm, Yunanca'da kuntluk veya duyarsızlık anlamına gelen narke sözcüğü ile ilintili olduğu görülmektedir (Geçtan, 2010). Narsisizm kavramı adını Yunan mitolojisinde Narkissos karakterinin anlatıldığı efsaneden adını almaktadır. Narsisizm terimi, Narkissos adlı gencin hayranlıkla kendisine odaklanması ve dış dünyayla iletişimi kesmesine dayanmaktadır (Twenge ve Campbell, 2015). Narkissos, Echo isimli peri kızının aşkına karşılık vermediği için gölde kendi yansımasını görmesi ve kendine aşık olmasıyla lanetlenmiştir. Yansımasına hasret olan Narkissos, yansımasına dokunamamasından dolayı eriyerek güzel bir nergis çiçeğine dönüşmüştür. Bu bağlamda bu mitolojik efsane, saplantılı ve aşırı öz-sevgi sona ermesiyle, güzelliğin geleceğine dayanmaktadır (Behary, 2018: 31).

Narsisizm, Ellis tarafından 1898 yılında psikolojik kavramı açıklamak amacıyla kullanılmış ve kadınlarda görülen ve cinsel dürtüleri bireyin kendisine hayranlıkla yönelttiği duygular olarak tanımlanmıştır (Rozenblatt, 2002). Psikanalitik kuramcı Ellis'e göre bireyde cinsel duyguların kendisine hayranlık düzeyinde özümsemekle kaybolmasında rol oynayan bir eğilim için 'Narcissuslike' terimini kullanmıştır. Bu çalışma Sigmund Freud'un ilgisini çekmiş ve üzerinde etki yaratmıştır. Sigmund Freud 1914 yılında meta psikoloji kuramını kurduğunda, çalışmalarının büyük bir çoğunluğunda narsisizmi odak noktası olarak kullandığı görülmektedir (Raskin ve Howard, 1988:890). Narsisizm günümüzde Sigmund Freud'un araştırmalarının merkezinde yer aldığı kabul edilmektedir (Miller ve Campbell, 2008:479). Freud (1914) narsisizm kavramını şizofreni sonrasında gelişen megalomanlığa bağlı ve bebekliğin ilk evresinde bene dönüşümü olarak tanımlanmıştır. Sigmund Freud narsisizmi animistik evre ile karşılaştırır ve nesne ilişkilerine karşı dinsel evreye gelen aşamada, çocuk birincil megalomanisini nesnesi lehine terk etmek zorunda olduğunu tanımlanmıştır. Öte yandan Freud'un 'Narsisizm Üzerine Bir Giriş' yazısında da belirttiği, çocukluk dönemindeki narsisizmin ebeveyne yansıtılması

ego idealinin temeli olduğuna dayandırmaktadır. Bilimsel evreden bakıldığında ise, bireyin gerçekliğin ve gerekliliğini kabul ettiği olgunluk evresidir. Sigmund Freud Cinsellik Üzerine Üç Deneme yapıtında eşcinsellerin, nesne seçiminde narsisizm terimini kullanmaktadır. “Cinsel nesneyi kendileri olarak ele alırlar ve narsistik bir zeminden yola çıkarak ve kendileri gibi olan, onları anneleri gibi sevecek bir genç adam ararlar.” Bin dokuz yüz dokuz tarihinde Freud otoerotizm ile nesne seçimi arasına evre sokulması gerektiği düşüncesiyle bu evrenin cinsel nesnenin olduğunu fakat nesnenin bebeğin kendisi veya bedeni olduğunu ve sonucunda bu evrenin narsisizm adını aldığını belirtmiştir (Eğrilmez, 1996).

Narsisizm psikanaliz tarafından kullanılmadan önce sınırlı klinik fenomeni ile cinsel sapkınlık olarak tanımlanmaktaydı. Sigmund Freud ise psikanalitik kuramla narsizmi bütünleştirmek istemekteydi. Freud bu düşünceyle Jung ve Adler’in libido kuramına dair görüşleri çürütmeyi amaçlamaktaydı. Narsisizmin ana düşüncesi kişinin libido nesnesi olarak kendi varlığını seçtiği evrenin varlığı olarak tanımlanmaktadır. Şizofreninin libido kuramı ile açıklanmasıyla birincil ve normal narsisizm kavramı geliştirilmiştir. Libido dış dünyadan çekilir ve benliğe yöneltilir. Bu olgu ise narsisizmi açıklamaktadır. Freud libidonun dış dünyadan çekilerek benliğe yöneltilmesi sonucunda ortaya çıkan narsisizmin, birincil narsisizmin üstüne binmiş ve ikincil bir biçimde tasarlandığını düşünmekteydi. Sigmund Freud’a göre insanın başlangıçta kendisi ve kendisine bakım veren kadın olmak üzere iki nesnesi vardır. Bu sebeple her insanda birincil narsisizmin bulunduğunu savunmaktaydı (Freud, 1964’ten akt. Eğrilmez, 1996).

Freud narsisizmi 4 anlamda kullanmaktaydı: 1) Klinik Anlamda, kişinin kendi bedenini cinsel nesne gibi davranması ve sapkınlık olarak. 2) Ruhsal ve cinsel gelişim evresi olarak kişinin kendine libidinal yatırım yaptığı bir aşama olarak. 3) Nesne ilişkilerinde bulunan farklı olan durumu anlatmak anlamında. i) Nesnenin niteliğinden çok kişinin kendi gereksinimine dayalı bir nesne seçimi. ii) Çevre ile girilen ilişkideki gereksinimi duymamayı belirtmek anlamında. 4) Özgüvenin farklı yönlerini anlatmak olarak. Bu doğrultuda Freud’un narsisizmi doğal bir gelişim aşaması mı bozukluk mu konusunda net bir ayrımı olmadığı görülmektedir (Cooper, 1989’dan akt., Doğaner, 1996).

Havelock Ellis (1898) narkissos karakterini, kuşaklararası farklılıklara dair yapılan çalışmalarda, genç kuşaklarda bir önceki kuşağa kıyasla narsisizm düzeylerinin arttığını ve bu durumu 'Narsisizm Salgını' olarak tanımlamaktadır (Stewart ve Bernhardt, 2010; Twenge ve Campbell, 2008; Twenge, 2014; Gallup, 2013).

Horney (1939)'e göre narsisizm bireyin kendini sevmesi yerine kendine yabancılaşmasıdır. Ona göre narsistik eğilimleri olan kişiler kendini ve başkalarını sevme yeteneğini kaybeder. Kendini kaybeden kişi kendisine dair illüzyonlara sarılmakta ve kendine yabancılaşmaktadır. Horney (1939), narsisizmin benliğin şişirilmesi ile ilgili olduğunu bu sebeple benlik saygısı ve kendini yüceltmeden ayrı olarak değerlendirilmesi gerektiğini ifade etmektedir. Dolayısıyla, patolojik narsisizm ile sağlıklı benlik saygısının farklı değerlendirilmesi ve benliğin gerçekçi olmayan bir şekilde yüceltilmesidir (Levy ve diğerleri, 2011).

Winnicott (1965)'a göre narsisizmin erken dönemdeki ilişkisel problemleri sonucunda bireyin 'sahte kendilik' oluşturmasıyla yanıt vermektedir. Birey kendine ve bedenine yabancılaşmaktadır. Bu sebeple birey rahatlamaktan ve keyif almaktan uzak olan cinsellik, öteki bedeni ile rahatsızlık duygularını oluşturmaktadır. Dolayısıyla cinsel ilişkiye girmekten daha haz verici olan mastürbasyon yapmaktır (Akt. Erten, 2015).

Kohut (1966)'a göre narsisizm yaşam boyu gelişimin diğer bir yanı sıra olgunlaşmanın bir parçasıdır. Yaşam süresince, narsisizmin kalıntıları kendini göstermektedir. Gelişim süreci yeni bir şeye dönüşmesi değildir, bu sebeple narsisizmin yeni bir şeye dönüşmemesi orijinal konumun geliştiği bir evrim olarak tanımlanmaktadır. Bebeğin gelişim evresinin başlaması birincil narsisizm ile kendini göstermektedir. Birincil narsisizm ebeveynin başarısızlıklarında dolayı bölünmektedir. Bu bağlamda bebek bu süreçte kendisine 'yeni bir mükemmellik' yaratmaktadır (s. 246, Kohut 1966). Bu sistem sayesinde bebek iyi olan her şeyi birincil benlik parçası olarak, kötü olanları ise benliğin dışında görmekte, böylece bebeğin dünyasını koruyan narsistik benlik ve büyülenmeci benlik oluşmaktadır. Ego ideali ideal benliğe benzeyen, narsistik benliği dürtüye bağlı olarak idin içindedir. Ancak dürtülerin kontrolü ile bağdaştırılmaz (Schmidt, 2019).

Kernberg (1970)'e göre narsisizm gelişimsel olarak büyüdükçe aşılabilir dönemdir. Dolayısıyla ödipal dönemde ilk olarak narsisizm evresi gelmektedir. Bu bağlamda

narsisizm evresi ile süper ego gelişmektedir. Bebeklik evresinde başarılı bir süper ego ile narsisizm aşılabilir. Gelişen süper ego ile ideal benlik ve ideal nesne imgeleri birleşmektedir. Dolayısıyla ideal benlik her şeyi bilen, iyi ve güzel olan v.b ile hayal edilen imgeler bütünüdür (Kernberg 1974).

Millon (1981)'a göre narsisizm ebeveynin çocuğa karşı duyduğu hayranlık ve şımartılma ile oluşmaktadır. Bu bağlamda ebeveynleri tarafından abartılan kendilik değerleri, sosyal ilişkileri sürdürmede birtakım zorluklar yaşanmasına neden olmaktadır. Millon'a göre narsistik kişiliğin temelinde bireyin kendisine önem ve değer vermesi, sıradışılığına dair gösterişli bir his olarak tanımlanmaktadır. Dolayısıyla diğer kişiler tarafından ilgilenilme, sevildiğini hissetme ve hayranlık duyulduğuna dair ihtiyaçlar bulunmaktadır. Dört çeşit narsisizm vardır. Bunlardan ilki şehvetli narsisizm, ikincisi ilkesiz narsisizm, üçüncüsü telafi edici narsisizm ve sonuncusu elitis narsisizmdir (Millon, 1998).

Emmons (1987)'a göre narsisizm, kendi benliğine hayranlık duyulmasıdır. Diğer bir yandan narsisizm; liderlik yani otorite elde etme, hak iddia etme veya sömürücülük şeklinde olabilmektedir. Raskin ve Terry (1988); Bradle ve Emmons (1992) göre narsisizmin yedi boyutu vardır. Bunlar; otorite elde etme, teşhir, hak iddia etme, sömürücülük, üstünlük, kendini beğenme ve kendine yeterlilik boyutlarını kapsamaktadır.

Morf ve Rhodewat (2001)'a göre ise narsisizme sahip bireylerin çocukluk döneminde ebeveynleri tarafından empatik hataları karşılanmamıştır. Bu bağlamda bu bireyler yetişkinlik döneminde karşılanamayan ihtiyaçlarını karşılama gereksinimi hissetmektedirler. Narsisizme sahip bireylerde, sosyal ve iş ilişkilerine yönelen düşmanlık ve şüphecilik vardır. Diğer insanların kendilerine dair beğeni düşünceleri besleyip beslemediğini test ederler. Bu sebeple ilişkilerini baskı altında tutma eğilimleri vardır. Çocukluk döneminde yaşanan olumsuz yaşantılar ile bireyler güvensizlik yaşamakta ve bu sebeple diğerlerini sevmeme, önemsememe ve hatta küçümsemektedirler (Morf ve Rhodewat, 2001).

### **2.1.1 Narsisizm tanımı**

Narsisizm bireyin öz benliğine veya kimliğine karşı ilgisi, bağlılığı ile kendisini gösteren ve kişinin kendisine aşırı hayranlığı ile olaylara yönelik empati eksikliği olarak tanımlanmaktadır (Seward, 2007:1). Literatür taramasında, benlik ve

kişilerarası ilişkilerde yer alan narsisizmin, kendini önemseme, diğer kişileri yok sayma ile ilişkilendirildiği görülmüştür (Kealy ve Rasmussen, 2012). Bu kişilik örüntüsünün olumsuz sonuçları her zaman doğurmayacağı aksine bireyin benliğine yönelik olumlu algısının ve diğer bireylere dönük empatik davranma yetisine sahip olması sağlıklı veya normal narsisizm olarak kabul edilmiştir. Normal veya diğer adıyla sağlıklı narsisizmin bireyin amaçlara yönelme ve bu doğrultuda kişisel başarısızlıklarından gücünü toplaması ile koruyucu bir işlevi bulunduğu belirtilmiştir (akt. Pincus ve Lukowitsky, 2010). Ancak bazı sorunlar bulunmakta ve bireyin olumlu benlik algısına yönelik tehlike veya tehditler olduğunda bireydeki baş etme mekanizmaları zarar görmektedir. Bu bağlamda başa çıkma yolları arayan birey, zarar görmekte ve işlevsel bozulmalarla beraber patolojik narsisizmin oluşmasına zemin hazırlamaktadır (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Narsisizmin örüntüsüne ilişkin bir diğer sorun ise olumlu benlik algısına yönelik bireyin tehdit veya tehlikenin olduğu esnada baş etme mekanizmalarının zarar görmesi ve başa çıkma stratejilerini kullanamaması bu doğrultuda işlevselliğine yönelik sorunların beraberinde gelmesi, patolojik narsisizm olarak adlandırılmaktadır (Pincus ve Lukowitsky, 2010).

### **2.1.2 Normal narsisizm ve patolojik narsisizm**

Rozenblatt (2002) normal narsisizmin bireyin kendisi ve çevresinde bulunan kişilerle uyumu ve diğer kişilerin isteklerini karşılayabilme duygusu olarak tanımlamıştır. Normal narsisizm bireyin kendisine verdiği özgüven ve değerlerin yeterli olmasından dolayı diğerleri tarafından gelen eleştirileri bireyin özgüvenini etkilemeyeceğini çünkü diğerlerinin düşünceleriyle beslenmek yerine, kendi düşünce ve görüşlerine odaklanarak özgüvenini doyurmaktadır (Akhtar, 1989).

Narsisizmin diğer bir yüzü olan patolojik narsisizme sahip bireyler ise dışsal süreçte kendinden emin ve diğerlerinin düşüncelerini önemsemezler, ancak içsel süreçte diğerlerinin düşüncelerini önemseyen bireylerdir (Karaaziz ve Erdem, 2013). Dolayısıyla bu bireyler övgü veya takdire yönelik bir geribildirim almadıklarında 'Narsistik Yaralanma' yaşamaktadırlar. Narsistik yaralanmanın ana kaynağı, gündelik yaşantıdaki önemsiz sayılabilecek durumları kişinin oldukça önemsemesini kapsamaktadır (Özmen, 2006). Bu bağlamda normal narsisizm ve patolojik narsisizmin farkı bireyin kendisine yönelik tehdit algısı ve bu tehdit algısına yönelik bir nevi savunma mekanizması geliştirmesidir (Rozenblatt, 2002).

Patolojik narsisizm ilk kez DSM-III'te (1980) Eksen II bozuklukları bölümünde, narsistik kişilik bozukluğu tanı kategorisinde yerini almıştır (DSM-III-R; American Psychiatric Association, 1987; DSM-IV, American Psychiatric Association, 1994; DSM-IV-TR; American Psychiatric Association, 2000) . DSMV'te (2013) ise tanı kitabının eksen yapısındaki değişimlerle beraber narsistik kişilik bozukluğunun patolojik narsisizm kavramını karşıladığı ve genç yetişkinlik döneminde başladığı ve hayranlık gereksinimi, empati yoksunluğu ve büyüklenmeciliği içerdiğine dair tanımlamalar yer almıştır (DSM-V; American Psychiatric Association, 2013). DSM-III tanı ölçütlerinde narsistik kişilik bozukluğuna dair temel bir kişilik özelliği olan patolojik narsisizmin, büyüklenmeci narsisizm ile ele alınması ve bu bağlamda patolojik narsisizmin klinik bir olgu olarak karşılamaması eleştirileri beraberinde getirmiştir (Cooper ve Ronningstam, 1992).

Narsisizm bireyin sahip olamadığı ve karşılayamadığı niteliklerin neticesi olarak ortaya çıkan abartılmış benliktir. Bu bağlamda narsistik kişilik özelliğine sahip bireyler gücü ve ihtiyacın kendisinde olmasını isteyen, kendilerini beğenen ve diğerlerini küçümseyen, diğerlerine hakimiyet kurmak isteyen kişilerdir. Narsisizmde bireyde, birincil ve ikincil ayrımlar, hassaslık ve görkemlilik hakimdir (Özsoy & Ardıç, 2017).

#### **2.1.4 Büyüklenmecilik ve kırılğan narsisizm**

Kernberg (1975)'e göre bireyde büyüklenmeci kendilik, ben merkezilik, empati yoksunluğu ve duygusal boşluk hissi bulunmaktadır. Kohut'a (1977) göre ise depresyon, boşluk hissi, kırılğanlık, dayanıklılık yoksunluğu ve empati ifadeleri narsisizmi tanımlamaktadır. Bursten (1973) göre nesne ve kendilik arasındaki ayrımı yapabilmek daha çok kişinin öz benliğine saygısı, saygıyı sürdürme becerisi narsisizm olarak tanımlanmaktadır. Narsisizm 4 alt çeşitten oluşmaktadır. Bunlardan ilki manipülatif, ikincisi paranoid narsisizm, üçüncüsü arzulayan narsisizm, sonuncusu ise fallik narsisizmdir. Bursten (1973)' tanımlamasına göre bireyin, diğerlerini aldatmaya yönelik davranışları, yalan söylemesi ve suçluluk duygusunun olmaması manipülatif narsisizm alt türünü karşılamaktadır. Bireyin diğerlerine karşı şüpheci duyması, diğerlerini suçlaması, tartışmacı ve kızgın olması ise paranoid narsisizmi; hayal kırıklığına uğrama düşüncesi, diğer bireylere bağlılığı, diğerlerinden belirli şeyler talep etme ise arzulayan narsisizme karşılık gelmektedir.

Son olarak bireyin kibirli olması, teşhirci ve saldırgan olması ise fallik narsisizmi karşılamaktadır. Kohut ve Wolf'a (1978) göre ise narsisizm, iletişimden kaçınan, aynalama ve birleşme ihtiyacı duyulan kişilerarasındaki ilişkileri kapsamaktadır. Bu kapsamda iletişimden kaçınan narsisizmde, duyguları düzenlemeye dair problemler yer almakta ve kırılabilir narsisizm ile uyduğu söylenebilmektedir. Öte yandan birleşme ihtiyacı bulunan narsisizm çeşidinde ise diğer bireylere kendini tanımlama ve diğerlerine tutunan; aynalama ihtiyacı bulunan narsisizmde ise dikkatin kendi üzerinde olması ve teşhircilik ön plandadır.

### **2.1.5 Narsistik kişilik bozukluğu tanı kriterleri**

Literatürde, narsisizm iki farklı sınıflandırma ve tanımla ile yer almaktadır. Bunlarda ilki narsisizmin bir kişilik bozukluğu olduğu, ikincisi ise subklinik narsisizm ayrımlarını oluşturmaktadır. Bu açıdan narsisizm kavram olarak, normal ve klinik olarak ele alınmaktadır. Narsisizmin subklinik açıdan kısacası kişilik özelliği olarak ele alınması sosyal psikoloji ve örgütsel psikoloji çalışmaları ile sağlanmıştır (Paulhus ve Williams, 2002; Campbell ve diğ., 2010). Diğer bir yandan psikoloji ve psikoloji alanlarında ise narsisizm kişilik bozukluğu olarak ele alınmaktadır. Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayımlanan ve Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'nda (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM 5) (APA, 2014) Narsistik Kişilik Bozukluğu (NKB) tanı kriterleri bulunmaktadır. Bu iki ayrımda, yani subklinik narsisizm ile narsistik kişilik bozukluğunun örtüştüğü noktalar vardır. Bu ayrımlardan ilki olan subklinik narsisizmde, narsisizm eğilimi düşüktür. Subklinik narsisizmin ölçümü ise bireylerin kendilerini değerlendirmesini kapsamaktadır (örn., Raskin ve Terry, 1988; Jonason ve Webster, 2010; Jones ve Paulhus, 2014).

DSM V'te (2013) ise narsisizm tanı ölçütleri ve eksen yapısında değişikliklerle beraber, narsistik kişilik bozukluğunun patolojik narsisizm kavramını karşıladığı ve genç yetişkinlik döneminde başladığı belirtilmiştir. Empati yoksunluğu, büyüklenmecilik, hayranlık gereksinimini içeren ve aşağıdaki kriterlerinden en az beşini kapsayan bir örüntü olarak kabul edilmiştir. Kriterler:

1. Büyüklenmeci bir duygu ile kendisinin önemli olduğu duygusunu taşımak,
2. Kişinin zeka, güç, başarı, güzellik, sevgi ve fantezilerine sahip olması,

3. Kendisinin özel ve eşsiz biri olduğu ve kendisinden üstün diğerleriyle ilişkide bulunmak istemek,
4. Beğenilme, diğerlerinden hayranlık bekleme ihtiyacı,
5. Özel bir hak etme duygusu (diğerlerine kıyasla ayrıcalıklı beklentiler),
6. Kişilerarası ilişkilerde kendi kazancı için başkalarını kullanma,
7. Empati eksikliği ile diğerlerinin duygu ve gereksinimlerini anlamama,
8. Sıklıkla diğerlerini kıskanma ve diğerlerinin onu kıskandığına inandırma,
9. Kendini beğenme ve küstahlık tutumları sergileme şeklinde tanımlanmıştır (DSM-V; American Psychiatric Association, 2013).

### 2.1.6 Narsisizm ayrımsal boyutları

Narsisizm üzerine yapılan çalışmalar ve 1980’li yıllardan itibaren yapılan ölçümlerde önemli eksikler bulunduğu görülmektedir. Narsisizmin ölçümünde ilk çalışmalardan olan, Raskin ve Hall (1979) tarafından geliştirilen NPI ölçeği 54 maddenin bir araya gelmesiyle yürütülmüştür. Elde edilen analizler sonucu NPI ölçeğinden çıkartılan sorular 40 maddeye düşürülmüştür. Bu ölçekte; 7 boyut bulunmaktaydı. Boyutlar: otorite, kendine yeterlilik, hak iddia etme, teşhircilik, üstünlük, sömürücülük ve kendini beğenmeyi içermektedir (Raskin, Terry; 1988, s. 891- 894). NPI-40 ölçeği 2000’li yıllara dek sıklıkla kullanılmıştır. Son olarak 2006 yılında narsisizmin ölçümü için Dr. Ames ve arkadaşları tarafından NPI ölçeği tekrardan düzenlenmiş ve 16 soruya düşürülmüştür (AMES; 2006, s.441). NPI-40 ölçeğinden farklı olarak, NPI-16’da boyutlar; otorite, hak iddia etme, teşhircilik, üstünlük, sömürücülük, kendine yeterlilik olmak üzere 6 faktörü içermektedir (Atay, 2009).

**Otorite:** Narsisizme sahip bireyler, diğerlerine bağımlı olmaktan kaçınır, otoritesinin kabul edilmesi gerek kişinin aslında kendisinde olduğuna dair bilişler geliştirmesine neden olur. Bu bilişler daima otoritesini geliştirmekte ve sosyal cesaret, baskınlık, yakınlık, dışadönüklük gibi pozitif kişilik özelliklerini beslemekte ve sürdürmektedir. Narsist bireylerin bu sayede uyumlu ve pozitif kişilik özellikleri yönünü ortaya çıkarmaktadır ( Bogart, 2004: 36).

**Hak İddia Etme:** Sigmund Freud’a göre (1916) narsisizm, çocukluk döneminde olumsuz deneyimlere maruz kalan ve hak iddia etmeye dair özel istekleri olan kişilerde bulunmaktadır. Bu kişiler, olumsuz gerekliliklerden muaf tutulması gereken, acılı deneyimlere yeterince katlandıklarına dair bilişleri olan kişilerdir (Kets



de Vries, 2004: 189). Narsist bireyler, diğerlerinden ayrıcalıklı olduklarını ve özel bir muameleye ihtiyacı olduklarını düşünürler. Bu bağlamda diğerlerine karşı kendilik imajlarını korurlar. Çünkü diğerlerinden ziyade kendilerinin hak ettiği düşünceleri hakimdir (Rapier, 2006: 58). Diğerlerinin duygularını önemsemeksizin kendilerini geliştirmeye dair davranışları vardır (Zeigler-Hill, 2006).

**Teşhircilik:** Psikanalitik kuramcılara göre teşhirciliğe sahip bireyler, oedipal çatışmayı çözemeyen ve çocukluk çağında nesne olarak annelerini bırakma ve babaları tarafından iğdiş edilme korkusunu atlatamayan kişilerdir. Davranışçı kuram ise ergenlik dönemindeki cinsel hazzın teşhircilik ile uyumlandığını ve bu kişilerin tesadüfi deneyimler yaşadığını ileri sürmektedir. Bu deneyimin sürekli etki yaratma olasılığının çok olmaması, bu deneyimin diğer deneyimlerle pekiştirilme olasılığının olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda teşhirciliğe sahip bireylerin sosyal becerilerindeki eksiklikler teşhircilik zeminin hazırlanmasında rol oynamaktadır (Davidson, Neale ve Kring 2003).

Raskin ve Terry tarafından yapılan çalışmalarda teşhircilik boyutunun, hoşgörülü olma, sempatik olma ve kendini dramatize etme gibi farklı kavramları cinsel bir terim olarak algılama ile ilişkili olduğuna dair tanımlamalar yapılmıştır (Raskin ve Terry, 1988:897). Teşhircilik boyutu gelişen narsist kişilerin, kendi üstünlüğünü göstermeye meyilli ve yönetici olma arzusuna sahip olmalarından dolayı başarıları olumsuz anlamda etkilenmektedir (Atay, 2010: 39).

**Üstünlük:** Narsist bireyler, üstünlük duyguları olan, yaptıkları her işte en iyi olma isteğine sahip, diğerlerinin iltifatlarına ihtiyaç duyan kişilerdir (Wonneberg, 2007: 17). Yaptıkları işlerin kendilerinin üstünlüğü ile ilişkili olduğu inancına sahiptirler (Godkin ve Allcorn, 2009: 486).

**Sömürücülük:** Narsisizme sahip bireyler, kişilerarası ilişkilerinin büyük bir çoğunluğunda diğerlerinin duyguları ve çıkarlarını önemsemeksizin onlardan fayda sağlamayı amaçlamışlardır. Doğrudan diğerlerden faydalanarak sömürmek yerine daha çok karmaşık biçimlerde kurgularla beraber davranışlarıyla sömürme boyutunu yansıtırlar. (Atay, 2010: 42-43). Sömürücülük faktörüne sahip bu bireyler, kendilerini yukarıda görmekte, diğerlerinin haklarına aldırmaksızın, kendi isteklerinin gerçekleşmesine yönelik çıkar sağlamaktadırlar (Svrakic, 1985).

**Kendine Yeterlilik:** Albert Bandura'ya göre narsisizme sahip bireylerde kendilerine dair öz yeterliliğe ilişkin inançlar ve yargılar bulunur (Lee, 2005:490). Bandura'nın ortaya attığı Sosyal Öğrenme Kuramının kendine yeterlilik ile ilişkili olduğu söylenebilir. Sosyal Öğrenme Kuramına göre birey sembolik dil aracılığıyla kendisine dair inançlar, yansımalar, gözlemler ve sonuçlardan etkilenir. Öte yandan kendine yeterlilik faktörünün gelişiminde çevrede aracı rol oynamaktadır (Lee, 2005:490).

Kernberg'e göre ise kendine yeterlilik kavramı, çaresizlik duygusunu bastırmaya çalışan bireyin benlik imajı geliştirmesi ve kendine güvenen, başarı ihtiyacı duyan, iddialı ve bağımsız yapıyı temsil eden bir gelişim göstermesidir (Raskin ve Terry, 1988).

Bireyler, kendisine yetebileceğine dair bilişlerinin aksine diğerleri tarafından onaylanmaya ve güven duymaya ihtiyaç duymaktadırlar. Yönetici olan bir narsist birey herkesin kendi gibi düşünmesini ister ve bilişlerinin çalışanları ile benzeşmesi için gayret gösterirler (Kets de Vries ve Miller, 1984: 85).

## **2.2 Sosyal Görünüş Kaygısı**

### **2.2.1 Anksiyete (kaygı) kavramı**

Anksiyete kavram itibariyle Hint-Germen dil ailesinden ve 'angh' kelimesinden köken alan, 'sıkıntı, endişe, sıkıca bastırma' anlamına karşılık gelmektedir. (Curtis ve diğerleri, 1998) Anksiyete, yoğun huzursuzluk ve kaygı ile ortaya çıkan otonomik ve somatik belirtilerle varlığını sürdüren bulgulardır. Anksiyete, normal şartlarda dahi olası veya gerçek bir tehlikeye karşın ortaya çıkabilmektedir. Bu bağlamda stresörün olmadığı durumlarda ortaya çıktığında, anksiyete bozukluğu olarak tanımlanır. (DSM- IV- TR-2007) Anksiyete, tehlike esnasında bireyin harekete geçmesini sağlayan duygular bütünüdür. (Lewis, Jones, Barrett, 2008) Bireyin, bir şey olacakmış gibi bir his ile tetikte olması anksiyete yaşadığının göstergesidir. (Işık, 1996: 31- 45). Kaygı daha çok, belirli bir duruma yönelik kişinin yaşadığı endişe duygusu veya soruna karşı gösterdiği tepkiler olarak ifade edilebilir. Kaygı bir bakıma, bireyin kendisini korumak amacıyla ortaya çıkan içsel alarm sistemi olarak tanımlanabilir. Bu sayede kişinin tehlikeli bir uyarı ile karşılaştığında alarmın devreye girmesine olanak sağlayacaktır. (Tallis, 2003: 4).

Sullivan'a göre kaygı, tehlike veren uyaran ile karşılaşan bireyin, güvenliğini sağlayabilmek için ortaya çıkan ve şiddeti arttıkça etkinliklerin azalmasında rol oynayan bir duygu olarak tanımlamıştır. (Geçtan, 2004: 259). Birçok kişi anksiyete, kaygı, korku ve endişe terimlerini aynı anlamda kullanmasına karşın aslında farklı anlamları taşımaktadır. Benzer anlamlarda kullanılan kaygı ve endişe, çoğunlukla anksiyetenin bilişsel göstergesini çağrıştırmaktadır.

Anksiyetenin oluşmasına zemin hazırlayan duygular zorlayan, endişeli, gergin veya şüphe hislerinden veya stresörler sebebiyle bireysel tehlike ve tehdit olarak algılanmaktadır. (Gudykunst & Shapiro 1996, Stephan et al.1999). Diğer bir taraftan korku kavramı ise gerçek bir tehdit esnasında verilen bir tepki olmakta ve Yunan dil ailesinde 'phobos' kelimesinden türemiştir.(Curtis ve diğerleri, 1998) Korkunun aksine anksiyete ise negatif duygularının varlığı ile gerçekliğin veya kaygının inkar edilmesiyle ilişkili olmayabilir. (Stephan et al.1999). Performansın artmasında az oranda anksiyete bireyin motivasyonuna katkı sağlamakta, çok oranda anksiyete ise tam tersi özelliği ile motivasyonunu azaltarak başarısızlığa neden olabilir veya özsaygının düşmesinde rol oynayabilir. (Strumph and Fodor 1993, Nicaise 1995) Anksiyetenin süre bazında şiddetli ve yoğun olması, bireyin işlevselliğini etkileyerek patolojik bir boyut aldığını düşündürebilir. (Ögel ve ark. 1999).

Bireyin anksiyete yaşantılaması yeni koşullara uyumunu kolaylaştırma sağladığı gibi ruhsal aşamalara çıkmasında itici bir görev gösterebilir. Bu itici görev birey açısından engelleyici olabilir. Dolayısıyla anksiyetenin uyum sağlama ve uyum bozucu olduğuna dair tespit oldukça önemlidir. Uyarılmışlığın performansı olumlu yönde etkilediği bir aralık bulunabilir. (Karamustafaloğlu, 2010)

### **2.2.2 Normal anksiyete patolojik anksiyete**

Freud, anksiyete kavramını bedensel veya sosyal açıdan tehlikeli uyaranlara karşın bireyin kendisini uyarması ve ortama adaptasyonunu sağlama, yaşamını sürdürmenin bir işlevi olan bir mekanizma olarak tanımlamaktadır. Bu bağlamda korku ile benzer anlamda kullanılan ve tehdit içeren uyaranın algılanmasıyla ortaya çıkan gerçeklik anksiyetesinden söz etmiştir. Dolayısıyla süper egonun vicdan duygusu sonucunda ortaya çıkan bireyin içgüdülerinin veya suçluluk anksiyetesinin egonun işlevi olarak nevrotik anksiyeteyi ortaya çıkardığını belirtmiştir. (Gençtan, 2015, s. 162).

Bireyin dış etkenlere karşı kendisini koruma sistemine normal anksiyete denmektedir. Organizma bir tehlike ile karşılaştığı esnada yaşamının devamını sürdürebilmek açısından kendisini tehlikeli uyarandan sakınmaktadır. Bu noktada uyaran olmaksızın, varmış gibi algılamak bireyin işlevselliğini önemli ölçüde etkileyerek, endişeli ruh halinin, beklenti hissini, felaketin yaklaştığına dair duygular ile karakterize ise anormal anksiyetenin varlığından söz edilebilir. Patolojik bir durum olan anormal anksiyetenin tedavisinde psikofarmakoloji önemli rol oynamaktadır (Hohen-Saric 1979, Hoehn-Saric 1982, Rech 1991, Yüksel 2001).

Patolojik anksiyetin süresi ve şiddeti değişkenlik gösterebilir. Süresi aylar, yıllar gibi değişik zaman aralığında gözlemlenebilir. Ansızın, kısa veya ani seyreden anksiyete duygusu panik atak adını almaktadır. Anksiyete duygusu sıklıkla duruma bağlı anksiyete veya fobi adını almaktadır. Fobiler belirli bir nesne veya duruma karşın olabileceği gibi sosyal kıstasları da bulunabilir (Yüksel 2001). Özetle, normal anksiyete ve patolojik anksiyete ayırımını yapmak oldukça önemlidir. Şayet anksiyete gerçek bir çevresel uyaran ile ortaya çıkıyorsa normal seviyede değerlendirilmeli, çevresel uyaran olmaksızın irrasyonel bir şekilde ortaya çıkıyor ve bireyin işlevselliğini bozuyorsa patolojik anksiyete olarak tanımlanmalıdır. Dolayısıyla buradaki önemli nokta bireyin işlevselliğinin etkilenip etkilenmemeye düzeyidir. Bu bağlamda bireyin sosyal ve mesleki işlevselliğini bozuyor ve yaşamında sorunlara sebebiyet veriyorsa anksiyetenin patolojik olarak değerlendirme olasılığını arttırmaktadır. (Ülsev, 2014).

Dünya çapında sıklıkla görülen bozukluklardan biri olan anksiyetin, Abd'de yapılan çalışma neticesinde her dört kişiden en az bir kişinin anksiyete bozukluğuna sahip olduğuna dair veriler bulunmaktadır. Tanı kriterlerinin yüzde 17,7'lik bölümünde 1 yıllık bir yaygınlık oranına sahip olduğu, kadınların erkeklere kıyasla daha çok anksiyete bozukluğuna sahip olduğu bilinmektedir. (Kaplan ve Saddock, 2008).

Anksiyete bozukluğunun, genellikle 10 ve 25 gibi genç yaşlarda başlamasıyla riskin de bu yaş aralığında yükseldiği görülmektedir. Diğer bir yandan çalışmalarda incelenen bireylerin yaklaşık %80-90'ında anksiyete bozukluğu belirtilerinin, 35 yaşından önce ortaya çıktığı belirtilmektedir. (Öztürk ve Uluşahin, 2008).

### **2.2.3 Anksiyete belirtileri**

#### **2.2.3.1 Fizyolojik belirtiler**

Bireyi önemli ölçüde etkileyen anksiyete esnasında sempatik sinir sistemi devreye girmektedir. Bu sayede bireyde, fizyolojik değişimler oluşarak sinyal yollanılmakta ve savaş kaç mekanizmalarından birini seçerek tepki vermektedir. Özetle; anksiyete veya korku uyum sağlama işlevi sayesinde uyarana tepki vermektedir. Uyarı tehlike olarak algılayan amigdala, hipotalamusa ileti göndermektedir. Bu ileti ilk aşamada hipofiz bezine ve sonrasında adrenalin ve iç salgı bezlerine ulaşarak organizmanın harekete geçmesine olanak sağlamaktadır. Bu doğrultuda bedende bazı değişimler ile kan basıncında, solunumda ve kalp atışında artış gözlemlenebilmektedir. Diğer taraftan bağırsak problemleri, ağız kuruluğu, kan şekeri artışı, göz bebeklerinde genişleme, kaslarda gerginlik, tükürük salgısında azalma belirtileri görülmektedir (Şahin, 2017). Bununla birlikte diğer bir taraftan, sırtta ağrı, idrara çıkma ihtiyacı, irkilme, sıcaklık basması veya üşüme de gözlemlenebilir (Öztürk ve Uluşahin, 2008, s. 453). Boğazda düğümlenme, uykusuzluk, cinsel istekte azalma, halsizlik veya güçsüzlük, baş dönmesi de anksiyetenin fizyolojik belirtileri arasına girmektedir (Kaya ve Varol, 2004, s. 33).

#### **2.2.3.2 Psikolojik belirtiler**

Anksiyete genel itibariyle algıyı, düşünceyi ve öğrenmeyi olumsuz yönde etkilemektedir. Anksiyete esnasında algılarda çarpıtılmış düşünceler yer almaktadır. Bu algılar yer ve zaman ile ilgili olmaksızın durumlar veya insanlarla ilişkilidir. Bu bağlamda hafıza, öğrenme, olaylar arasındaki ilişkiyi bulmada zorluklar görülebilir. Birey sadece algıladıkları kadarını görebilir, diğer kısımları algı dışı bırakarak yoksayabilir. Bu kapsamda anksiyetenin artmasında hatalı değerlendirmeler rol oynamaktadır (Özakkaş, 2014, s.14)

Anksiyete, psikolojik belirtilerle beraber hatalı değerlendirmelere zemin hazırlayabilir. Kötü bir haber gelecekmis hissi, kötü şeylerin yaşanacağına dair korkular bu nedenle dikkatini toplama ve odaklamada güçlükler ve kontrolü kaybedeceği hissi anksiyetenin psikolojik belirtilerini tanımlamaktadır.( Eken ve Ebadi, 2019, s.114)

### **2.2.3.3 Davranışsal belirtiler**

Anksiyete esnasında birey dış uyaranlara şartlı tepkiler gösterebilir. Diğer taraftan birey ailesinden öğrendiği yaklaşım tarzı ile belirli durumlara karşı anksiyete belirtileri gösterebilir (Özakkaş, 2014, s.14). Birey, anksiyeteye neden olan veya ilişkili olduğunu düşündüğü durumlardan kaçınarak varolan anksiyetenin şiddetini azaltmaya çalışmaktadır (Rector vd., 2016, s. 6).

### **2.2.4 Kaygı türleri**

#### **2.2.4.1 Durumluk ve süreklilik kaygı**

Kaygı, bireyin yaşantısını tehdit eden uyarıcı veya tehdit olarak algılanan ve yorumlanın uyarıcıya karşı geliştirilen duygular durumudur (Güleç ve Köroğlu, 1997: 453, Ehtiyar ve Üngüren 2008: 164 ). Literatürde kaygı ile ilgili faktör analizi çalışmalarıyla, durumluk kaygı ve sürekli kaygı kavramı Cattell ve Scheier (1958) tarafından ortaya atılmıştır. Öte yandan Spielberger (1966) iki kaygı kavramını ortaya atmış ve durumluk kaygıyı, bireyin uyarıcıyı tehdit olarak algılaması sonucunda ortaya çıkan, tehdidin şiddeti, süresi, miktarı ile gösterilen duygusal tepkiler olarak tanımlamıştır (Özusta, 1995: 33). Stres veren uyarıcı ortadan kalktığı anda durumluk kaygı düzeyi de aynı doğrultuda düşmektedir. Spielberger (1966) sürekli kaygıyı ise bireyin varolan durumu stresör olarak algılaması ve öz değerinin tehdit edildiği bilişlerle ortaya çıkan kaygı olarak tanımlamıştır. Bu bireylerde, mutsuzluk veya hoşnutsuzluk gibi duyguları oluşmaktadır. Diğer yandan sürekli kaygısı yüksek bireylerin, durumluk kaygıyı da diğerlerine nazaran daha yoğun yaşadığını belirtmiştir (Öner ve Le Compte, 1983: 2)

Psikologlar ise kaygıyı durumluk ve sürekli kaygı olarak kategorize etmişlerdir (Biggs & Moore, 1993: 243). Durumluk kaygı, belirli durumlarda ortaya çıkan durumun ortadan kalkmasıyla belirtilerini ortadan kaldıran kaygı türüdür. Sürekli kaygı ise durum olmaksızın, bireyin yorumlamalarından kaynaklanma vardır ve belirli durumlardan ayrı olarak yaşamın tümünü kaplamaktadır. Gerçek bir tehlike olmaksızın birey duruma uyumsuz tepkiler göstermektedir (Baltaş ve Baltaş 1998; Öner, 1997; Öner ve Lecompte, 1983, Özgüven, 1994). Sürekli kaygının varlığı stresin oluşmasına zemin hazırlamakta ve huzursuzluk veya mutsuzluk gibi duygusal bunalımlara yol açmaktadır (Sabuncuoğlu ve Tüz, 1998). Literatürden elde edilen verilere göre kaygı bozukluklarının; birçok toplulukta yaygın bir bozukluk olduğu

görülmektedir (Öztürk, 1994: 261). Anksiyete bozuklukları erkeklere kıyasla kadınlarda daha sık görülen bir bozukluktur (Horwath, & Weissman, 1995: 317)

### **2.2.5 Sosyal görünüş kaygısı kavramsal çerçeve**

Sosyal görünüm, tarih boyunca insanlar tarafından önemli bir unsur olarak görülmektedir (Yazıcı, Caz ve Tunçkol, 2016). İnsanlar güzelliği olumlu, çirkinliği ise olumsuz değerlendirme eğilimindedir. Bu noktada kitle iletişim araçları da ideal sosyal görünüşe dair duygu ve düşüncelerin şekillenmesini sağlamaktadır. Bu duygu ve düşünceler bireylerin beden algılarını şekillendirmede rol oynamaktadır (Yaman, Koşu, Tel, Teşneli, Yalvaracı ve Gelen, 2008; Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen, ve Akyüz, 2014). Genel itibariyle, genç yetişkinlerin fiziksel görünümüne ilgi gösterdiği bilinmektedir. Sosyal kaygı ise bireylerin diğerleri tarafından değerlendirilme veya performans korkusundan dolayı ortaya çıkmaktadır (Gautreau, Simon, Mushqash ve Sherry, 2015).

Yapılan çalışmalardan edinilen bilgilere göre bireylerin diğerleri tarafından yöneltilen pozitif algıları, kendi bedenlerine dair algılarını ve ruh sağlığını olumlu açıdan etkilemektedir. Erikson'un (1959, 1963, 1968) psikososyal gelişim kuramı bağlamında yakınlığa karşı yalıtılmışlık olan gelişim döneminde sosyal görünüş kaygısının ruh sağlığı veya yaşantıyı olumsuz seyirde etkileyebileceğinden söz edilmektedir (Akt. Rosenthal, Gurney, & Moore, 1981). Erikson'a (1963, 1965, 1983) göre yakınlığı karşı yalıtılmışlık evresinde birey, uzun zamanlı yakın ilişkiler kurmakta ve gelişim ödevini bu sayede yapmaktadır. Öte yandan birey ergenlik döneminde diğerleriyle iletişim kurmada kimliğini kaybetme korkusu olmaksızın yakın ilişkiler kurabilir. Diğer bir yandan bireyin bu dönemdeki yaşantısında evlilik durumu oldukça önemlidir. Bu sebeple diğerleriyle yakın ilişkiler kuran ve gelişim ödevini başarılı bir şekilde tamamlayan birey, diğerlerine sevgi verme ve sevgi almada sorunlar yaşamamaktadır. Ancak birey bu dönemi başarılı bir şekilde tamamlayamazsa diğerleriyle yakın ilişkiler kurmada zorluk çeker ve bu durum psikolojik yalnızlığa sebebiyet verebilir (Akt. Senemoğlu, 2013).

Sosyal anksiyete bozukluğunun bir bölümü olan sosyal görünüş kaygısı, bireylerin diğerlerinin tarafından değerlendirilmesi ve olumsuz değerlendirmenin yarattığı gerginlik, kaygı gibi içsel tepkiler olarak tanımlanabilmektedir (Çınar ve Keskin, 2015; Özcan vd., 2013). İnsanların kendi görünüşlerinin diğer insanlar tarafından ne

denli etkili olduğuna dikkat etmektedirler (Seki ve Dilmaç, 2015). Sosyal görünüş kaygısına sahip bireylerde, görünümünün olumsuz değerlendirmeye neden olacağına dair bilişler bulunmaktadır (Hart ve diğerleri, 2008). Diğer bir yandan sosyal görünüş kaygısı bireyin kendi bedeni ve görünüşü bağlamında olumsuz bir beden imajı olarak tanımlanabilir (Doğan, 2010). Bu açıdan literatürde sosyal görünüş kaygısı ve beden imajı bozukluğunun görünüşü değerlendirmede saç, ten rengi veya göz gibi fiziksel özelliklerin etkili olduğu tanımlanmaktadır (Cunningham, 1986). Bireyin beden algısının, özgüveninin artmasında, kişilik gelişiminin sosyal biri olmasında, ruhsal, bedensel ve zihinsel olarak sağlıklı olabilmesidir (Öksüz, 2012). Ancak beden imajının olumsuz olması sosyal kaygısında bu doğrultuda ilişkili olduğunu gösterebilmektedir. Bu nedenle, kişiler arasında yaşanan sorunlar (şüpheli, itaatkar) veya duygusal sorunlar (depresyon, kaygı) ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmektedir (Claes, Hart, Mitchell, Mueller, Smits, & Van Den Eynde, 2012). Ancak sosyal görünüş kaygısı bireylerin bedenine yönelik endişelerinden ziyade, bireyin görüntüsüne yönelik değerlendirmeler bütünüdür (White, 2008).

Sosyal kaygı (Baltacı & Hamarta, 2013; Erkan, Güçray, & Çam, 2002) ve beden imajı (Ayaz, 2008; Barlas, Karaca, Onan, Öz, Gürkan, Işık, & Sümeli, 2014; Khorshid, Eşer, Denat, & Çınar, 2007; Üstündağ, Demir, Zengin, & Gül, 2007) tanımları değerlendirildiğinde sosyal görünüş kaygısında bu iki kavramın etkili olduğu düşünülebilir. Dolayısıyla, sosyal görünüş kaygısı bireyin dış dünyayla ilişki kurmasında, kendi öz benliğine dair olumsuz değerlendirilme düşünceleri olarak tanımlanabilir. Bu çerçevede, sosyal görünüş kaygısı bireyin diğerleri tarafından değerlendirilmesi bağlamında yaşanan duygusal tepkilerdir (Çınar & Keskin, 2015; Kara, 2016) Gül (2016) tarafından yapılan çalışmada, bireyin tutumları ve bilişsel çarpıtmalarının sosyal görünüş kaygısını bu doğrultuda arttırdığına dair gözlemler bulunmaktadır. Diğer bir çalışmada ise ergenlik veya genç yetişkinlik dönemindeki kadınların depresyon ve kaygı düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısında pozitif yönde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir (Özcan, Subaşı, Budak, Çelik, Gürel, & Yıldız, 2013) Alemdağ ve Öncü (2015) tarafından yapılan çalışmada ise bireylerin fiziksel aktivitede bulunması arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığı belirlenmiştir. Cash (2004)'e göre beden imajı bireyin somut deneyimleri ile ilgili olmakta ve bu bağlamda fiziksel görünüş ile ilgili olmamaktadır. Bu noktada beden imajı tek bir şeyi ifade etmek yerine çok boyutlu bir yapıdan oluşmaktadır (Cash, 2002). Moe'ya



(1999) göre ise beden imajı bireyin öz benliği veya görünüşüne dair inançlardır. Dolayısıyla birey diğerleri ile ilişki kurduğunda karşı tarafın düşüncelerini önemsemekte ve kaygı yaşamasına sebebiyet vermektedir. Bu kaygı utangaç bir tavra neden olmaktadır (Çınar & Keskin, 2015).

Bireyler gündelik yaşamda eskiye kıyasla diğerlerinin görüşlerine ihtiyaç duyar hale gelmiştir (Kılıç ve Karakuş, 2016). Bu doğrultuda gündelik yaşamda birey, diğerleri tarafından olumlu algılanmak için çaba harcamaktadırlar (Telli ve Ünal, 2016). Birçok insan kendisine hayran olan kişilerle iletişim içinde olmak ister (Yousefi, Hassani ve Shokri, 2009). Birey diğerleri tarafından iyi bir izlenim bırakmak ister. Buna rağmen iyi bir izlenim oluşturmamak, kişinin kaygılanmasına sebebiyet verebilir (Leary ve Kowalski, 1995). Yaşanılan bu kaygı türüne sosyal görünüş kaygısı da denebilir.

Hart ve arkadaşları (2008)'na göre sosyal görünüş kaygısı fiziksel görünüme dair diğer kişilerin değerlendirmeleri sonucu yaşanılan bir kaygı olarak tanımlanmaktadır. Çınar ve Keskin (2015) göre sosyal görünüş kaygısı ise dış görünüşüne karşı diğerlerinin değerlendirmelerine verilen bir tepki olarak tanımlanmaktadır. Bireyin bedenine dair izlenimi ile olumsuz değerlendirmeleri sonucunda sosyal görünüş kaygısı varlığını göstermektedir. Birçok bozuklukla eşgüdümle var olabilen ve sosyal yaşantıyı olumsuz seyirde etkileyen sosyal görünüş kaygısını Doğan (2009) ise, dış görünüş ile alakalı kaygılar ve diğerlerinin değerlendirmesi ile ilişkili kaygılar olarak ifade etmiştir. Hart ve arkadaşlarına (2008) göre bireyin boyu, kilosu veya kas yapısının ötesinde, ten rengi ve yüz şekli gibi özellikleri de kapsayan kavrama sosyal görünüş kaygısı denilmektedir. Doğan (2010) göre ise dış görünüşten öte bir kavram olan sosyal görünüş kaygısı daha kapsamlı bir durumdur.

Sosyal görünüş kaygısı bebeklik döneminden, ergenlik dönemine kadar uzanmakta olan ve bireyin bedenine ait algılarının yaşam boyu gelişen ve değişen bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Anbar, 2013; Babacan Gümüş ve Çam, 2011). Yaşanılan durumlar veya kişisel etmenler, sosyal kaygıyı etkilemekte ve diğerlerinin istediği izlenimi oluşturma ve istenilmeyen izlenimlerden kaçınma davranışını içermektedir (Amorose ve Hollembek, 2005). Bireyin gelişimsel dönemlerin ardından yaşadığı sosyokültürel etkenlerde beden algısının şekillenmesinde rol oynayabilir. Bu algılar kişinin benliğine dair olumsuz veya olumlu algıları içerebilmektedir (Kundakçı,

2005). Pozitif vücut algısına sahip bireyler bedenini beğenen ve özünden memnun kişilerdir. Dolayısıyla çevreyle iletişimleri de aynı doğrultuda olumludur. Bu çerçevede bu bireyler özerk davranabilme gücü yüksek, sorumluluk alabilen, sıcak ve sağlıklı ilişkiler kurabilme gibi özellikleri gelişmiş kişilerdir. Kendi bedeninden memnun olmayan bireyler ise sosyal ilişkileri gelişmemiş, özgüveni eksik, kötümser ve diğerleri tarafından onaylanma ihtiyacı olan kişilerdir (Öksüz, 2012).

Amerikan Psikiyatri Birliği (2000)'e göre sosyal kaygı bozukluğu, sosyal fobi ile beraber tanımlanmaktadır. Sosyal kaygı bozukluğu, topluluk içinde utangaçlık veya gerginlik ile tanımlanan devamlı bir korkudur (Hart vd., 2008). Görünümü iyi olan kişilerin yaşam koşulları, iş ve sosyal anlamda avantajlı olduğu saptanmıştır (Heilman ve Stopeck, 1985). Kendisine hayranlık besleyecek kişilerle sıklıkla iletişim halinde olmak isteyen birey, diğerleri tarafından iyi bir izlenim bırakarak çekici görünebilmek için çaba harcamaktadırlar (Yousefi, Hassani ve Shokri, 2009). Bu bireylerin diğerlerine kıyasla sosyal görünüşleri sayesinde avantajlı bir üstünlüğü olduğu (Hamermesh ve Biddle, 1993), çekici kişilerin ise çekici olmayan bireylere kıyasla daha çok arzulandığı görülmektedir (Dion vd., 1972) Özetle sosyal görünüşün yaşam içerisinde önemini belirgin kıldığı, sosyal görünüş kaygısının ise stres veya bozukluk belirtileriyle yaşam kalitesini azalttığı bilinmektedir (Safren vd. 1996). Sosyal görünüş kaygısı yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilemekte ve sosyal, akademik veya mesleki işlevselliğini etkilemektedir (Dindar ve Akbulut, 2015). Dolayısıyla sosyal görünüş kaygısına sahip bireyler, diğerlerinin olumsuz değerlendirmelerinden kendilerini korumak için belirli davranışlar geliştirmekte (Carleton vd., 2007) ve bu davranışların kaygıyı engellediğine dair düşünceler oluşturmaktadırlar (Wells vd., 1995).

### **2.2.6 Sosyal kaygı tanı kriterleri**

DSM 5'e göre sosyal fobi (toplumsal kaygı bozukluğu) tanı kriterleri;

- Kişi diğerleri tarafından değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden fazla toplumsal durumda belirgin bir korku veya anksiyete duyması. (Diğerlerinin önünde konuşma yapmak, tanımadık kişilerle konuşma, tanımadık kişilerle karşılaşma, yemek yerken veya içerken gözlemediği düşüncesi)
- Kişi olumsuz değerlendirilebileceğini düşündüğü biçimde davranmaktan veya anksiyete duyduğuna ilişkin belirti göstermekten korkar. (Diğerlerinin

yanında küçük düşeceği ya da utanç duyulacak biçimde diğerleri tarafından dışlanacağı, diğerlerinin kırılmasına yol açacak biçimde.)

- Mevcut toplumsal durumlardan kaçınılır veya anksiyete ya da korku ile duruma katlanılır.
- Söz konusu olan toplumsal durumlar, her zaman neredeyse anksiyete veya korkuya sebebiyet vermektedir.
- Anksiyete veya kaygı toplumsal-kültürel bağlamda gerçeklikle orantısız büyüklüktedir.
- Anksiyete, korku ya da kaçınma süreklidir ve en az altı aydır sürmektedir.
- Kişinin mevcut durumda yaşantısında birçok konuda işlevselliğinin düşmesine neden olur.
- Mevcut durum madde kötüye kullanımı ile açıklanamaz.
- Mevcut durum beden algısı bozukluğu, panik bozukluk, otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi ruhsal bozukluk ile açıklanamaz.
- Organik hastalığa (Parkinson hastalığı, yanık veya yaralanmadan dolayı biçimsel bozukluk, şişmanlık) anksiyete, korku veya kaçınma durumuyla bağlanamaz.

### **2.2.7 Olumsuz değerlendirilme korkusu**

Bireyler sosyal ilişkilere girdiklerinde diğerlerinin kendisini nasıl değerlendirdiği izlenimini önemsemekte ve beklentileri bu doğrultuda olumlu veya olumsuz olabilmektedir (Çam vd., 2010:133) Watson ve Friend (1969)'e göre olumsuz değerlendirilme korkusu, kişinin kendisinin olumsuz değerlendirebileceğine dair bilişlerin varlığı ve bu durumlardan kaçınması olarak tanımlamaktadır (Akt. Collins vd., 2005:345). Dolayısıyla bir kişinin diğerleri tarafından düşmanca değerlendirilme ihtimaline karşı nasıl bir tepki verdiği kişinin toleransının ölçüsüdür (Carleton vd., 2007:131).

Olumsuz değerlendirilme korkusu bireyin işlevselliğini olumsuz seyirde etkileyerek, diğerleri tarafından olumsuz değerlendirileceği yargısına varmak veya sürekli hata yapacağı düşüncesiyle çevresi tarafından eleştirilere maruz kalınacağı düşüncelerini

de beraberinde getirmektedir (Yıldırım vd., 2011:86). Sonuç olarak bireyin diğerleriyle ilişkilerindeki gelişimini engelleyen ve akademik performansın aksamasını, madde kötüye kullanımı veya depresyon gibi belirtilerin oluşmasında aracı bir rol üstlenebilir (Teachman ve Allen, 2007:63).

Olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal çevrede bireyin huzursuzluğuna neden olmaktadır (Çam vd., 2010:133). Birey olumsuz değerlendirileceği düşüncesiyle bahaneler üretmekte ve bu sayede olumsuz değerlendirmelerden kendisini koruduğunu düşünmektedir (Akın vd., 2011:1158). Bu bağlamda birey kendisine yönelik güvenilir bir ortam oluşturmakta ve bu sayede daha iyi hissetmektedir (Coudevylle vd., 2011:675).

Carleton, McCreary, Norton ve Asmundson (2006)'a göre ise olumsuz değerlendirilme korkusu, kişinin diğerleri tarafından düşmanca eleştirilme olasılığına dair sürekli ve aşırı bir endişe hali olarak tanımlanmıştır. Rape ve Heinberg (1997) göre ise olumsuz değerlendirilme korkusunun bireyin diğerlerinin sosyal performansını sergilediği durumlarda, kendisinden oldukça yüksek bir performans talep edecekleri ve bu doğrultuda kendi performansına dair şüphelerle dışlanacağına dair inançların varlığıdır. Özellikle mükemmeliyetçi kişilerde dışlanacağına dair inançlar daha sık görülmektedir. Mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler diğerlerini memnun etme isteği ile mükemmel performans sergileme gayreti ile özgüven sorunları yaşamaktadırlar. Özetle mükemmel bir performans sergileme ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile etkinlikleri yapmada kaçınma davranışı gösterirler (Frost, Glossner ve Maxner, 2010). Clark ve Mcmanus (2002) ise olumsuz değerlendirilmenin bireyin bilgi işleme sürecindeki ön yargılardan dolayı kaynakladığını ifade etmektedir. Bu ön yargıların bilgi işleme kapasitesini olumsuz seyirde etkilemesi ile korkma davranışının oluşmasına sebebiyet vermektedir. Birey olumsuz değerlendirilmeden korkmasıyla beraber sosyal ilişkilerde gerçekleştireceği performans gerektiren durumlarda mükemmel olmamasının ön yargılarının oluşmasına neden olmaktadır. Bu açıdan birey kendisine odaklanarak çevreyi yok saymaktadır. Kendisine odaklanan birey beğenilip beğenilmeyeceğine dair bilişleri ile performansında düşüş yaşamasına neden olmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995).

Sosyal durumlarda kendini gösteren utangaçlık duygusu da olumsuz değerlendirme korkusuna sebebiyet verebilir. Utangaçlık duygusuna hakim bireylerde diğerleri

tarafından değerlendirilmek kaygının oluşmasına neden olabilir (Cowden, 2005). Diğer bireylerle sosyal ilişkiye girmek oldukça zorlayıcıdır ve bu bağlamda onlar için topluluk önünde konuşmak kaçınma davranışının bir göstergesidir (Moore ve Gee, 2003). Diğerleriyle iletişim halinde olan birey onların değerlendirmesini önemser ve dikkatli konuşmaya özen gösterirler (Kocovski ve Ender, 2000). Utangaçlığın neden olduğu olumsuz değerlendirilme korkusu bağlamında yardıma muhtaç olan bireyler yardım istemekten dahi çekinmektedirler (Guyton, 1997).

Bilişsel bakış açısına göre olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal anksiyete ile ilişkilidir (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997). Bu bağlamda sosyal anksiyetesi olan bireylerin olumsuz değerlendirilmeye de sahip olduğu ve tehdit edici duruma yönelik bedensel olarak terleme, titreme gibi belirtileri olduğu gözlenmiştir (Heimberg, Brozovich ve Rapee, 2010). Literatürdeki çalışmalarda da sosyal beceri seviyelerinin düşüklüğü ve utangaçlık ile olumsuz değerlendirilme korkusuyla ilişkili olduğu bulunmuştur (Lundh ve Sperling, 2002; Miller, 1995; Stopa ve Clark, 1993). Bu bireyler kendisini sıkıcı bulan, yeteri kadar zeki ve eğlenceli biri olmadığını düşünen kişilerdir. Dolayısıyla birey kendisine yönelik olumsuz değerlendirmelerinden kaynaklı olumsuz değerlendirilme korkusuna zemin oluşturmaktadır (Moscovitch, 2009). Bireyin öz benliğine yönelik olumlu düşüncelerinin kendisine saygı duymasında etkili olduğu ve bu nedenle benlik saygısının aracı bir rol üstlendiği belirtilmiştir. Benlik saygısının yüksek olmasının eksiklerine karşın kendisine değer veren, benlik saygısının düşük olması ise eksiklerine anlam yükleyen ve zayıflıklarına odaklanan bireyler olduğu görülmektedir (Rosenberg, 1979).

### **2.2.8 Benlik saygısı ve beden imajı**

Çoğu insanda olumlu beden algısının kendisine dair özgüvenini arttırmada ve sosyalleşmelerinde etkileri olduğu ve iletişim kurmada ya da performans gerektiren işlerde daha rahat etmelerini sağladığı çalışmalarda ortaya konulmuştur (Erdoğan ve Tütüncü, 2015; Yılmaz, 2015; Matera ve ark., 2013; Kalafat, 2006, Clark ve Tiggemann, 2006; Tarhan, 1995). Bu açıdan beden imajının, kişinin bedeninin görüntüsüyle ilişkili olduğu söylenebilmektedir (Shilder, 1935). Gardner (1996) göre beden imajı, bireyin bedenine yönelik zihninde çizdiği bir resimdir. Gündoğan (2006)'a göre ise bireyin bedenindeki parçaları bir bütün olarak olumlu veya

olumsuz değerlendirmesidir. Harter'a gore (1983) bireyin kendisine yonelik duyguların varlığı benlik saygısının ayırıcı etkenlerinden biridir.

Bireyin beden algısı benlik saygısından farklı olarak sosyal kaygı seviyelerini etkileyen, yeme veya cinsel davranışlarda etken, sosyal ilişkilerde ve duygusal durumlarda belirleyici bir faktördür (Cash,2002). Beden imajı estetik özelliklerinden daha ziyade bireyin yaşına, vücut ağırlığına, sağlığına, cinsiyetine ve içinde yaşıması olduğu zaman ve topluma gore değişiklik göstermektedir (Neagu, 2015). Bireyin bedenine yonelik olumlu bilişlerinin varlığı, benlik saygısını da bu doğrultuda yükseltmektedir. Dolayısıyla olumlu benlik saygısı ile kendi bedenini beğenen kişilerin sosyal yaşamda daha rahat hissettiği söylenebilir (Antony ve Swinson, 2008; Köknel, 1999).

Öz benliğe dair bireyin değerlendirmeleri benlik saygısını ortaya çıkarmaktadır (Burger, 2006). Rosenberg'e gore bireyin öz benliğine yonelttiği olumlu veya olumsuz tutumlar benlik saygısı olarak tanımlanmaktadır ( Rosenberg, 1965). Pişkin (2010)'e gore ise benlik saygısından ziyade kendisine duyduğu özsaygıdır. Bu bağlamda bireyin kendisine duyduğu özsaygı idealize edilmiş benlik ve gerçek benlik arasındaki farkın değerlendirilmesidir. Diğer bir yandan benlik saygısı bireyin kendisini olumlu veya olumsuz değerlendirmesi, bireyin yaşamı süresince kendisini başarılı, mükemmel veya yaşamının anlamlı, değerli, saygın olup olmadığını ölçen bir araç olarak tanımlanabilmektedir (Coopersmith, 1967).

Köknel (1999)' e gore sosyal fobi gençlik döneminde başlamaktadır. Bu bağlamda sosyal fobi diğerlerinin yanında bulunmak veya topluluk içinde konuşmak, karşı cinsle ilişkilerde ortaya çıkmaktadır. Sosyal fobisi bulunan bireyler, kendilerini rahat hissetmediği ve kaygılandığı ortamlarda kaçınma davranışı gösterirler. Diğerleri tarafından eleştirilme korkusu hakim olduğu için benlik saygısında düşmeler gözlenmektedir. Benlik saygısındaki bu düşüş diğerleri ile ilişkiler kurmada zorluklar çıkartmakta ve değersiz, hatalı olduğu düşüncesini de beraberinde getirerek sosyal ilişkilerde kaçınma davranışında rol oynamaktadır.

Literatürdeki çalışmalardan edinilen veriler ışığında, dış görünüşüne dair olumsuz yargıların bireyin beden imajını ve benlik saygısını etkilediği belirtilmiştir (Uçar ve Uzun, 2008; Kılıç vd., 2007; Kurt vd., 2013; Yolaç Yarpuz vd. 2008). Bazı çalışmalar ise sosyal kaygı ve düşük benlik saygısının ilişkili olduğunu

savunmaktadır (Baldwin ve Sinclair, 1996; Arıcıoğulları,2001). Joinson'un (1999) yaptığı araştırmada bireyin benliğine yönelik olumsuz değerlendirmelerinin, sosyal kaygıda önemli bir rol üstlenmediğine dair yeterli veriler bulunmadığını belirtmiştir. Öte yandan De Jong (2002) sosyal kaygısı düşük veya yüksek düzeydeki bireylerin benlik saygısı düzeylerinde önemli fark bulunamadığını iki ayrı grubun benlik saygısı düzeyinin yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

### **2.2.9 İzlenim teorisi**

Bireyler, diğer kişiler tarafından olumlu değerlendirilmek istemekte ve olumsuz değerlendirmeye yol açacak etkenlerden kaçınmaktadırlar. Diğer kişiler tarafından bireye dair oluşturulan izlenimler, bireyin kendisine dönük yargılarını ve değerlendirmelerini oluşturmaktadır. Bu bağlamda kişiler, diğerlerinin kendileri hakkında izlenim oluşturmalarında ve etki etme süreçlerinde rol oynadıkları görülmektedir. İzlenimleri incelemenin dört düzeyi bulunmaktadır. Bunlar; izlenimlere odaklanma, izlenimin bilincinde olma, izlenimlere karşı ilgisizlik ve son olarak izlenimin rastgele gözden geçirilmesidir (Leary, 1996). Bireyler çevresinde bulunan kişilerin, kendisine dair düşünceleri ve değerlendirmelerini oluşturmak amacıyla birtakım davranış değişiklikleri sergilemektedirler. Bu davranışların kendilerinin algılanmasında, sosyal anlamda ödül veya ceza almak için yaptıkları görülmektedir (Jones, 1990). Öte yandan bireyin kişilik özellikleri, iş özellikleri, çevresel özellikleri gibi faktörlerin izlenim yönetiminde aracı bir rol üstlendiği söylenebilmektedir (Gardner; Martinko 1988).

İzlenim yönetimi bireyin davranışları, ifade ettikleri veya görüntüsüyle ilişkili olarak diğerlerini etkilemek için yaptığı girişimlerdir (Özdevecioğlu ve Erdem, 2008: 23). Bireylerin kabiliyetli, bilgili ve başarılı olması çevresi tarafından yüksek statüye sahip olduğu ve bu doğrultuda daha etkili olduğu bilinmektedir (Basım ve Tatar, 2006). Dolayısıyla bireyler diğerleri tarafından başarılı, yetenekli ve bilgili algılanmak istemektedirler (Leary, 1996). Bu doğrultuda bireyler kendi yeteneklerini gözler önüne koymakta ve diğer bireyler tarafından bu yeteneklerini gösterme gibi bir beklenti içerisine girmektedirler (Jones, 1990).

Goffman (1959)'a göre izlenim yönetimi sosyal etkileşimin bir parçası olmakla beraber bireylerin kendi çıkarları doğrultusunda bir aktör gibi davranması ve diğerlerinde tesir yaratmak gibi davranışlar sergilemesidir. Diğer bir yandan izlenim

yönetimi diğer bireyler tarafından izlenim oluşturmadaki bir süreç veya diğer bireylerin algı ve davranışlarını etkilemedeki girişimleri tanımlamaktadır (Basım, Tatar, Şahin, 2006). Bu nedenle kişilerin birbirine karşı olan yaklaşımları ve davranışları çoğunlukla dış görünüşlerinden dolayı oluşmaktadır (Basım ve Tatar, 2008).

İzlenim yönetimi kelime anlamıyla bireyin, diğer kişilerce oluşturulan izlenimlerinin bir süreci veya diğerlerine yönlendirilen bilgilerin algı ve davranışları etkileme süreci olarak tanımlanmaktadır (Basım vd., 2006). Rosenfeld, Giacalone ve Riordan'a göre izlenim yönetimi bireylerin diğerleri üzerindeki izlenimlerini kontrol etmesi ve bu doğrultuda kullanılan bir yöntem olarak tanımlanmaktadır (Özdemir, 2006). Goffman'a göre ise izlenim yönetimi, bireylerin kendilerini diğerlerine sunması ve diğerlerinin kendileri hakkında izlenimlerinin sosyal ilişkilerinde yapabileceği ve yapamayacağı şeyleri düzenleme ve kontrol etme biçimidir (Ünaldı, 2005). Montagliani ve Giacalone (1998)'e göre izlenim yönetimi sosyal etkileşimi güçlendirmek amacıyla bilinçli ve aktif bir şekilde sosyal güç kazanmak olarak tanımlanmaktadır. Kaplan, Pourciau ve Reckers (1990)'a göre ise izlenim yönetimi bireylerin istek duyduğu kimlik ve imajın diğerleriyle oluşturulması için kullanılan taktiklerdir. Crittenden ve Bae'e göre izlenim yönetimi bireylerin diğerlerine yönelik algılarını yönlendirme ve kontrol etme süreci olarak ifade edilmektedir (Özdemir, 2006). Kacmar ve Carlson (1994)'e göre izlenim yönetimi, kişinin diğer kişilerce kendisine atfedilen izlenimlerini kontrol etmek amacıyla belirli bir imaj oluşturmaya ve sergilemesidir. Son olarak Bozeman ve Kacmar (1997)'e göre ise izlenim yönetimi bireyin kendilik imajlarıyla bağlantılı olarak kendi istedikleri sonuca varabilmek için sözlü veya sözsüz davranışlar olarak tanımlanmaktadır. İzlenim yönetimi, 1980'li yıllardan bu güne dek, sosyal topluluklar ve örgütsel çalışmalarda ele alınmakla beraber bu etkileşim gruplarında yaygın olarak kullanılan bir doğal davranış olarak belirtilmektedir (Özdemir, 2006).

### **2.3 Yaşam Doyumu Kavramı**

Yaşam doyumu kavramı ilk defa Neugarten (1961) tarafından ortaya atılmıştır (Karataş, 1988). Yaşam doyumu, bireyin sahip olduğu ve arzuladıklarının karşılaştırılması sonucu elde edilen bir durum ve bu durumun algılanması olarak tanımlanmaktadır. Öte taraftan yaşam doyumu kişinin yaşamından beklentileri ve bu



beklentilerin karşılanma düzeyidir. Moral, mutluluk vb. özelliklere bağlı gelişen yaşam doyumu bireyin psikolojik iyi olma halini de etkilemektedir (Özer & Karabulut, 2003; Vara, 1999). Öte yandan yaşam doyumu bireyin mutluluğu ile kavramlardan biri olan öznel iyi oluşu temsil etmektedir. Öznel iyi oluş, bireyin yaşantısını duygusal ve bilişsel olarak değerlendirmesini kapsamaktadır. Bu değerlendirme neticesinde bireyin yaşamına dair verdiği durumsal tepkiler, yaşam doyumunun bilişsel değerlendirilmesi olarak tanımlanabilir (Diener, 1984). Bireyler iyi bir hayat ve ruh sağlığı ile yüksek bir öznel iyi oluş hissi yaşamakta ve yaşamına dair değerlendirmeler yapmaktadırlar (Diener, 2000).

Christopher (1999) göre yaşam doyumu ilerisi ve eskiden doyum, yaşantıyı değiştirme arzusu, yaşantıdan doyum, diğerlerinin kişinin yaşamına dair görüşlerini içermektedir. Veenhoven (1996) göre ise yaşam doyumu, olumlu bir gelişimin derecesi kapsamında yaşamın bütününe kapsamaktadır. Christopher (1999) göre ise yaşam doyumu, kişinin iyi yaşamın nasıl olduğuna dair ölçütlerle, kendi yaşamını karşılaştırması olarak tanımlanmaktadır. Bu doğrultuda yaşam doyumu bireyin iş ve iş dışı zamanda yaşama dair gösterdiği bir duygusal tepkidir (Sung-Mook & Giannakopoulos, 1994). Yaşam doyumu birden fazla şeyden etkilenmekle beraber yaşamdan alınan mutluluk, pozitif kişisel kimlik, psikolojik iyi oluş, ekonomik anlamda güvenilirlik, sosyal ilişkilerde uyumu içermektedir (Schmitter, 2003). Özetle yaşam doyumunun genel itibarıyla mutluluğun bir ögesi olduğundan söz edilebilmektedir (Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985).

Yaşamın nasıl olduğuna dair bilişsel algılar ve değerlendirmelerin bütünü olarak tanımlanan yaşam doyumu (Yetim, 2001) üç ana kısımdan oluşmaktadır. Bunlardan ilki, yaşamın dış değerlendirmelerle karşılaştırılması olan psikolojik iyi oluştur. İkincisi ise yaşantının değerlendirilmesi ile ortaya çıkan duygu halidir. Son olarak ise gündelik ilişkilerdeki hoşnutluk halidir (Serin & Özbulak, 2006).

Yaşam doyumu bireyin yaşantısını tüm yönleriyle değerlendirmesi ve bu değerlendirme neticesinde belirlemiş olduğu standart ve kriterleri içermektedir (Proctor, Linley ve Maltby, 2009). Yaşam doyumu mutluluk, keyif gibi olumlu duyguların, olumsuz duygulardan üstün olması ve bireyin bu anlamda refahı ile ilişkilidir. Yaşamına dair olumsuz duyguları baskın olan ve memnun olmayan bireylerde anksiyete ve depresyona maruziyet artabilir (Gürel ve Gürel, 2015). Öte

yandan yaşam doyumu t ndengelimci bakış açısına göre kişilik özelliklerine bağlı olarak yaşamın bütün olarak değerlendirilmesini kapsamaktadır (Şimşek ve Aktaş, 2014). Bireylerin yaşama dair beklentileri ile gerçekliğin uyuŐması ile yaŐantısının çok çeşitli boyutlarını içermektedir (Ural Uslan, 2016).

Yaşam doyumu öte taraftan duygusal temele dayanmaktadır. Bireyin yaŐantısının ideal değerlendirmesi ile ortaya çıkan bir sonuç olarak tanımlanabilmektedir. Bu tanım ışığında, yaşam doyumunun bireyin iyi bir yaŐantı ve bu doğrultuda mutluluğunu temsil ettiği söylenebilmektedir (Piccolo, Judge, Takahashi, Watanabe ve Locke, 2005). Dolayısıyla bireyin yaŐantısına dair pozitif değerlendirmelerinin varlığı negatif duyularının az olması ile yaşam doyumunun artış gösterdiği belirtilebilir ( Zhao, Qu ve Ghiselli, 2011).

Yaşam doyumuna ilişkin yapılan çalışmalarda birçok yaklaşım  ne sürülmektedir. Bu yaklaŐımlardan ilki olan amaçsal yaklaŐımdır (Wilson,1967) İkinci yaklaşım ise etkinlik yaklaŐımıdır (Csikszentmihalyi ve Figurski, 1982). AŐaėıdan yukarı-yukarıdan aŐaėı yaklaŐımı da yaşam doyumuna ayrı bir perspektiften bakmaktadır (Kozma ve Stones, 1980). İliŐkilendirici yaklaşım (Schwarz ve Clore, 1983) ve yargı yaklaŐımı da (Sirgy ve Samli, 1995) yaşam doyumunu açıklamaktadır.

Wilson (1967) göre amaçsal yaklaşım, bireyin karşıladığı gereksinimlerin mutluluk duygusu olumlu duygular oluŐturduėuna, karŐılanmadıėı gereksinimlerin ise mutsuzluk gibi olumsuz duygular oluŐturduėunu ileri sürmektedir. Bir diğer yaklaşım olan, etkinlik yaklaŐımı ise yapılmakta olan etkinliklerle beraber mutluluğun oluştuğunu savunmaktadır (Diener, 1984). AŐaėıdan yukarı veya yukarıdan aŐaėı yaklaŐımı ise aėdaŐ psikolojide sıklıkla kullanılmaktadır. AŐaėıdan yukarı yaklaşımına göre, mutlu bir yaşantının mutlu anları beraberinde gelmesiyle oluşmaktadır (Kozma ve Stones, 1980). Yukarıdan aŐaėı yaklaşımına göre ise birey mutlu olur ve neticesinde yaşantısından doyum almaktadır. Ancak bunun tersinden söz edilmemektedir. Kişilik  zelliklerine göre durumlara yaklaŐan bireyler iyimser bakış açısı sayesinde dayanma gücünü arttırmaktadır (Eroğlu, 2011). İliŐkilendirici yaklaŐıma göre, olumlu olaylar ile kişi mutluluk kaynağı olarak algılamaktadır. Dolayısıyla bireyler diğerleriyle buldukları etkileŐimlerde geçirgen çaėrıŐımsal aė ile ilişki kurmaktadır ( nl , Eroğlu, Gökdağ ve Ergüven, 2013). Yargı kuramı

yaklaşımına göre ise durumların olumlu veya olumsuz olmasından ziyade olayın ortaya çıkmasında rol oynayan duygu miktarı rol oynamaktadır (Diener, 1984).

### **2.3.1 Yaşam doyumunu etkileyen faktörler**

Birey, yaşamına dair belirlediği kriterler neticesinde yaşamını değerlendirir (Diener; Robert ve Emmons, 1985). Literatürde yer alan bilgiler ışığında yaşam doyumunu birçok faktörden etkilenmektedir. Bunlar; bireyin demografik özellikleri (cinsiyeti, yaşı, gelir düzeyi, medeni durumu, eğitim düzeyi), kişisel özellikleri, sosyal etkiler, sosyal destek ve dini inançlarıdır.

#### **2.3.1.1 Demografik özellikler**

Demografik özellikleri içeren faktörler, bireyin cinsiyeti, yaşı, gelir düzeyi, medeni durumu ve eğitim düzeyidir. Genel kapsamda demografik bilgilerin iyi olma ölçütlerince küçük bir varyansı karşıladığı bilinmektedir (Diener; Oishi ve Lucas, 2003, Diener ve Suh, 1997'den aktaran Şimşek, 2011).

##### **2.3.1.1.1 Cinsiyet**

Kadın ve erkeklerin yaşam doyumunu düzeylerinin farklılığına dair fikir ayrılıkları bulunmaktadır. Meggiolaro ve Ongaro (2013) tarafından yapılan araştırmaya göre iki sonuca ulaşılmıştır. Bunlardan ilki, kadınlara kıyasla erkeklerin yaşam doyumunun ekonomik faktörlerle doğru orantılı olduğu, erkeklere kıyasla kadınlarda ise aile ilişkileri, sosyal ilişkiler ve fiziksel yeterlilik yaşam doyumunun belirleyicileri arasındadır. Katar Üniversitesi'nde yapılan bir araştırmaya göre ise yaşam doyumunun erkeklere nazaran kadınlarda daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Al-Attayah ve Nasser, 2013). Öte yandan Bergan ve McConatha (2001) yılında yaptığı çalışmaya göre ise din ve yaşam doyumunu üzerine, Frijins (2010) tarafından yaşam doyumuna ulaşmak için yapılan çalışmada ve son olarak Giusta, Jewell ve Kambhampati (2011) tarafından yapılan araştırma sonucuna göre kadınlar ve erkekler arasında yaşam doyumunun belirleyici bir farkı bulunmamaktadır. Tiefencbach ve Kohlbacher (2013) tarafından yapılan yaşam doyumunu tespit etmek amacıyla yapılan araştırmaya göre ise kadınların yaşam doyumunu düzeylerinin, erkeklere kıyasla daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Özetle birçok çalışmada yaşam doyumunu ve cinsiyetin belirleyiciliği açısından farklılıklar yer almakta ve anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır.

### **2.3.1.1.2 Yaş**

Sıklıkla genç olmak ve yaşam doyumunun daha fazla olduğuna dair önyargılar bulunmaktadır. Ancak bu bilginin aksine, ergenlik dönemindeki bireylerin düşük yaşam doyumuna sahip olduğu, yaş ilerledikçe yaşam doyumunun arttığı tespit edilmiştir. Bu kapsamda, 16 yaşındaki bireyin en az yaşam doyumuna sahip olduğu, 18 yaşındaki bireyin ise bir nebze daha çok yaşam doyumuna sahip olduğu söylenebilmektedir (Czikszentmihayli ve Hunter, 2003; Proctor, Linley, Maltby, 2009; Seligman, 2007'den aktaran Şimşek, 2011). Diğer taraftan Clark (2007, Blanchflower ve Oswald (2007), Gwozdz ve Sousa-Poza (2009) ve FitzRoy, Nolan, ve Steinhardt (2011) çalışmaları neticesinde yaş ile yaşam doyumunu arasında U şeklinde bir ilişki olduğu, genç yetişkinlerde ve yaşlılarda yaşam doyumunun yüksek olduğu, orta yaşta ise yaşam doyumunun az olduğu sonucuna varılmıştır.

### **2.3.1.1.3 Gelir düzeyi**

Yaşam doyumunu tıpkı diğer faktörlerdeki gibi gelir düzeyinden de önemli ölçüde etkilenmektedir. Diener ve Biswas-Diener'e (2002) göre düşük gelir düzeyine sahip bireylerde, yüksek gelir düzeyine sahip bireylere kıyasla yaşam doyumunu düzeyi daha fazladır. Bireyin maddi imkanları arttıkça yaşam doyumunu bu ölçüde azalmaktadır. Schyns (2001)'e göre belirli seviyedeki gelir düzeyinin yaşam doyumuna olumlu anlamda bir etkisi olmadığını savunmakta, bu sebeple bireyin temel ihtiyaçlarını karşılaması yeterlidir. Özetle, belirli bir seviyedeki gelir düzeyinin yaşam doyumunu ile ilişkisi aynı düzeyde olmamaktadır (Sibley, 2009).

Deaton (2008)'un ve Schyns (2002)'nin yapmış olduğu bir çalışmaya göre ise, yüksek gelir düzeyine sahip bireylerin, düşük gelir düzeyine sahip bireylere kıyasla yaşam doyum düzeyleri daha yüksektir. Düşük gelir düzeyine sahip ülkelerde gelir ve yaşam doyumunu ilişkisi bulunmuştur, ancak yüksek gelir düzeyine sahip bireylerde gelir ve yaşam doyumunu ilişkisi bulunamamıştır. Deatona'a (2008) göre iş pozisyonu, sağlık ve aile şartları ile gelir düzeyinin diğer yaşam alanlarına kıyasla daha önemsiz ve geçicidir. Yılmaz ve Altınok (2009), (Kabasakal ve Baş, 2013, Kuzulu; Kurtuldu ve Özkan, 2013, Toker, 2012) çalışmalarından elde edilen sonuçlara göre ise gelir düzeyi arttıkça yaşam doyumunu düzeylerinde artış olmaktadır.

#### **2.3.1.1.4 Medeni durum**

Literatürde evlilik ve yaşam doyumunun ilişkisinin pozitif yönde olduğu sonucuna varılmıştır. Çin Halk Cumhuriyeti'nde yapılan çalışma neticesinde beraber yaşayan kadın ve erkeklerin aynı zamanda evli kişilerin yaşam doyumu düzeyleri daha yüksektir. Diğer taraftan evlilikleri iyi bir şekilde devam eden bireylerin, evlilikleri kötü bir şekilde giden bireylere nazaran yaşam doyumları daha yüksektir. Öte taraftan diğer bir veriye göre ise evlilikleri kötü bir şekilde giden bireylere kıyasla evli olmayan bireylerin yaşam doyumları daha yüksektir (Liu, Li ve Feldman, 2012).

Ball ve Robins (1986)'in Amerikalı siyahi bireylerin evlilik ve yaşam doyumlarını ölçmek amacıyla yaptıkları çalışmanın verilerine göre ise cinsiyet ve sağlık gibi değişkenlerin medeni durumun ve yaşam doyumunu önemli ölçüde etkilediği sonucuna ulaşmışlardır. Bir diğer çalışmada ise Amerikalı beyaz bireylerin, medeni durum ve yaşam doyumunun tam tersi çıktığı ve düşük yaşam doyumunun evlilik ile ilişkili bulunduğu sonucuna varılmıştır. Siyahi bireylerin gelir elde etme ve sosyal kıyaslamaya dair varolan sorunlarının düşük yaşam doyumuna sebebiyet verdiği dair bilgiler edinilmiştir (Ball ve Robins, 1986).

Botha ve Booyesen (2012)'in Güney Afrika'da yaptığı çalışmalar neticesinde medeni durum ile yaşam doyumu ilişkisinin anlamlı yönde olduğu ve yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları belirtilmiştir.

#### **2.3.1.1.5 Eğitim düzeyi**

Eğitim düzeyinin düşük veya yüksek olmasının mutlulukla ilişkili olarak bağlayıcı bir faktör olduğu düşünülebilir. Buna rağmen araştırmalar neticesinde eğitim düzeyi ve mutluluk ilişkisinin çelişkili olduğu sonucuna varılmaktadır. Plagnol ve Easterline (2008)'e göre mutluluğun yüksek olmasının, eğitim seviyesi yüksek olan bireylerde daha sık görüldüğüne işaret etmektedir (Aktaran: Şimşek, 2011: 74).

Cheung ve Chan (2009) tarafından yapılan araştırma sonucuna göre ise eğitim düzeyinin yüksek olması ile yaşam doyumunun da nispeten daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Gong ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir diğer çalışmaya göre ise yaş gruplarının, eğitim seviyesi ve yaşam doyumunda ana etken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu noktada yaşlı büyük bireylerin eğitim seviyesinin artmasıyla yaşam doyumunun da aynı doğrultuda arttığı söylenmektedir.

Light, Hertsgaard ve Martin (1985)'e göre ise yaşam doyumunu ve eğitim düzeyinin anlamlı bir ilişkisi olduğu, eğitim seviyesinin artmasıyla yaşam doyumunun da arttığı gözlenmiştir. Özetle bu araştırma sonucuna bağlı olarak eğitim düzeyi ve gelir düzeyinde artış gözlenen bireylerin, yaşam doyumlarının da aynı yönde arttığı kaydedilmiştir.

### **2.3.1.2 Kişilik özellikleri**

İnsanlar durumlara karşı diğerlerinden farklı tepkiler göstermekte ve belirli durumlarda farklı yollar izlemektedirler. Bu durumun ana sebebi kişilik özelliklerindeki değişkenliktir (Tekin vd., 2012). Beş faktör modeli kişiliğin değerlendirilmesinde çoğunlukla kullanılmaktadır. Beş faktör; duygusal dengesizlik, dışadönüklük, deneyimlere açıklık, yumuşak başlılık ve sorumluluğu kapsamaktadır. Bu doğrultuda literatürde yer alan çalışmalarda duygusal dengesizlik ve dışadönüklüğün önemli bir belirleyici olduğu ancak yaşam doyumuyla ilişkisinin daha az olduğu belirlenmiştir (Schimmack, Oishi ve Furr, 2004: 1063). Schimmack ve arkadaşları (2004) kişilik özellikleri ve yaşam doyumunda, duygusal dengesizlik ve dışa dönüklüğün önemli bir belirleyici olduğundan söz etmişlerdir. Bu kapsamda dışa dönük bireylerin, diğerleriyle sosyal ilişkiler kurabilen, işbirliğine eğilimli, sempatik olduklarının ve diğer bir yandan duygusal dengesizliğe sahip bireylerin ise endişeli, öfkeli, alıngan bireyler olarak değerlendirilmesi gerekmektedir (Costa ve McCrae, 1995; Benet-Martinez ve John, 1998). Özetle yüksek düzeyde dışadönüklüğün, aynı doğrultuda yüksek düzeyde yaşam doyumuna karşılık geldiği ancak yüksek düzeydeki duygusal dengesizliğin tam tersi yönde düşük düzeyde yaşam doyumuna karşılık geldiği söylenebilmektedir (Berg, 2008: 19).

### **2.3.1.3 Sosyal destek ve sosyal etkileşim**

Sosyal desteğin, Israel ve Schurman (1990)'a göre kişinin yakın çevresindeki kişiler ve hayatında değer verdiği diğer kişilerce verilen fiziksel ve ruhsal desteğin varlığı olarak tanımlanmaktadır. Haller ve Hadler (2006)'e göre ise diğerleriyle samimi ve yakın ilişkilerin mutluluk ve yaşam doyumunda aracı bir rol üstlendiğini söylenebilmektedir. Frish (2010)'e göre ise yakın çevrenin sosyal desteği çoğunlukla ekonomik yönde gelişmiş kesimde olduğunu ve yaşam doyumunda rol oynayan bir etkiye sahip olduğunu söylemektedir.

Eroğlu (2013)'e göre sosyalleşme sürecini tamamlamış, diğerleriyle iyi bir iletişime sahip bireylerin, sosyal yaşama katılan, kendisi ve ailesine hoşgörülü olan kişiler olduğunu bu sebeple yaşam doyumunu düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmektedir. Mahanta ve Aggarwal (2013)'in öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmaya göre, sosyal desteği olan öğrencilerin, sosyal desteği olmayan öğrencilere kıyasla yüksek yaşam doyumuna sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak Onyishi, Okongwu ve Ugwu (2012)'nin gardiyanlar üzerinde yaptıkları çalışmaya göre sosyal desteğin, yaşam doyumunu üzerinde önemli etkileri olduğu sonucuna varılmıştır.

#### **2.3.1.4 Dini tutum**

Dini tutum, yaşam doyumunun son faktörüdür. Tutum bireyin, sosyal etkileşimde öğrendiği ve sonrasında değiştirilmesi pek mümkün olmayan eğilimlerdir (Genç ve Durđun, 2018). Bireyin dini tutumu ise, din yönelimli düşünce, davranış, inançları ve görüşleri olarak tanımlanabilir (Peker, 1993). Vinson ve Matthew (2012)'in yaptığı çalışmaya göre, ateist bireylerin yaşam doyumunu, dindar bireylerin yaşam doyumundan daha düşük seviyededir. Bergan ve McConatha (2001)'nin yaptığı çalışmaya göre ise yaşam doyumunu ve dindarlık arasında güçlü bir korelasyon olduğu bu sebeple, dindar olduğunu ifade eden bireylerin yaşam doyumunu düzeylerinin de yüksek olduğu belirtilmiştir. Hadaway (1978) yaptığı çalışma neticesinde ise yaşam doyumunu ile dindarlık arasında negatif yönde bir ilişki gözlemlenmiştir. Lima ve Putnam (2010)'in yaptıkları çalışmaya göre dini etkinliklere katılan bireylerin, katılmayanlara oranla yaşam doyumunu düzeyleri daha yüksek çıkmıştır.

Yaşam doyumunu ve din üzerine yapılan çalışmaların büyük bir çoğunluğunda pozitif yönde bir ilişki bulunmakta, %13  yaşam doyumunu ve dini tutum arasında anlamlı bir ilişki bulamazken, %7 sinin yaşam doyumunu ve dini tutum arasında karmaşık bir ilişki bulunduğu, yalnızca 1 araştırmanın sonucunda yaşam doyumunu ve dini tutum arasında negatif yönde ilişki bulunduğu sonucuna ulaşılmıştır (Okulicz, 2009).

### **3. YÖNTEM**

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanma süreçleri ve toplanan verilerin analizlerinde kullanılan istatistiksel yöntemlere dair bilgiler ele alınacaktır.

#### **3.1 Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evreni 18 ve 35 yaş arasında Türkiye’de yaşayan 462 kadın ve 186 erkek olmak üzere toplam 648 kişi oluşturmaktadır. Katılımcıların araştırmaya katılımında gönüllülüğü esas alınmıştır.

#### **3.2 Veri Toplama Araçları**

Araştırmada veri toplamak için, bilgilendirme ve onam formu, araştırmacı tarafından hazırlanan sosyo-demografik form, Narsisistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır.

##### **3.2.1 Sosyo-demografik form**

Sosyo-demografik formda, katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, medeni durumu ve geçmiş psikiyatrik tanısına yönelik soruları içermektedir.

##### **3.2.2 Narsisistik kişilik envanteri (NKE-16)**

Araştırmanın ilk ölçeği, Narsisistik Kişilik Envanteri bireylerin narsisistik kişilik düzeylerini ölçmeye dair Raskin ve Hall tarafından 1979 yılında geliştirilen ve Atay tarafından 2009 yılında Türkçe adaptasyonu yapılan ve geçerlik ve güvenirlik yapılan Narsisistik Kişilik Envanteri-NKE (Narcissistic Personality Inventory-NPI)’ni içermektedir. Atay’ın 2009 yılında yaptığı çalışmada araştırmalar iki ayrı örneklem ile yapılmış ve sonucunda çalışmadaki birinci örneklemin Cronbach Alfa değeri .57 olmuştur. Çalışmanın ikinci örnekleminde ise güvenirlik değeri .627’ye yükselmiştir. Türkçe adaptasyonu olan Narsisistik Kişilik Envanteri 16 maddeyi kapsamaktadır. Ölçekte, üstünlük 3 maddeden, teşhircilik 3 madde ve sömürücülük 3



maddeyi oluşturmaktadır. Otorite 2 madde ve hak iddia etme 2 madde, kendine yeterlilik ise 2 maddeyi oluşturmaktadır. Dolayısıyla ölçeğin içeriğinde toplamda 6 faktöre ait ifadeler yer almaktadır. Narsisistik Kişilik Envanterinden alınan toplam puan 0 ve 16 puan aralığında değişkenlik göstermektedir. Her maddede 2 seçenek yer almakta ve narsisistik kişilik özelliği taşıyorsa 1 puan, narsisistik kişilik özelliği taşıyamıyorsa 0 ile puanlanmaktadır. Narsisistik Kişilik Envanterinden alınan toplam puanın yüksek olması narsisistik eğilimin yüksek olduğunu, düşük puan olması ise narsisistik eğilimin düşük olduğunu göstermektedir.

### **3.2.3 Sosyal görünüş kaygısı ölçeği (SGKÖ)**

Araştırmanın ikinci ölçeği, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği bireylerin sosyal görünüş kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla Hart ve arkadaşları ile 2008 yılında geliştirilen, Doğan'ın 2010 yılında Türkçe adaptasyonu ve geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılan Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'ni içermektedir. Ölçekte 16 madde yer almakta ve 5'li likert tipi (1:hiç uygun değil, 5:tamamen uygun) bulunmaktadır. İlk madde ters kodlanmaktadır. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği, sosyal görünüş kaygısının yüksek olduğunu, düşük puan ise sosyal görünüş kaygısının düşük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin test tekrar test güvenirliğinin .80, iç tutarlılık kat sayısının ise .95 olduğu belirtilmiştir.

### **3.2.4 Yaşam doyumu ölçeği (YDÖ)**

Araştırmanın üçüncü ölçeği, Yaşam Doyumu Ölçeği bireylerin yaşam doyumu düzeyini ölçmek amacıyla 1985 yılında, Diener ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Türkçe formunda geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Köker (1991) ve Yetim (1993) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yetim'in çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa değeri 0.86 olmuştur. Ölçekte 5 madde yer almakta ve 5'li likert tipi bulunmaktadır. İçeriği; hiç katılmıyorum (1), çok az katılıyorum (2), orta düzeyde katılıyorum (3), büyük oranda katılıyorum (4), tamamen katılıyorum (5) şeklinde değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puanın yüksekliği yaşam doyumunun yüksek, düşüklüğü ise yaşam doyumunun düşük olduğunu göstermektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha Katsayı değeri .88, katsayıları ise .70 olduğu belirtilmiştir.

### **3.3 Verilerin Toplanması**

Araştırmanın verilerini toplamak için Google Form programı üzerinden, Türkiye'nin farklı yerlerinde yaşayan genç yetişkin bireylere link aracılığıyla ulaşım sağlanmıştır. Linkte ilk sırada katılımcı bilgi formu yer almaktadır. Daha sonra sırasıyla sosyo-demografik form, Narsisistik Kişilik Envanteri (NKE-16), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) ve Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) bulunmaktadır. Ankette bulunan sorular sırasıyla işaretlenmeden bir sonraki ankete geçilmemektedir.

### **3.4 Araştırma Modeli**

Bu çalışmada genç yetişkinlerde narsisistik kişilik özellikleri ve sosyal görünüş kaygısı ile yaşam doyumu arasındaki ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu bağlamda bu çalışma tarama modelinde yapılmıştır. Tarama modeli, çok sayıda bireylerin olduğu evrende, evrene dair kapsamlı bir yargıya ulaşabilmek açısından evreni oluşturan bireylerin tümünü veya evrendeki bir grup örneği veya örneklemin üzerinde taramaların yapıldığı bir düzenleme olarak tanımlanabilir (Karasar, 2005).

### **3.5 Verilerin Analizi**

Bu araştırmada, narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişki incelenmiştir. Veri analizleri, verileri geçerli olan 648 katılımcının verileri üzerinden yapılmıştır. Katılımcılara yöneltilen katılımcı bilgi formunun oluşturduğu kategoriler bakımından narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu alt boyutları farklılaşma düzeyleri istatistiksel analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Çalışma sırasında kullanılan istatistiksel analiz yöntemleri, ilk olarak yapılan normallik testi sonucunda normalliği karşılayan çarpıklık ve basıklık değerlerine sahip araştırma değişkenlerinin demografik değişkenlerle karşılaştırılmasında ikili grup karşılaştırmalarında Bağımsız Örneklem t Testi ve çoklu grup karşılaştırmalarında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkisinin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyonu uygulanmıştır. İlişkinin saptanması durumunda, yordayıcı değişkenlerinin incelenmesi için Hiyerarşik regresyon analizi uygulanmıştır. Sosyal görünüş kaygısının aracı rolünü incelemek için SPSS PROCESS eklentisi 4. model kullanılarak regresyon analizi uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05 düzeyinde alınmıştır.

## 4. BULGULAR

### 4.1 Betimsel Bulgular

Araştırmanın katılımcılarını sosyo-demografik değişkenlerin ve kullanılan ölçeklerin ortalamalarının betimsel istatistikleri aşağıda belirtilmiştir.

**Çizelge 4.1:** Sosyodemografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

| <i>Demografik Değişkenler (n=648)</i> | <i>Gruplar</i> | <i>N</i> | <i>%</i> |
|---------------------------------------|----------------|----------|----------|
| Cinsiyet                              | Erkek          | 186      | 28,7     |
|                                       | Kadın          | 462      | 71,3     |
| Eğitim düzeyi                         | Lisansüstü     | 129      | 19,9     |
|                                       | Lise           | 54       | 8,3      |
|                                       | Üniversite     | 465      | 71,8     |
| Çalışma durumu                        | Çalışıyor      | 253      | 39,0     |
|                                       | Çalışmıyor     | 395      | 61,0     |
|                                       | Bekar          | 440      | 67,9     |
| Medeni durum                          | Boşanmış       | 6        | ,9       |
|                                       | Evli           | 118      | 18,2     |
|                                       | Flört/Nişan    | 84       | 13,0     |
| Psikiyatrik rahatsızlık               | Evet           | 58       | 9,0      |
|                                       | Hayır          | 590      | 91,0     |
|                                       | Toplam         | 648      | 100,0    |

Çizelge 4.1’de sosyo-demografik değişkenlerin dağılımı incelendiğinde 648 katılımcının %28,7’si erkek ve %71,3’ü kadındır. Eğitim düzeyine göre lise mezunu %8,3; üniversite mezunu %71,8 ve lisansüstü mezunu %19,9 oranındadır. Çalışan katılımcılar %39 ve çalışmayan katılımcılar %61 oranındadır. Medeni duruma göre bekar katılımcılar %67,9; boşanmış katılımcılar %0,9, evli katılımcılar %18,2 ve ilişkisi olan katılımcılar %13 oranındadır. Psikiyatrik rahatsızlığı olduğunu belirten katılımcıların oranı %9 ve psikiyatrik rahatsızlığı olmadığını belirten katılımcıların oranı %91’dir.

**Çizelge 4.2:** Araştırma Kullanılan Ölçeklerin İç Tutarlılık Katsayıları

| <i>Ölçekler</i>        | <i>Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı</i> | <i>Madde sayısı</i> |
|------------------------|--|---------------------|
| NKE                    | ,676   | 16                  |
| Yaşam doyumu           | ,858   | 5                   |
| Sosyal görünüm kaygısı | ,934   | 16                  |

Çizelge 4.2’de araştırmada kullanılan ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları verilmiştir. Narsisistik Kişilik Envanteri (NKE) 0,68; Yaşam Doyumu Ölçeği 0,86 ve Sosyal görünüm kaygısı 0,93 oranındadır.

**Çizelge 4.3:** Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Ve Katılımcıların Yaşının Ortalamalarının Betimsel İstatistikleri

| <i>Değişken</i>        | $\bar{X}$ | <i>ss</i> | <i>Çarpıklık</i> | <i>Basıklık</i> |
|------------------------|-----------|-----------|------------------|-----------------|
| Yaş                    | 25,08     | 4,852     | ,788             | ,670            |
| Yaşam Doyumu           | 12,92     | 5,714     | -,398            | -,448           |
| Sosyal görünüş kaygısı | 34,90     | 12,358    | ,634             | -,166           |
| NKE Toplam             | 4,99      | 2,886     | ,419             | -,356           |
| NKE Üstünlük           | ,73       | ,808      | ,889             | ,132            |
| NKE Teşhircilik        | ,74       | ,812      | ,785             | -,256           |
| NKE Sömürücülük        | ,84       | ,812      | ,585             | -,505           |
| NKE Otorite            | ,51       | ,639      | ,887             | -,280           |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,21      | ,752      | -,369            | -1,156          |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,74       | ,676      | ,373             | -,823           |

Çizelge 4.2’de, araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyut ve toplam puanlarının ortalamalarına yönelik betimsel istatistik incelendiğinde, çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile +1,5 arasında değiştiği bulunmuş ve araştırmada kullanılacak analizlerin parametrik olarak belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2007).

#### 4.2 Karşılaştırma Analizleri

Narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu puanlarının sosyo-demografik değişkenler bakımından karşılaştırılmasında, dağılımın homojenliği gözetilerek parametrik ölçüm yöntemleri uygulanmıştır. İkili bağımsız gruplarda Bağımsız gruplar t-testi; ikiden fazla grup içeren değişkenlerin karşılaştırılmasında ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır.

**Çizelge 4.4:** Cinsiyete Göre Yaşam Doymumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları

|                        | Cinsiyet  |           |           |           | <i>t</i> (646) | <i>p</i> |
|------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------------|----------|
|                        | Erkek     |           | Kadın     |           |                |          |
|                        | $\bar{X}$ | <i>ss</i> | $\bar{X}$ | <i>ss</i> |                |          |
| Yaşam Doymumu          | 13,15     | 6,011     | 12,83     | 5,594     | ,652           | ,515     |
| Sosyal görünüş kaygısı | 33,04     | 11,266    | 35,64     | 12,707    | -2,430         | ,015*    |
| NKE Toplam             | 5,64      | 2,820     | 4,73      | 2,874     | 3,650          | ,000**   |
| NKE Üstünlük           | ,71       | ,806      | ,74       | ,809      | -,497          | ,619     |
| NKE Teşhircilik        | 1,02      | ,844      | ,63       | ,771      | 5,721          | ,000**   |
| NKE Sömürücülük        | ,94       | ,754      | ,80       | ,832      | 1,975          | ,049     |
| NKE Otorite            | ,70       | ,693      | ,43       | ,598      | 5,106          | ,000**   |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,18      | ,725      | 1,23      | ,763      | -,730          | ,466     |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,80       | ,719      | ,71       | ,657      | 1,518          | ,130     |

*NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri*

\*\**p*<0,01 \**p*<0,01

Çizelge 4.4.'te cinsiyete göre katılımcıların yaşam doymumu, sosyal görünüş kaygısı ve NKE alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına göre sosyal görünüş kaygısı kadınlarda ( $\bar{X}=35,64\pm 12,71$ ) erkeklere göre ( $\bar{X}=33,04\pm 11,27$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=-2,43$ ;  $p<0,05$ ). NKE toplam erkeklerde ( $\bar{X}=5,64\pm 2,82$ ) kadınlara göre ( $\bar{X}=4,73\pm 2,87$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=3,65$ ;  $p<0,01$ ). NKE teşhircilik alt boyutu erkeklerde ( $\bar{X}=1,02\pm 0,84$ ) kadınlara göre ( $\bar{X}=0,63\pm 0,77$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=5,72$ ;  $p<0,01$ ). NKE otorite alt boyutu erkeklerde ( $\bar{X}=0,70\pm 0,69$ ) kadınlara göre ( $\bar{X}=0,43\pm 0,59$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=5,10$ ;  $p<0,01$ ). Cinsiyete göre, yaşam doymumu, NKE üstünlük, NKE sömürücülük, NKE hak iddia etmek ve NKE kendine yeterlik alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

**Çizelge 4.5:** Çalışma Durumuna Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları

|                        | Çalışma durumu       |           |                       |           | <i>t</i> (646) | <i>p</i> |
|------------------------|----------------------|-----------|-----------------------|-----------|----------------|----------|
|                        | Çalışıyor<br>(n=253) |           | Çalışmıyor<br>(n=395) |           |                |          |
|                        | $\bar{X}$            | <i>ss</i> | $\bar{X}$             | <i>ss</i> |                |          |
| Yaşam Doyumu           | 14,11                | 5,364     | 12,16                 | 5,806     | 4,303          | ,000**   |
| Sosyal görünüş kaygısı | 32,94                | 11,177    | 36,15                 | 12,917    | -3,252         | ,001**   |
| NKE Toplam             | 5,20                 | 2,749     | 4,86                  | 2,966     | 1,440          | ,150     |
| NKE Üstünlük           | ,77                  | ,810      | ,71                   | ,807      | ,812           | ,417     |
| NKE Teşhircilik        | ,84                  | ,863      | ,68                   | ,772      | 2,549          | ,011*    |
| NKE Sömürücülük        | ,92                  | ,820      | ,78                   | ,803      | 2,227          | ,026*    |
| NKE Otorite            | ,51                  | ,621      | ,51                   | ,651      | -,008          | ,994     |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,17                 | ,737      | 1,24                  | ,761      | -1,230         | ,219     |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,78                  | ,664      | ,71                   | ,682      | ,175           | ,074     |

*NKE: Narsistik Kişilik Envanteri*

\*\**p*<0,01 \**p*<0,01

Çizelge 4.5.'te çalışma durumuna göre katılımcıların yaşam doyumu, sosyal görünüş kaygısı ve NKE alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına göre yaşam doyumu çalışanlarda ( $\bar{X}$ =14,11±5,36) çalışmayanlara göre ( $\bar{X}$ =12,16±5,80) anlamlı düzeyde daha yüksektir (*t*(646)=4,30; *p*<0,01). Sosyal görünüş kaygısı çalışmayanlarda ( $\bar{X}$ =36,14±12,91) çalışanlara göre ( $\bar{X}$ =33,94±11,18) anlamlı düzeyde daha yüksektir (*t*(646)=-3,25; *p*<0,01). NKE teşhircilik çalışanlarda ( $\bar{X}$ =,84±,86) çalışmayanlara göre ( $\bar{X}$ =,68±,77) anlamlı düzeyde daha yüksektir (*t*(646)=2,55; *p*<0,05). NKE sömürücülük çalışanlarda ( $\bar{X}$ =,92±,82) çalışmayanlara göre ( $\bar{X}$ =,78±,80) anlamlı düzeyde daha yüksektir (*t*(646)=2,23; *p*<0,05). Çalışma durumuna göre, NKE toplam, NKE üstünlük, NKE otorite, NKE hak iddia etmek ve NKE kendine yeterlik alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

**Çizelge 4.6:** Eğitim Düzeyine Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının ANOVA Bulguları

|                        | Eğitim Düzeyi         |        |                |        |                       |        | F(2,645) | p      |
|------------------------|-----------------------|--------|----------------|--------|-----------------------|--------|----------|--------|
|                        | Lisansüstü<br>(n=129) |        | Lise<br>(n=54) |        | Üniversite<br>(n=465) |        |          |        |
|                        | $\bar{X}$             | ss     | $\bar{X}$      | ss     | $\bar{X}$             | ss     |          |        |
| Yaşam Doyumu           | 14,26                 | 5,606  | 12,06          | 6,376  | 12,65                 | 5,616  | 4,769    | ,009** |
| Sosyal görünüş kaygısı | 33,39                 | 10,432 | 32,19          | 12,055 | 35,63                 | 12,818 | 3,096    | ,046*  |
| NKE Toplam             | 4,95                  | 2,964  | 5,04           | 3,028  | 5,00                  | 2,853  | ,026     | ,975   |
| NKE Üstünlük           | ,82                   | ,897   | ,69            | ,773   | ,72                   | ,786   | ,972     | ,379   |
| NKE Teşhircilik        | ,62                   | ,687   | ,83            | ,841   | ,76                   | ,838   | 1,962    | ,141   |
| NKE Sömürücülük        | ,88                   | ,881   | ,76            | ,823   | ,83                   | ,792   | ,468     | ,627   |
| NKE Otorite            | ,47                   | ,613   | ,67            | ,727   | ,50                   | ,634   | 2,007    | ,135   |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,12                  | ,760   | 1,37           | ,760   | 1,22                  | ,747   | 2,097    | ,124   |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,79                   | ,692   | ,61            | ,685   | ,74                   | ,670   | 1,346    | ,261   |

NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri

\*\*p<0,01 \*p<0,01

Çizelge 4.6’da eğitim durumuna göre katılımcıların yaşam doyumu, sosyal görünüş kaygısı ve NKE alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan ANOVA sonuçlarına göre yaşam doyumu lisansüstü mezunlarında ( $\bar{X}=14,26\pm 5,60$ ) lise mezunlarına göre ( $\bar{X}=12,06\pm 6,37$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir [F(2,645)=4,77; p<0,01]. Scheffe testi bulgularına göre ortalama farkı lisansüstü ve lise mezunları arasında saptanmıştır. İkinci olarak, Sosyal görünüş kaygısı üniversite mezunlarında ( $\bar{X}=35,63\pm 12,82$ ) lise mezunlarına göre ( $\bar{X}=32,19\pm 12,05$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir [F(2,645)=3,10; p<0,05]. Scheffe testi bulgularına göre ortalama farkı üniversite ve lise mezunları arasında saptanmıştır. Ayrıca, eğitim düzeyinde göre NKE toplam, NKE üstünlük, NKE teşhircilik, NKE sömürücülük, NKE otorite, NKE hak iddia etmek ve NKE kendine yeterlik alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

**Çizelge 4.7:** Medeni Duruma Göre Yaşam Doyumu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının ANOVA Bulguları

|                        | Medeni durum     |        |                 |        |                        |        | F(2,645) | p      |
|------------------------|------------------|--------|-----------------|--------|------------------------|--------|----------|--------|
|                        | Bekar<br>(n=446) |        | Evli<br>(n=118) |        | İlişkisi var<br>(n=84) |        |          |        |
|                        | $\bar{X}$        | ss     | $\bar{X}$       | ss     | $\bar{X}$              | ss     |          |        |
| Yaşam Doyumu           | 12,25            | 5,652  | 14,56           | 5,455  | 14,18                  | 5,781  | 10,257   | ,000** |
| Sosyal görünüş kaygısı | 35,90            | 12,362 | 32,03           | 10,593 | 33,58                  | 13,931 | 5,200    | ,006** |
| NKE Toplam             | 5,01             | 2,943  | 4,70            | 2,696  | 5,32                   | 2,829  | 1,146    | ,319   |
| NKE Üstünlük           | ,76              | ,836   | ,63             | ,793   | ,75                    | ,656   | 1,282    | ,278   |
| NKE Teşhircilik        | ,75              | ,819   | ,74             | ,810   | ,71                    | ,785   | ,057     | ,944   |
| NKE Sömürücülük        | ,82              | ,825   | ,93             | ,803   | ,77                    | ,750   | 1,133    | ,323   |
| NKE Otorite            | ,51              | ,639   | ,42             | ,633   | ,61                    | ,640   | 2,043    | ,130   |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,21             | ,753   | 1,17            | ,732   | 1,27                   | ,782   | ,472     | ,624   |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,72              | ,685   | ,66             | ,616   | ,92                    | ,680   | 3,828    | ,022*  |

NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri

\*\*p<0,01 \*p<0,01

Çizelge 4.7’de medeni duruma göre katılımcıların yaşam doyumu, sosyal görünüş kaygısı ve NKE alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan ANOVA sonuçlarına göre yaşam doyumu lisansüstü evlilerde ( $\bar{X}=14,56\pm 5,45$ ) bekarlara göre ( $\bar{X}=12,25\pm 5,65$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir [F(2,645)=10,26; p<0,01]. Scheffe testi bulgularına göre ortalama farkı evli ve bekarlar arasında saptanmıştır. İkinci olarak, Sosyal görünüş kaygısı bekarlarda ( $\bar{X}=35,90\pm 12,36$ ) evlilere kıyasla ( $\bar{X}=32,03\pm 10,59$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir [F(2,645)=5,20; p<0,01]. Scheffe testi bulgularına göre ortalama farkı bekar ve evli katılımcılar arasında saptanmıştır. NKE kendine yeterlik ilişkisi olanlarda ( $\bar{X}=,92\pm ,68$ ) evlilere kıyasla ( $\bar{X}=,66\pm ,62$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir [F(2,645)=3,82; p<0,05]. Scheffe testi bulgularına göre ortalama farkı ilişkisi olanlar ve evli katılımcılar arasında saptanmıştır. Ayrıca, medeni duruma göre NKE toplam, NKE üstünlük, NKE teşhircilik, NKE sömürücülük, NKE otorite, NKE hak iddia etmek boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.



**Çizelge 4.8:** Psikiyatrik Rahatsızlık Değişkenine Göre Yaşam Doymu, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Narsisistik Kişilik Özellikleri Alt Boyutlarının t-Test Bulguları

|                        | Psikiyatrik rahatsızlık |           |                  |           | <i>t</i> (646) | <i>p</i> |
|------------------------|-------------------------|-----------|------------------|-----------|----------------|----------|
|                        | Evet<br>(n=58)          |           | Hayır<br>(n=590) |           |                |          |
|                        | $\bar{X}$               | <i>ss</i> | $\bar{X}$        | <i>ss</i> |                |          |
| Yaşam Doymu            | 12,29                   | 5,822     | 12,98            | 5,704     | -,875          | ,382     |
| Sosyal görünüş kaygısı | 36,43                   | 13,794    | 34,74            | 12,210    | ,992           | ,322     |
| NKE Toplam             | 5,69                    | 3,470     | 4,93             | 2,816     | 1,929          | ,054     |
| NKE Üstünlük           | ,95                     | ,887      | ,71              | ,797      | 2,117          | ,035*    |
| NKE Teşhircilik        | ,95                     | ,782      | ,72              | ,813      | 2,045          | ,041*    |
| NKE Sömürücülük        | ,78                     | ,677      | ,84              | ,824      | -,595          | ,552     |
| NKE Otorite            | ,66                     | ,715      | ,49              | ,630      | 1,865          | ,063     |
| NKE Hak İddia Etmek    | 1,10                    | ,718      | 1,22             | ,755      | -1,146         | ,252     |
| NKE Kendine Yeterlilik | ,98                     | ,662      | ,71              | ,673      | 2,912          | ,004**   |

*NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri*

\*\**p*<0,01 \**p*<0,01

Çizelge 4.8’de psikiyatrik rahatsızlık durumuna göre katılımcıların yaşam doymu, sosyal görünüş kaygısı ve NKE alt boyutlarının karşılaştırılması için yapılan bağımsız gruplar t-testi sonuçlarına göre NKE üstünlük, psikiyatrik bir rahatsızlığı olanda ( $\bar{X}=,95\pm,89$ ) psikiyatrik rahatsızlığı olmayanlara göre ( $\bar{X}=,71\pm,80$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=2,12$ ;  $p<0,05$ ). NKE teşhircilik psikiyatrik bir rahatsızlığı olanda ( $\bar{X}=,95\pm,78$ ) psikiyatrik rahatsızlığı olmayanlara göre ( $\bar{X}=,72\pm,81$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=2,04$ ;  $p<0,05$ ). NKE kendine yeterlik psikiyatrik bir rahatsızlığı olanda ( $\bar{X}=,98\pm,66$ ) psikiyatrik rahatsızlığı olmayanlara göre ( $\bar{X}=,71\pm,67$ ) anlamlı düzeyde daha yüksektir ( $t(646)=2,91$ ;  $p<0,01$ ). Psikiyatrik rahatsızlık öyküsüne göre, yaşam doymu, sosyal görünüş kaygısı, NKE toplam, NKE otorite, NKE sömürücülük ve NKE hak iddia etmek alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

### 4.3 Korelasyon Bulguları

Araştırmada, narsisistik kişilik özellikleri, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson Korelasyonu yapılmıştır. Korelasyonu saptanan değişkenlerin yordayıcılığını incelemek amacıyla üç modellenli hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,01 ile 0,05 düzeyinde alınmıştır. Bulgular aşağıdaki gibidir:

**Çizelge 4.9:** Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Yönelik Pearson Korelasyonu Sonuçları

| Değişkenler                | $\bar{X}$ | ss     | 1       | 2       | 3       | 4      | 5      | 6      | 7      | 8      | 9      | 10 |
|----------------------------|-----------|--------|---------|---------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|----|
| 1. Yaş                     | 25,08     | 4,85   | 1       |         |         |        |        |        |        |        |        |    |
| 2. Yaşam Doyumu            | 12,92     | 5,714  | ,115**  | 1       |         |        |        |        |        |        |        |    |
| 3. Sosyal görünüş kaygısı  | 34,90     | 12,358 | -,196** | -,274** | 1       |        |        |        |        |        |        |    |
| 4. NKE Toplam              | 4,99      | 2,886  | -,040   | ,068    | -,095*  | 1      |        |        |        |        |        |    |
| 5. NKE Üstünlük            | ,73       | ,808   | -,069   | -,107** | ,176**  | ,559** | 1      |        |        |        |        |    |
| 6. NKE Teşhircilik         | ,74       | ,812   | ,043    | ,056    | -,120** | ,532** | ,091*  | 1      |        |        |        |    |
| 7. NKE Sömürücülük         | ,84       | ,812   | ,087*   | ,109**  | -,178** | ,654** | ,176** | ,259** | 1      |        |        |    |
| 8. NKE Otorite             | ,51       | ,639   | -,086*  | ,017    | -,009   | ,579** | ,168** | ,212** | ,303** | 1      |        |    |
| 9. NKE Hak İddia Etmek     | 1,21      | ,752   | -,117** | ,058    | -,130** | ,602** | ,204** | ,156** | ,345** | ,259** | 1      |    |
| 10. NKE Kendine Yeterlilik | ,74       | ,676   | -,025   | ,088*   | -,065   | ,665** | ,359** | ,180** | ,291** | ,297** | ,277** | 1  |

NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri

\*\* $p < 0,01$  \* $p < 0,05$

Çizelge 4.9'daki korelasyon bulgularına göre, yaşam doyumu ile sosyal görünüş kaygısı ( $r(646) = -,27$ ;  $p < 0,01$ ) ve NKE üstünlük ( $r(646) = -,11$ ;  $p < 0,01$ ) negatif yönlü; NKE sömürücülük ( $r(646) = ,09$ ;  $p < 0,05$ ) ve NKE kendine yeterlik ( $r(646) = ,09$ ;  $p < 0,05$ ) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Sosyal görünüş kaygısı ile NKE Toplam ( $r(646) = -,09$ ;  $p < 0,05$ ), NKE teşhircilik ( $r(646) = -,12$ ;  $p < 0,01$ ), NKE sömürücülük ( $r(646) = -,18$ ;  $p < 0,01$ ) ve NKE hak iddia etme ( $r(646) = -,13$ ;  $p < 0,05$ ) negatif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur.

Korelasyonu saptanan değişkenlerin yordayıcı ilişkisinin incelemeye yönelik yapılan hiyerarşik regresyon analizi bulguları 4.9'da verilmiştir.

**Çizelge 4.10: Katılımcıların Yaşam Doyumu Düzeylerinin Yordayıcılığına Yönelik Hiyerarşik Regresyon Analizi Bulguları**

| Bağımsız Değişkenler   | B      | SH    | $\beta$ | t      | p      | r     | r <sup>2</sup> | Sr <sup>2</sup> | Tolerans | VIF   |
|------------------------|--------|-------|---------|--------|--------|-------|----------------|-----------------|----------|-------|
| (Sabit)                | 9,629  | 1,606 |         | 5,997  | ,000   |       |                |                 |          |       |
| 1 Yaş                  | ,134   | ,047  | ,114    | 2,856  | ,004** | ,115  | ,112           | ,112            | ,962     | 1,040 |
| Cinsiyet               | -,043  | ,503  | -,003   | -,085  | ,933   | -,026 | -,003          | -,003           | ,962     | 1,040 |
| (Sabit)                | 14,963 | 1,739 |         | 8,603  | ,000   |       |                |                 |          |       |
| Yaş                    | ,077   | ,046  | ,065    | 1,667  | ,096   | ,115  | ,066           | ,063            | ,930     | 1,075 |
| 2 Cinsiyet             | ,153   | ,487  | ,012    | ,314   | ,754   | -,026 | ,012           | ,012            | ,958     | 1,043 |
| Sosyal görünüş kaygısı | -,121  | ,018  | -,263   | -6,796 | ,000   | -,274 | -,259          | -,257           | ,958     | 1,044 |
| (Sabit)                | 13,696 | 1,908 |         | 7,180  | ,000   |       |                |                 |          |       |
| Yaş                    | ,077   | ,047  | ,065    | 1,637  | ,102   | ,115  | ,065           | ,062            | ,889     | 1,125 |
| Cinsiyet               | ,263   | ,507  | ,021    | ,519   | ,604   | -,026 | ,021           | ,020            | ,877     | 1,140 |
| Sosyal görünüş kaygısı | -,104  | ,019  | -,226   | -5,581 | ,000** | -,274 | -,216          | -,210           | ,866     | 1,154 |
| NKE Üstünlük           | -,776  | ,297  | -,110   | -2,618 | ,009** | -,107 | -,103          | -,099           | ,806     | 1,241 |
| 3 NKE Teşircilik       | ,067   | ,284  | ,010    | ,237   | ,813   | ,056  | ,009           | ,009            | ,869     | 1,151 |
| NKE Sömürücülük        | ,360   | ,305  | ,051    | 1,180  | ,239   | ,109  | ,047           | ,044            | ,755     | 1,325 |
| NKE Otorite            | -,060  | ,378  | -,007   | -,158  | ,874   | ,017  | -,006          | -,006           | ,791     | 1,263 |
| NKE Hak İddia Etmek    | ,108   | ,322  | ,014    | ,336   | ,737   | ,058  | ,013           | ,013            | ,791     | 1,265 |
| NKE kendine yeterlik   | ,818   | ,365  | ,097    | 2,245  | ,025*  | ,088  | ,089           | ,085            | ,762     | 1,312 |

Bağımlı değişken: yaşam doyumu

NKE: Narsisistik Kişilik Envanteri

\*\*p<0,01 \*p<0,01

1. Model için; R = ,11 R<sup>2</sup> = %01; Düzeltilmiş R<sup>2</sup> = %01; Model için [F(2,645)=4,29; p<0,05]

2. Model için; R = ,28 R<sup>2</sup> = %08; Düzeltilmiş R<sup>2</sup> = %07; Model için [F(3,644)=18,46; p<0,01]

3. Model için; R = ,31 R<sup>2</sup> = %10; Düzeltilmiş R<sup>2</sup> = %08; Model için [F(9,638)=7,52; p<0,01]

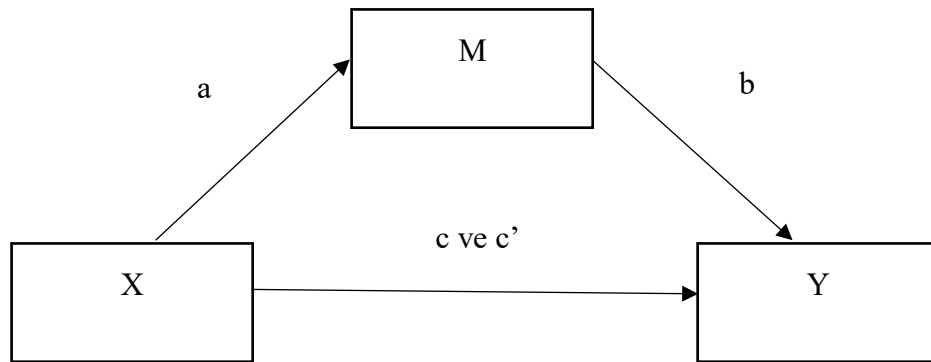
Hiyerarşik regresyon analizi uygunluğu için birinci varsayım olarak, çoklu doğrusallığın tespiti için varyans artışı faktörü incelenmiştir. VIF 10'a eşit veya daha büyük ise, bağımsız değişkenler arasında çoklu doğrusal ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Oluşturulan üç modellenli hiyerarşik regresyon analizinde, değişkenlerin VIF değerleri 10'dan küçüktür. Bu durumda çoklu doğrusal ilişkinin olmadığı anlaşılmaktadır. Ayrıca, modelin Durbin-Watson değeri kabul edilen aralık olan 1.5 ile 2.5 arasında bulunmuştur. 1,79 olarak bulunan değer, oluşturulan modelin uygun olduğunu göstermiştir.

Çizelge 4.10'da model incelendiğinde, ilk modelde yaşam doyumu yordayıcıları olarak yaş ve cinsiyet bağımsız değişken olarak alınmıştır. Oluşturulan ilk model, istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [F(2,645)=,41; p<0,05]. Yaş arttıkça ( $\beta$ =,11; p<0,01) yaşam doyumu %1 oranında artmaktadır (R<sup>2</sup>= %01). İkinci modele sosyal

görünüş kaygısı puanları eklenmiş ve model istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [F(3,644)=18,46; p<0,01]. İkinci modelde sosyal görünüş kaygısı ( $\beta=-,26$ ; p<0,01) yaşam doyumu puanlarını pozitif yönlü anlamlı düzeyde yordamaktadır. İkinci modelin açıklayıcılık oranı %8 olarak bulunmuştur ( $R^2= \%08$ ). Sosyal görünüş kaygısı arttıkça yaşam doyumu puanları azalmaktadır. Üçüncü modele dahil edilen NKE (Narsisistik Kişilik Envanteri) alt boyutlarının oluşturduğu modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür [F(9,638)=7,52; p>0,01]. Bulgulara göre sosyal görünüş kaygısı ( $\beta=-,23$ ; p<0,01), NKE üstünlük ( $\beta=-,11$ ; p<0,01) ve NKE kendine yeterlik ( $\beta=,10$ ; p<0,01) puanları yaşam doyumu puanlarını anlamlı düzeyde yordamaktadır. Sonuçlara göre, sosyal görünüş kaygısı ve NKE üstünlük alt boyut puanları düştükçe ve NKE kendine yeterlik puanları yükseldikçe yaşam doyumu puanları anlamlı düzeyde artış göstermektedir. Model, yaşam doyumu puanlarını %10 oranında açıklamaktadır ( $R^2= \%10$ ).

#### 4.4 Aracı Rol Analizi Bulguları

NKE üstünlük alt boyutu ile yaşam doyumu arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının aracı rolünün incelenmesi amacıyla SPSS üzerinde PROCESS eklentisiyle sağlanan Bootstrap metodu kullanılmıştır. SPSS üzerinden çalıştırılan PROCESS eklentisinin aracı rol için önerdiği model ve açıklamaları Şekil 4.1.'de verilmiştir:



Şekil 4.1: Aracı Rol Analizi Modeli

X= bağımsız değişken,

Y= bağımlı değişken,

M (mediator)=aracı değişken

a= X'in M üzerine etkisi,

b= M'nin Y üzerine etkisi

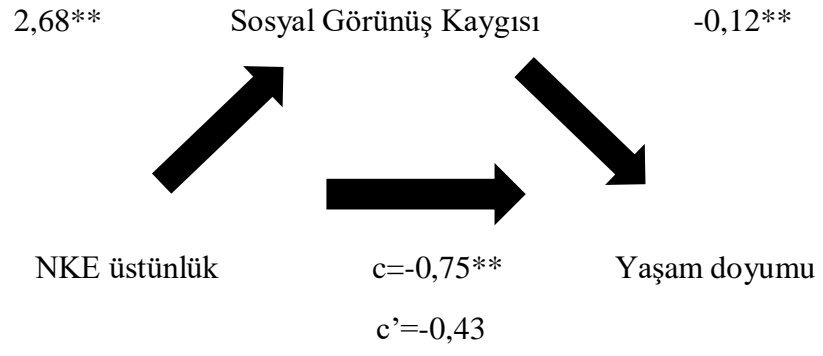
$c = X$ 'in  $Y$  üzerine toplam etkisi

$c' = X$ 'in  $Y$  üzerine direkt (diğer değişkenlerin etkisi olmadan) etkisi.

Yukarıda belirtilen modele göre  $X = \text{NKE üstünlük}$   $Y = \text{Yaşam doyumunu}$  ve  $M$  (aracı değişken) = Sosyal görünüş kaygısı olarak belirlenmiştir. Yukarıda verilen hiyerarşik regresyon analizi bulgularının desteklediği üzere, NKE üstünlük ve yaşam doyumunu arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının yordayıcı ilişkisi olduğu bulunmuştur. Bu doğrultuda, anlamlı yordayıcı ilişki saptanan üç değişkenin aracı rol analizi yapılmıştır.

Şekil 4.2'de NKE üstünlük alt boyutu ile yaşam doyumunu ilişkisinde sosyal görünüş kaygısının aracı rolü incelenmiştir. Bootstrap metoduyla yürütölen analizlerde elde edilen bulgulara göre, NKE üstünlük boyutunun yaşam doyumunu üzerindeki toplam etkisi ( $c$  yolu) anlamlı bulunmuştur ( $B = -0.75$ ,  $SE = 0.28$ ,  $p < .005$ ). Ayrıca NKE üstünlük boyutunun yaşam doyumunu üzerindeki direkt etkisi ( $c'$  yolu) istatistiki olarak anlamlı bulunmamıştır ( $B = -0.43$ ,  $SE = 0.27$ ;  $p > 0.001$ ).

NKE üstünlük ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişki incelendiğinde ( $a$  yolu), narsisizm kendine yeterlilik ( $B = 2,68$   $SE = 0,59$ ,  $p > 0.05$ ) ve sosyal görünüş kaygısı ilişkisi anlamlıdır. Sonuçlara göre, NKE üstünlük boyutu, sosyal görünüş kaygısını anlamlı düzeyde etkilemektedir. Sosyal görünüş kaygısının yaşam doyumunu üzerindeki direkt etkisi incelendiğinde ( $b$  yolu), sosyal görünüş kaygısı ( $B = -0,12$   $SE = 0,02$ ,  $p < 0.01$ ) yaşam doyumunu puanlarını anlamlı ve negatif düzeyde etkilediği bulunmuştur. NKE üstünlük alt boyutu ile yaşam doyumunu ilişkisinde sosyal görünüş kaygısının aracı rolü incelendiğinde, sosyal görünüş kaygısının ( $B = -0,33$ ,  $SE = .09$ ,  $95\% \text{ CI } [-0,513, -0,168]$ ), aracı rolü istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur Güven aralıkları  $-1$  değerini içerdiğinden sosyal görünüş kaygısının aracı etkisi negatif yönlü ve anlamlı bulunmuştur. Son olarak tüm modelin anlamlılığı incelendiğinde ise tüm modelin anlamlı olduğu ve varyansın  $\%1$ 'ini açıkladığı görölmüştür ( $R^2 = 0.01$ ,  $F(2, 646) = 7,49$ ,  $p < 0.05$ ).



**Şekil 4.2:** NKE Üstünlük Alt Boyutu ve Yaşam Boyutu Arasındaki İlişkide Sosyal Görünüş Kaygısının Aracı Rolüne İlişkin Oluşturulan Model

## 5. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmacı tarafından istatistiksel analizlerden elde edilen verilerin tartışılmasına yer verilmiştir. Çalışmamızda genç yetişkinlerin narsisistik kişilik özelliklerinin ve sosyal görünüş kaygısının yaşam doyumuna etkisi araştırılmıştır. Çalışmamıza Türkiye’de yaşayan 18-35 yaş aralığında olan 462 kadın ve 186 erkek olmak üzere toplam 648 yetişkin dahil edilmiş ve katılımcılara Sosyo-demografik Form, Narsisistik Kişilik Envanteri, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği ve Yaşam Doyumu Ölçeği’nden oluşan veri toplama aracı uygulanmıştır.

### 5.1 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Cinsiyet Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırma sonuçlarına göre sosyal görünüş kaygısı kadınlarda erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu farklılaşmaya ek olarak narsisistik kişilik özellikleri ve narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan teşhircilik ve otorite kadınlara kıyasla erkeklerde anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Cinsiyete göre yaşam doyumunu ve narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutları olan sömürücülük, hak iddia etmek ve kendine yeterlilik anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Narsisizm ve toplumsal cinsiyet arasındaki ilişkiye dair literatür taraması yapıldığında, narsisizmin sıklıkla maskülen toplumsal cinsiyet rolleri ve normları ile benzerlik gösterdiğine dair bulgular yer almaktadır (Corry, Merritt, Mrug ve Pamp, 2008). Toplumun belirlediği sosyal rollerin bir sonucu olarak karşı cinsten beklenen davranış örüntülerinden etkilenmenin, erkeğin toplum içerisinde üst statüye sahip rolü ve konumunu korumasını sağlamaktadır (Connell, 2017: 82-83; Eagly ve Wood, 1999). Baskın ve otorite sahibi olmak, güç sahibi olmak ve öfkenin fiziksel olarak dışa vurulması gibi narsisistik özellikler tipik maskülen özellikler olarak tanımlanabilmektedir. Dolayısıyla erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla narsisistik özellikler gösterdiği söylenebilmektedir (Grijalva, Newman, Tay, Donnellan, Harms, Robins ve Yan, 2015). Champbell ve arkadaşlarının oluşturduğu Narsisizm

Eylemlilik Modeli, narsisizmin kişilik özellikleri ile ilişkili olduğunu ifade etmektedir. Bu özellikler lider olmak, başarılı olmak, baskın ve iddialı olmak, dışa dönüklük gibi narsisizm unsurlarını karşılamaktadır (Campbell, Brunell ve Finkel, 2006; Campbell ve Foster, 2007; Campbell, Rudich ve Sedikides, 2002). Sosyal rol teorisine göre bu özellikler erkeklere atfedilir ve bu da narsisizmin yüksek olmasına yol açabilmektedir. Erkeklerin sıklıkla iddia, hırs, güç sahibi, rekabet özellikleri taşıması gerektiği (Jost ve Kay, 2005) ve kadınları denetleme, koruma altında tutmaları gerektiğine dair bilişleri vardır (Glick ve Fiske, 1996). Bu sayede kadınları kontrol altında tutan erkekler güç, büyülenmeci ve statüleri besleme ihtiyaçlarını karşılamış olurlar. Bu sebeple narsisizm, kadınlardan daha çok erkeklerde görülmektedir (Grijalva vd., 2014; Grubbs vd., 2014; Reich, 2014: 267; Twenge vd., 2008).

Kaya ve Kalkan (2019)'ın üniversite öğrencilerinde narsisistik eğilimleri ele aldığı çalışmada erkek öğrencilerin narsisizm düzeyi kadınlardan yüksek bulunmuştur. İlgili alanda yapılan başka çalışmalarda da (Akar,2014; Yumuşak,2013; Tritt, Ryder, Ring ve Pincus;2009, Amirigargari, 2013) narsisizm düzeyleri kadınlara kıyasla erkeklerde daha yüksek bulunmuştur. Cengiz ve Özdemir (2020)'in araştırmasına göre erkeklerin, kadınlara göre daha narsisistik özelliklere sahip oldukları bulgulanmıştır. Yapılan çalışmalarda narsisistik kişilik özelliklerinin, cinsiyet değişkenine göre farklılaştığı bulguları yer almaktadır. Bu çalışmada da narsisistik kişilik envanterinden alınan toplam puan ve narsistik kişilik alt boyutları olan teşhircilik ve otoritenin erkeklerde daha yüksek bulunması literatürü destekler niteliktedir.

Bireyin görünümü hakkında duyguları benlik saygısını etkileyen en önem unsurdur (Özcan vd., 2013). Diğer bireyler tarafından olumsuz değerlendirilme kaygısı, sosyal iletişim korkusuna neden olabilmektedir (Levinson ve Rodebaugh, 2011). Marquez ve McAuley (2001)'in fiziksel değerlendirme algısını incelemek amacıyla yürüttükleri çalışmaya göre kadınların sosyal görünüş kaygıları erkeklere kıyasla daha yüksektir. Buna ek olarak Hagger ve Stevenson (2010) ve Alımcı (2018) tarafından yapılan çalışmalara göre sosyal görünüş kaygısı kadınlarda yüksek bulunmuştur. Yürütülen diğer çalışmalarda da (Atik vd., 2015; Ataş, 2018; Dönmez, 2018) erkeklerden ziyade kadınlarda sosyal görünüş kaygısı daha



yüksektir. Bu bağlamda bu çalışmada da sosyal görünüş kaygısının kadınlarda daha yüksek bulunması literatürü destekler niteliktedir.

## **5.2 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Çalışma Durumu Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması**

Araştırma sonuçlarına göre sosyal görünüş kaygısı çalışmayanlarda çalışanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Bu farklılaşmaya ek olarak narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan teşhircilik ve sömürücülük çalışanlarda çalışmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yaşam doyumunu ise çalışanlarda çalışmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Çalışma durumuna göre narsisistik kişilik envanteri toplamı ve narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutları olan otorite, hak iddia etmek ve kendine yeterlik alt boyutları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan teşhircilik ve sömürücülük anlamlı farklılıklar göstermektedir. Bu durumun çalışma ortamı veya kişinin sosyal ortamı ile ilgili olabileceği düşünülmekle birlikte, katılımcılara nerede ve ne iş yaptıkları sorulmadığı için bu bilgi ihtimal dahilindedir.

Sosyal görünüş kaygısı diğer bireyler tarafından izlendiğinde ortaya çıkarak kaygı düzeyini arttırabilmektedir. Özellikle bireye odaklanan durumlarda belirtileri göstermektedir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının yüksek bulunduğu çalışmalar literatürde yer almaktadır (Senger, 2017). Pehlivan, Ada, Öztaş (2017) çalışma bulgularına göre ev kadınlarının orta düzeyde sosyal görünüş kaygısı yaşadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Alemdağ ve Öncü (2015)'nin yaptığı çalışmaya göre ise kadın öğretmen adaylarının orta düzeyde sosyal görünüş kaygısı yaşadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda sosyal görünüş kaygısının oluşmasında ekonomik zorluklarında etkisi olduğu bilinmektedir (Özcan ve ark., 2013). Literatür incelendiğinde çalışma durumu ve sosyal görünüş kaygısına dair çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir.

Yaşam doyumunu, bireyin kendi belirlemiş olduğu ölçütler ile uyumlu bir biçimde yaşantısını olumlu değerlendirmesi olarak tanımlanabilmektedir. Bireyin kendisine atfettiği ölçütler ile yaşam standartları arasındaki karşılaştırmaları ve bunun sonucunda kendi yaşantısı hakkında bir değer vermesi yaşam doyumunu

açıklamaktadır (Çeçen, 2007). Doyum alanları bireyin iş, sağlık, para, benlik veya yakın çevre ile ilişkili olabilmektedir (Dost, 2007). Araştırmaların büyük bir kısmında işten alınan tatminin veya iş ortamında kazanılan tecrübenin yaşamın tamamını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Keser, 2005). Bireyin işte çalışması, yaşamını önemli oranda etkilemekte ve çalışma yaşamından alınan doyumun yaşam doyumunu etkilemesi olağan değerlendirilmektedir (Judge, Timothy A., Watanabe, Schinichiro, 1993). Literatürde yer alan çalışmalarda yaşam doyumunun iş alanının bir sonucu olduğu yönünde bilgiler yer almaktadır (Uyguç, Arbak, Duygulu, Çıraklar, 1998). Dolayısıyla bu çalışmada yaşam doyumunun çalışanlarda yüksek olması literatürü destekler niteliktedir.

### **5.3 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Eğitim Düzeyi Değişkeni Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması**

Araştırma sonuçlarına göre sosyal görünüş kaygısı ise üniversite mezunlarında lise mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yaşam doyumunu lisansüstü mezunlarda lise mezunlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Eğitim düzeyine göre narsisistik kişilik envanteri toplam, narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutları olan üstünlük, teşhircilik, sömürücülük, otorite, hak iddia etmek ve kendine yeterlik anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Lise mezunlarında sosyal görünüş kaygı seviyesi düşük, üniversite mezunlarında ise sosyal görünüm kaygı seviyesi yüksek bulunmuştur. Bu farklılığı destekleyen literatürde çalışma bulunmamakla birlikte örneklem gruplarının homojen dağılmamasıyla ilişkili olabilmektedir.

Eğitim seviyesi yükseldikçe yaşam doyumunu artmaktadır. Düşük eğitim düzeyi psikolojik bozukluklar, travmatik stres gibi veya düşük sosyoekonomik faktörler risk faktörü olarak kabul edilmektedir. Sosyokültürel veya sosyoekonomik faktörler yaşanan koşullarla paralellik gösterdiği için yaşam doyumunu bu noktada etkilemektedir. Çakmak ve Doruk (2008) tarafından yapılan çalışmaya göre eğitim seviyesi arttıkça, yaşam doyumunu da aynı doğrultuda artmaktadır. Eğitim seviyesinin düşmesi ise yaşam doyumunda da düşmeye neden olmaktadır (Çakmak ve Doruk, 2008). Diğer bir bakımdan yaşam ilerlemesiyle, bireyin kişisel gelişimini

tamamlaması ve kendine güveninin artması iş doyumunu da arttırmaktadır (Aslan ve Eren, 2008). Yaşam doyumunu bir bakıma bireyin hedeflerine ulaşmasıdır. Hedeflerine ulaşma düzeyi artan bireylerin, yaşam doyumunu da artar (Şener, 2002). Bireylerin istediği niteliklere sahip kaliteli bir yaşam sürmesi yaşamdan beklentilerini arttırabilir. Bu bağlamda beklentiler ve sahip olduklarının karşılaştırılmasındaki farkın küçülmesi, daha fazla yaşamdan doyum almakla ilişkili olabilir. Aktaş (2014) tarafından yürütülen çalışmaya göre eğitim düzeyinin yükselmesi, yaşam doyumuna da yükseltmektedir. Deniz ve Yılmaz (2006)'ın çalışmasına göre alt düzeyde eğitim seviyesine sahip olanlara kıyasla eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin yaşam doyumları daha yüksektir. Alan yazı incelendiğinde, bu çalışmada literatürü destekler niteliktedir.

#### **5.4 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Medeni Durum Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması**

Araştırma sonuçlarına göre narsisistik kişilik envanteri alt boyutu olan kendine yeterlik, ilişkisi olanlarda evlilere kıyasla yüksektir. Sosyal görünüş kaygısı bekarlarda evlilere kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksektir. Yaşam doyumunu lisansüstü evlilerde bekarlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Medeni duruma göre narsisistik kişilik envanteri toplam, narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutları olan teşhircilik, sömürücülük, otorite, hak iddia etme anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Çalışmamızda narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan kendine yeterlik düzeyi ilişkisi olanlarda evlilere kıyasla daha yüksektir. Kendine yeterlilik bireyin özgüveni, başarı isteği, iddialı olma ve bağımsızlık gibi özellikleri tanımlamaktadır (Raskin ve Terry, 1988). Kendine yeterlilik daha çok olumlu kişilik davranışı olarak düşünülmektedir. Narsisist bireyler kendilerinin eşsiz biri olduğunu düşünen ve her şeye güçlerinin yetebileceğine dair bilişleri bulanan kişilerdir (Yurdakul, 2015). Aslında narsisistik bir savunma olarak düşünülebilir (Labuschagne, 1996). Kendisini aşırı seven narsisistler, bu durumun kendisine yeterli olduğunu düşündürse de aslında sevgi yönünden eksiktirler (Yurdakul, 2015.) İlgili alan yazı incelendiğinde ilişkisi olanların, narsisistik kişilik özelliğinin alt boyutu olan kendine yeterliliğine dair bulgulara rastlanmamıştır. İlişkisi olan bireyler evlenmek istemeyebilir veya kendine

yeterlilik düzeyi yüksek olduğu için özerk olma ihtiyacı baskın gelebilmektedir. Bu ihtimaller göz önüne alındığında bekar bireylerin evlilere nazaran kendine yeterlik düzeyleri daha yüksek olabilmektedir.

Çalışmamızda sosyal görünüş kaygısı medeni durum değişkenine göre bekarlarda evlilere kıyasla daha yüksek bulunmuştur. Literatür taraması yapıldığında medeni durum ve sosyal görünüş kaygısına dair çalışmalar bulunmamakla birlikte, daha çok hali hazırda eğitim gören üniversite ve lise öğrencilerine yönelik çalışmalar bulunmaktadır. Telli, Ünal (2016)'ın yapmış oldukları çalışmaya göre üniversite öğrencilerinin yaşları ile sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Soylu, Atik ve Öçalan (2017)'in yürüttükleri çalışmaya göre Spor Lisesinde öğrenimini sürdüren öğrencilerin Anadolu ve Fen lisesinde öğrenimini sürdüren öğrencilere kıyasla daha yüksek sosyal görünüş kaygısı yaşadıklarını belirtmiştir. Çalışmamızda bekar bireylerin sosyal görünüm kaygısının yüksek olması, üniversite veya lise öğrencilerinin daha genç ve bekar olduğu varsayımıyla örtüşebilmektedir.

Evlilik bireyin yaşantısında önemli bir yer tutmakla beraber yaşam doyumuyla da birebir ilişkili olduğu söylenebilmektedir (Hünler ve Gençöz, 2003). Evlilikten alınan doyum bireyin psikolojik iyi oluşuyla ilişkilidir (Sacco ve Phares, 2001). Glenn (1981)'e göre evlilik, bireyin kişilik gelişimi ve mutlu olmasında önemli bir yere sahiptir. Yapılan çalışmalar evlilik doyumunun yaşam doyumuyla ilişkili olduğunu belirtmektedir (Heller ve diğ., 2006; Perrone-McGovern ve diğ., 2012). Evli olmak, evli olmamaya kıyasla bireyi daha çok mutlu etmektedir (Hawkins ve Booth, 2005; Kim ve McKenry, 2002). Özbek (2016) yürüttüğü çalışmaya göre evlilik yaşam doyumunu anlamlı düzeyde yordamaktadır. Hayward ve Zhang (2006)'a göre evliliğin, bireyin yaşantısından doyum almayı sağlayan bir kuruluş olarak tanımlanmaktadır. Özgüven (2000)'e göre ise evlilik bireylerin psikolojik, sosyal veya biyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına bağlı güdülerin doyurulmasında etkindir. Yavuzer (2009)'e göre kadınlar ve erkeklerin birbirine dair paylaşımları, hisleri, sosyal ilişkilerde bulunması mutluluğu oluşturmakta yaşamdan doyum almayı sağlamaktadır. Boyce, Wood ve Ferguson (2016) yaptıkları çalışmaya göre evlenen bireylerin bekar zamanlarına kıyasla yaşamdan daha fazla doyum aldıkları belirtilmiştir. Literatür incelendiğinde medeni durumun yaşam doyumunu etkilediği ve bu çalışmayla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Lisansüstü evlilerin yaşam

doyumunun artması, eğitim seviyesinin artmasıyla ilişkili olmakla birlikte medeni durumunda bu noktada belirleyici olduğu düşünülmektedir.

### **5.5 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doyumunun Psikiyatrik Rahatsızlık Değişkeninin Karşılaştırılmasına İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması**

Araştırma sonuçlarına göre psikiyatrik rahatsızlık durumuna göre narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan üstünlük, teşhircilik, kendine yeterlilik psikiyatrik bir rahatsızlığı olan psikiyatrik rahatsızlığı olmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Narsisistik kişilik envanteri toplam, narsisistik kişilik özellikleri alt boyutları olan otorite, sömürücülük, hak iddia etmek, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumunu anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.

Narsisizm yapısına sahip bireylerde görülebilen üstünlük bireyin, özgüveni, sosyal varolması, statü derecesi ve ego şişirilmesi ile yakından ilişkilidir (Raskin ve Terry, 1988). Üstünlük boyutu baskın bireyler, diğer kişileri kendilerinden daha aşağıda görür ve kendilerine karşı sıradan davranılması onları rahatsız etmektedir (Ashmawy, 2016). Bu kişiler kendilerini diğerlerine kıyasla yetkinlik ve zeka gibi özellikler konusunda üstün görmekte, nazik olma ve sıcaklık gibi toplumsal özelliklerde başarısız olmaktadır (Brummelman, Gürel, Thomaes ve Sedikides, 2018). Çalışma bulguları göz önüne alındığında, diğer bireyleri değersiz ve önemsiz olarak nitelendiren narsist bireylerin düşünce ve davranışları psikiyatrik rahatsızlıklara daha yatkın olabileceğini düşündürmektedir.

Narsisizm yapısına sahip bireylerde görülebilen bir diğer alt boyut olan teşhircilik bireyin, dışadönüklüğü, heyecan arayışı, dürtülerini kontrol etmede yetersizliği ve gösteriş odaklı olmalarıyla kendini göstermektedir (Atay,2010). Bu kişiler dikkatlerin üzerinde olmalarını ve diğerlerinin kendisine hayranlık duymasını beklemektedir (Emmons, 1984). Narsist bireylerin sıklıkla kendi düşüncelerine odaklanmaları ve kıskançlık duygularına sahip olmaları narsisizm teşhir alt boyutunda yer almaktadır (Raskin ve Terry, 1988). Bu bilgiler ışığında teşhircilik alt boyutu gelişen narsist bireylerin, ilişkilerinin tek taraflı olması ve ilginin devamlı bir şekilde üzerinde olmasını istemek gibi şişirilmiş bir özgüvene sahip olmaları ve

histrionik kişilik bozukluğunda da bu gibi belirtilerin görülmesi psikiyatrik rahatsızlıklara daha yatkın olduğunu düşündürmektedir.

Hemen hemen her konuda iddialı olmak, yoğun bir şekilde başarı ihtiyacı, özgürlük duygusu gibi özellikler, narsisizm kendine yeterliliği baskın olan bireylerde görülmektedir (Raskin ve Terry, 1988). Kendine yeterlilik alt boyutu baskın olan narsist bireylerin, kendilerine hayranlık duymalarından dolayı yapacakları her işte diğer bireyler olmaksızın güçlü bir özgüvene sahip olmaları ve borderline tipteki kişilik bozukluğunda da bu gibi özelliklerin görülmesi psikiyatrik rahatsızlıklara daha yatkın olduğunu düşündürmektedir.

### **5.6 Narsisistik Kişilik Özellikleri, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkiye Yönelik Bulguların Tartışılması**

Çalışmamızdaki regresyon analizi sonuçlarına göre, narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutlarından biri olan üstünlük, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doymu arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur. Narsisistik kişilik özelliğinin alt boyutu olan sömürücülük ve kendine yeterlilik arasında ise pozitif yönlü ancak zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sosyal görünüş kaygısı ve narsistik kişilik özellikleri toplam puan, narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutları olan teşhircilik, sömürücülük, hak iddia etme arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre yaş arttıkça yaşam doymu artmakta, sosyal görünüş kaygısı arttıkça ise yaşam doymu azalmaktadır. Sosyal görünüş kaygısı ve narsisistik kişilik özellikleri alt boyutları düştükçe ve narsistik kişilik özellikleri alt boyutu kendine yeterlilik yükseldikçe yaşam doymu artmaktadır.

Çalışmamızdaki aracı rol analizine bakıldığında, narsisistik kişilik özelliklerinin alt boyutu olan üstünlük ve yaşam doymu arasındaki ilişkide sosyal görünüş kaygısının yordayıcı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Narsisistik kişilik özelliğinin alt boyutu olan üstünlük ve yaşam doymu üzerindeki toplam etkisi anlamlı, doğrudan etkisi anlamlı bulunmamıştır. Buna göre narsisistik kişilik özelliğinin alt boyutu olan üstünlük, sosyal görünüş kaygısını anlamlı düzeyde etkilemektedir. Sosyal görünüş kaygısının, yaşam doymuna doğrudan etkisi ise negatif yönde anlamlı etkilemektedir. Narsisistik kişilik özelliğinin alt boyutu olan üstünlük ve yaşam

doyumunu ilişkisinde sosyal görünüş kaygısının aracı rolü anlamlı bulunmuştur. Sosyal görünüş kaygısı aracı etkisi güven aralığında, negatif yönde anlamlı bulunmuştur.

Çalışmadan edinilen bulgular, kırılğan narsisizmi işaret etmektedir. Örtük, duyarlı veya diğer adıyla kırılğan narsisizme sahip bireyler utanç, boşluk duygularını baskın olarak yaşamaktadır. Aynı zamanda kaygı düzeyleri üst seviyede, kendilerine yönelik eleştirilere veya başarısızlık gibi durumlara karşı oldukça duyarlıdırlar. Bu bireyler, yetersiz olduklarını düşündükleri için sosyal anlamda içe dönük ve kaçınan davranış sergilemektedirler (Dickinson ve Pincus, 2003; Gabbard, 1989; Wink, 1991). Öte taraftan öfke duygularını dışa vurmada sıklıkla başarısızdırlar (Ronningstam, 2005). Kernberg'e göre bu bireyler sosyal ilişkilerde çoğunlukla bilinçdışı büyüklenmecilik duyuları ve fantezilerine sahiptir (aktaran, Wink, 1991). Bu bağlamda dış dünya ile ilişki kurmada gerçeklik, içeride bulunan benliğin kırılacak olmasından dolayı kaygıya sebebiyet vermekte ve özgüvensiz, utangaç bir tutum sergilemesine olanak sağlamaktadır (Dickinson ve Pincus, 2003). Dolayısıyla bir taraftan kendisini eşsiz, üstün, başarılı, onaylanması gereken bir kişi olarak gören narsist bireylerin, sosyal görünümün yarattığı kaygıyla birlikte olumsuz değerlendirileceğine dair bilişlerin varlığıyla yaşam kalitesini önemli ölçüde etkilediğini düşündürmektedir. Aslında narsisizmin teşhircilik, üstünlük çabası olarak değil, kendini yetersiz hissetmesiyle ilişkili olduğu, sosyal görünüm kaygısının da bu noktada aracı rol sağlayarak yaşam doyumuna etki ettiği söylenebilir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmada temel olarak incelenmek istenen konu genç yetişkinlerin narsistik kişilik özelliklerinin, sosyal görünüş kaygısı ve yaşam doyumu ile arasında nasıl bir ilişki olduğunu saptamaktır. Çalışmamızda sonuca ulaşabilmek için gerek birlikte gerek ayrı ayrı bütün değişkenler ölçümlere tabi tutulmuştur.

1. Araştırma sonucunda bireylerin narsisizm alt boyutu olan teşhircilik ve otorite düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Erkeklerin teşhircilik ve otorite puanlarının kadınlara kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen veriler toplumsal cinsiyetlerine özgü beklenen roller çerçevesinde erkeklerin kadınlardan daha yüksek puan aldığını düşündürmektedir. Bu konuda toplumsal cinsiyet rolleri kalıp yargılarına yönelik farkındalığı artırma amaçlı bilgilendirici çalışmalar yapılabilir.

2. Araştırma sonucunda sosyal görünüş kaygısı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığı ortaya çıkmıştır. Kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri erkeklere kıyasla anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Toplum tarafından empoze edilen güzellik algılarının, kadınların görünümüne dair endişelere sebebiyet verdiği düşünülebilir. Bu çalışma daha geniş bir örneklem grubuyla desteklenebilir.

3. Araştırma sonucunda yaş arttıkça yaşam doyumu puanları artmaktadır. Yaş arttıkça bireyin belirlediği kriterlere uygun yaşamını sürdürmesi bu sonuca neden olabilir.

4. Araştırma sonucunda sosyal görünüş kaygısı arttıkça, yaşam doyumu azalmaktadır. Sosyal görünüş kaygısına sahip bireyler idealize ettiği görünüme sahip olmamalarını, toplumsal uyum açısından bir engel olarak görebilir. Bu da yaşam doyumunu etkileyebilir.

5. Araştırma sonucuna göre sosyal görünüş kaygısı, narsistik kişilik alt boyutu olan üstünlük puanı düştükçe, narsistik kişilik alt boyutu olan kendine yeterlilik yükseldikçe yaşam doyumu artmaktadır. Üstünlük özelliği olan ve aynı zamanda sosyal görünüş kaygısı olan kişilerin yaşam doyumu daha düşüktür. Bu noktada



kırılgan narsisizm kendisini göstermektedir. Narsisizmin kendini teşhir etme veya üstünlük çabasıyla ilgili olmadığı, arka planda sosyal görünüş kaygısının aracı rol olarak bir etkisi olduğu ve bunun yaşam doyumuna olumsuz bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmadan edinilen bu sonuca göre, benzer çalışmalar yapılabilir ve başka hangi psikopatolojik rahatsızlıklara zemin hazırlayabileceği kapsamlı bir şekilde araştırılabilir.



## KAYNAKLAR

- Akar, A.** (2014). PDR ve psikoloji programı öğrencilerinin empatik eğilimleri ve narsistik kişilik özelliklerinin incelenmesi (Doktora tezi). Toros Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Akın, A.** (2012). Kendini sabotaj ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 176-197.
- Alemdağ, S., Öncü, E.** (2013). An Examination of Participation Physical Activity and Social Self-Efficacy of The Preservice Teachers. 55. ICHPER.SD dünya kongresi ve kitabı (proceeding kongre kitabı), pp 349-355.
- Alemdağ, S., & Öncü, E.** (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3, 287-300.
- Al. Attiyah, Asma, Nasser, Ramzi.** (2013). "Gender and Age Differences in Life Satisfaction Within a Sex-Segregated Society: Sampling Youth in Qatar", *International Journal of Adolescence and Youth*, 21, 1-13.
- Alımcı, D.** (2018). Ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığı ve sosyal görünüş kaygıları ile kendine saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- American Psychiatric Association** (1987). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (3. baskı). Washington: DC: Author.
- American Psychiatric Association** (1994). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4. baskı). Washington: DC: Author.
- American Psychiatric Association** (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4. baskı/revizyon). Washington: DC: Author.
- Amerikan Psikiyatri Birliği.** (2007). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM- IV- TR), Yeniden gözden geçirilmiş 4. Baskı (Çev. E Köroğlu). Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği** (2013) Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı (Çev.: E Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.
- 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.
- Amirigargari, A.** (2013). Kadına yönelik şiddet, narsizm ve saldırganlık arasındaki ilişki (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- Amorose A. J., and Hollembeak, J.** (2005). Examining the moderating effect of appearance impression motivation on the relationship between perceived physical appearance and social physique anxiety. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 76(4), 507–513.
- Anbar, H.** (2013). Lise öğrencilerinde vücut algısı değişkeninin çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi ve vücut algısı ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışması. Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi Psikoloji Bölümü Lisans Tezi. Ankara.
- Anlı, İ.** (2010). Psikanalizde narsizm. İstanbul: Nobel Tıp Kitapevleri.
- Antony, M. M. ve Swinson. R. P.** (2008). The Shyness Social Anxiety Workbook, Accessible Publishing Systems Pty, 2.bs.
- Arıcioğulları Z.** (2001). Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal fobi ve benlik saygısı arasındaki ilişki ve bunları etkileyen faktörler. Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi, Dicle Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri AD, Diyarbakır.
- Ashmawy, M.** (2016). Ortaöğretim öğrencilerinde dindarlık ve narsisizm ilişkisi (Sinop örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Aslan- Eren. T.** (2008). Onkoloji Hemşirelerinin İş Doyumu ve Yaşam Doyumunun İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimler Enstitüsü.
- Ataş, M.B.** (2018). Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Atay, S.** (2009). Narsistik Kişilik Envanterinin Türkçeye Standardizasyonu. Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 11/1.
- Atay, S.** (2010). Çalışan Narsist, Namar Yayınları: İstanbul.
- Atik, D., Atik, C., Asaf, R. and Cinar, S.** (2015). The effect of perceived social support by hemodialysis patients on their social appearance anxiety, *Medicine Science*, 4(2), 2210 - 2223
- Ayaz, S.** (2008). Stomalı bireylerde beden imajı ve benlik saygısı. *Türkiye Klinikleri Journal of Medical Sciences*, 28(2), 154-159.
- Babacan Gümüş, A. ve Çam, O.** (2011). Kadınların serviks kanseri için erken tanı tutumları ile benlik saygısı, beden algısı ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Nobel Medicus Dergisi*, 7(9), 46-52.
- Baldwin, M. W., & Sinclair, L.** (1996). Self-esteem and "if...then" contingencies of interpersonal acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1130-1141.
- Ball, Richard, Robbins, Lynn.** (1986). Marital Status and Life Satisfaction among Black Americans", *Journal of Marriage and Family*, 48(2), 389- 394.
- Baltacı, Ö., & Hamarta, E.** (2013). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 38(167).

- Baltaş, A., & Baltaş Z.** (1998). Stres ve başa çıkma yolları. (18. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Barlas, G. Ü., Karaca, S., Onan, N., Öz, Y. C., Gürkan, A., Işık, I., & Sümeli, F.** (2014). Estetik cerrahi hastalarında beden imajı, işlevsel olmayan tutumlar ve depresyon. *Türk Plastik, Rekonstrüktif ve Estetik Cerrahi Dergisi (Turk J Plast Surg)*, 22(3), 108-113.
- Basım, H. N. ve İ. Tatar.** (2006). “Kamuda İzlenim Yönetimi: Karşılaştırmalı Bir Çalışma”, *Amme İdaresi Dergisi*, 39(4), 225-244.
- Basım, Nejat H., Tatar, İlker Ve Şahin, Nesrin H.** (2006). Çalışma yaşamında izlenim yönetimi: bir ölçek uyarlama çalışması, *Türk Psikoloji Yazıları*, 9(18):1-17.
- Behary, W.T.** (2018). Narsistle Ateşkes. (Çev. M. Caner ve N. Azizlerli), Psikonet Yayınları, İstanbul.
- Benet-Martinez, V. & John, O. P.** (1998). Los cinco grandes across cultures and ethnic groups: multitrait multimethod analyses of the big five in spanish and english. *American Psychological Association*, 75(3): 729–750.
- Berg, Anna Ingeborg.** (2008). Life Satisfaction In Late Life: Markers And Predictors of Level And Change Among 80+ Year Olds, Department of Psychology, Doctoral Dissertation at University of Gothenburg.
- Bergan, Anne, Mcconatha, Jasmine Tahmeseb.** (2001). Religiosity and life satisfaction, activities, Adaptation and Aging, 24, (3), 23-34.
- Biggs, J. B., & Moore, P. J.** (1993). The process of learning. (3rd Edition). Sydney: Prentice Hall.
- Blanchflower, David G., Oswald, Andrew.** (2007). Is Well-being U-shaped over the Life Cycle National Bureau Of Economic Research.
- 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.
- Botha, F., Booyesen, F.** (2013). "The Relationship Between Marital Status and Life Satisfaction Among South African Adults", *Acta Academica*, Vol. 45(2), p. 150-178.
- Boyce, C. J., Wood, A. M., & Ferguson, E.** (2016). For better or for worse: The moderating effects of personality on the marriage-life satisfaction link. *Personality and Individual Differences*, 97, 61-66.
- Bozeman, Dennis P. Ve Kacmar, K. Michele.** (1997). “A Cybernetic Model Of Impression Management Processes In Organizations”, *Organizational Behavior And Human Decision Processes*, 69(1):9-30.
- Bradlee, P. M. ve Emmons, R. A.** (1992). Locating narcissism within the interpersonal circumplex and the five-factor model. *Personality and Individual Differences*, 13 (7). 821-830.

- Brummelman, E., Gürel, C., Thomaes, S. ve Sedikides, C.** (2018). What separates narcissism from self-esteem? A social-cognitive perspective. Hermann et al (Eds.). The handbook of trait narcissism: Key advances, research methods, and controversies. New York, NY: Springer.
- Burger, J. M.** (2006). Kişilik, Kaknüs Yayınları.
- Bursten, B.** (1973). Some narcissistic personality types. *International Journal of Psychoanalysis*, 54, 287-300.
- Campbell, W.K., Brunell, A.B., ve Finkel E.J.** (2006). "Narcissism, Interpersonal Self-Regulation, and Romantic Relationships: An Agency Model Approach", (Ed: K. D. Vohs ve E. J. Finkel), *Self and relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes* (s. 57-83). Guilford Press.
- Campbell, W. K., ve Foster, J. D.** (2007). "The Narcissistic Self: Background, An Extended Agency Model, and Ongoing Controversies", *The Self*, 115-138.
- Campbell, W.K., Hoffman, B. J., Campbell, S. M., ve Marchisio, G.** (2010). Narcissism in organizational contexts. *Human resource management review*, 21, 268–284.
- Campbell, W. K., Rudich, E. A., ve Sedikides, C.** (2002). "Narcissism, Self-Esteem, and the Positivity of Self-Views: Two Portraits of Self-Love", *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28(3), 358-368.
- Carleton, N., McCreary, D., Norton, P. ve Asmundson, G.** (2006). Brief fear of negative evaluation scale revised. *Depression and Anxiety*, 23 (5), 297-303.
- Carleton, R.N., Collimore, K.C. and Asmundson, G.J.** (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation: Construct validity of the BFNEII, *Journal of Anxiety Disorders*, 21(1),131-141.
- Cash, T. F.** (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 38–46). New York: Guilford Press.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C.** (2002). The impact of body-image experiences: Development of the body image quality of life inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31, 455– 460.
- Cash, T. F.** (2004). Body image: Past, present and future. *An International Journal of Research*. 1, 1-5.
- Cengiz, A. A. ve Özdemir, A.** (2020). "Narsisizm ve Çelişik Duygulu Cinsiyetçilik: Cinsiyet Bağlamında Bir İnceleme", *Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, sayı 41, Denizli, s. 39-51.
- Cheung, Hoi Yan, Chan, Alex W. H.** (2009). "The Effect of Education on Life Satisfaction Across Countries" *The Alberta Journal of Educational Research*, 55, (1), 124-136.
- Christopher, J. C.** (1999). Situating psychological well-being: exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of Counseling & Development*, 77(2), 141-153.

- Cziskszentmihalyi, M. On ve T.J. Figurski.** (1982). "Selfawareness and Aversive Experience in Everyday Life", *Journal of Personality*, 50; 15-24.
- Clark, A. E.** (2007). Born to be Mild? Cohort Effects Don't (Fully) Explain Why Well-being is Ushaped in Age. Discussion Paper Series.
- 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.
- Clark, D. M. ve Wells, A.** (1995). A cognitive model of social phobia. R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope ve F. R. Schneier (Ed.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment içinde* (ss. 69–93). New York: Guilford Press.
- Clark, D. M., ve McManus, F.** (2002). Information processing in social phobia. *Biological Psychiatry*, 51 (1), 92-100.
- Clark, L. & Tiggemann, M.** (2006). Appearance culture in nine- to 12-year-old girls: media and peer influences on body dissatisfaction, *Social Development*, 15(4), 628-643.
- Coopersmith, S.** (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman WH.
- Collins, K. A., Westra, H.A., Dozois, D.J. and Stewart, S.H.** (2005). The validity of the brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale, *Journal of anxiety disorders*, 19(3),345-359.
- Connell, R.** (2017). *Toplumsal Cinsiyet ve İktidar*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Corry, N., Merritt, R. D., Mrug, S. ve Pamp, B.** (2008). The factor structure of the narcissistic personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 90, 593–600.
- Costa, P.T., Mccaræ R. R.** (1980). Influence of Extraversion and Neuroticism on Subjective Well-Being: Happy and Unhappy People, *Journal of Personality and Social Psychology*, 38 (4), 668-678.
- Coudevylle, Guillaume R., Gernigon, Christophe and Ginis, Kathleen A. Martin.** (2011). "Self-esteem, self-confidence, anxiety and claimed selfhandicapping: A mediational analysis", *Psychology of Sport and Exercise*, 12(6), 670-675.
- Cowden, C. R.** (2005). Worry and its relationship to shyness. *North American Journal of Psychology*, 7 (1), 59-70.
- Cunningham, M. R.** (1986). Measuring the Physical in Physical Attractiveness: QuasiExperiments on The Sociobiology of Female Facial Beauty. *Journal of Personality And Social Psychology*, 50(5), 925.
- Curtis, GC, Magee, WJ, Eaton, WW, Wittchen, HU ve Kessler, RC** (1998). Spesifik korkular ve fobiler. *Epidemiyoloji ve sınıflandırma. İngiliz Psikiyatri Dergisi*, 173.

- Çakmak-Doruk, N.** (2008). Organizasyonlarda iş-aile ve aile-iş çatışmalarının bireylerin performansları üzerine etkisinde iş ve yaşam tatmininin rolü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çam, S, Sevimli, D. ve Yerlikaya, E.** (2010). Olumsuz değerlendirilmekten korkma ölçeği'ne (ODKÖ) ilişkin bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Journal of the Cukurova University Institute of Social Sciences*, 19(1), 132-140.
- Çeçen, A.R.** (2007). Üniversite Öğrencilerinin Cinsiyet ve Yaşam Doyumu Düzeylerine Göre Sosyal ve Duygusal Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 3, Sayı 2, 180-190.
- Çınar, H. ve Keskin, N.** (2015). Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının öğrenim yeri tercihlerine etkisi. *Electronic Journal of Vocational Colleges*, 14, 457-465.
- Davidson, G.C., Neale, J.M., Kring A.M.** (2003). *Abnormal Psychology 9th Edition* John Wiley & Sons: USA.
- Deaton, Angus.** (2008). "Income, Health and Well-Being around the World: Evidence from the Gallup World Poll", *Journal of Economic Perspectives*, 22 (2), 53-72.
- De Jong P.J.** (2002). Implicit self-esteem and social anxiety: differential self-favouring effects in high and low anxious individuals. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 501-508.
- Deniz, M. E. ve Yılmaz, E.** (2006). Üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (25), 17 – 26. 7.
- Dickinson, K. ve Pincus, A.** (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17(3), 188-207.
- Diener, E.** (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S.** (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75.
- Diener, E. & Lucas, R. E.** (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-303.
- Diener, E.** (2000). Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55(1), 34-43.
- Diener, E., Diener, R. Biswas.** (2002). "Will Money Increase Subjective Well-Being? A Literature Review and Guide to Needed Research", *Social Indicators Research*, 57, 119-169.
- Dindar, M., Akbulut, Y.** (2015). Role of Self-Efficacy and Social Appearance Anxiety on Gaming Motivations of MMOFPS Players. *Computers & Education*, 81, 26–34.
- Dion, K., Berscheid, E., Walster, E.** (1972). What is Beautiful is Good. *Journal of Personality and Social Psychology*, 24 (3), 285-290.

- Doğaner, İ.** (1996). Narsistik kişilik bozukluğu: Tarihçe, tanı ve ayırıcı tanı. Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları, 1 (3), 341-352.
- Doğan, T.** (2009). Bilişsel ve kendini değerlendirme süreçlerinin sosyal anksiyete açısından incelenmesi. Yayınlanmamış doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Doğan, T.** (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Hacettepe Üniversitesi *Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 39(39), 151-159.
- Dorahy, M., J., Lewis, C., A., Schumaker, J., F., Akuamoah-Boateng, R., Duze, M., C. ve Sibiya, T., E.** (2000). Depression and life satisfaction among Australian, Ghanaian, Nigerian, Northern Irish, and Swazi University Students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(4), 569-580
- Dost-Tuzgöl, M.** (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi, 22, 132-143.
- Dönmez, ř. N.** (2018). Evli çiftlerde sosyal görünüş kaygısı ile cinsel doyum arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Eagly, A. H., ve Wood, W.** (1999). "The Origins of Sex Differences in Human Behavior: Evolved Dispositions Versus Social Roles", *American Psychologist*, 54(6), 408-423.
- Eğrilmez, A.** (1996). Freud ve narsisizm. Ege Psikiyatri Sürekli Yayınları, 1 (3), 353-360.
- Ehtiyar, Rüya ve Üngüren, Engin.** (2008). Turizm eğitimi alan öğrencilerin umutsuzluk ve kaygı seviyeleri ile eğitime yönelik tutumları arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik bir araştırma, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(4), 159-181.
- Eken, F.O. ve Ebadi, H.** (2019). Anksiyetenin Yaşam Doyumu Üzerindeki Etkisinde Tükenmişliğin Aracı Rolü, 114.
- Emmons, R. A.** (1984). Factor analysis and construct validity of the narcissistic personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 48(3), 291-300.
- Emmons, R. A.** (1987). Narcissism: Theory and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(1), 11-17.
- Erdoğan, Ö. ve Tütüncü, İ.** (2015). Üniversite öğrencilerinin beden algısı, yeme tutumu ve yakın ilişki kurma düzeyleri arasındaki ilişki, *SSTB International Refereed Academic Journal of Sports, Health & Medical Sciences*, 17, 89-115.
- Erkan, Z., Güçray, S., & Çam, S.** (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10(10), 64-75.
- Eroğlu, E.** (2011). "Örgütlerde İletişim Kalitesini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi", *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26; 137-149.



- Erten, Y.** (2015.). Tek kişilik balo: Narsisizm üzerine kuramsal ve klinik notlar. *Yansıtma Dergisi*, 24, 11-32.
- Erving G.** (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*, (Garden City N.Y. : Doubleday Anchor), s. 4.
- Frost, R. O., Glossner, K. ve Maxner, S.** (2010). Social anxiety disorder and its relationship to perfectionism (2. Baskı). Hofmann, S. G. ve DiBartolo, P. M. (Ed.). *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (s. 119-145). San Diego, CA, US: Elsevier Academic Press.
- Fitzroy, Felix, Nolan, Michael, Steinhardt, Max F.** (2011). Age, Life-satisfaction, and Relative Income, *Hamburg Institute of International Economics (HWWI)*, 1-15.
- Frijns, M.** (2010). *Determinants of Life Satisfaction –Cross-Regional Comparison*, Maastricht University School of Business and Economics, Maastricht, Master Thesis.
- Gabbard, G.** (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53, 527-532.
- Gallup** (2013). *State of the American workplace*.
- Gardner, W.L., Martinko, M.J.** (1988). Impression Management in Organizations. *Journal of Management*, 14(2): 321-338.
- Gardner, R. M.** (1996). Methodological issues in assessment of the perceptual component of body image disturbance. *British Journal of Psychology*, 327-337.
- Gautreau, M.C., Simon, B, Mushquash, R.A., & Sherry S.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*, 82, 125–130.
- Geçtan, E.** (2004). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Geçtan, E.** (2010). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar* (1 9. bs.). İstanbul: Metis Yayınları.
- Geçtan, E.** (2015). *Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Genç, Y. ve Durğun, A.** (2018). Sağlık çalışanlarının dini tutum düzeyleri. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 20(38), 253-281.
- Giusta, Della M., Jewell, Sarah, Louise, Kambhampati, Uma S.** (2011). "Gender and Life Satisfaction in the UK", *Feminist Economics*, 17, (3), 1-34.
- Glenn, N.D., & Weaver, C.N.** (1981). The Contribution of Marital Happiness to Global Happiness. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 161-168.
- Glick, P., ve Fiske, S. T.** (1996). "The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating Hostile and Benevolent Sexism", *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491-512.
- Godkin, L., Allcorn, S.** (2009). Institutional narcissism, arrogant organization disorder and interruptions in organizational learning, *The Learning Organization*, 16(1), 40-57.

- Gong, Honge, Casseslls, Rebecca, Keeagan Marcia.** (2011). "Understanding Life Satisfaction and the Education Puzzle in Australia", NATSEM Working Paper 11/12i This paper was presented at the HILDA Conference.
- Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, M. B., Harms, P. D., Robins, R. W. & Yan, T.** (2014). Gender differences in narcissism: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 141(2), 261-310.
- Grijalva, E., Newman, D. A., Tay, L., Donnellan, B., M., Harms, P. D., Robins, R. W. ve Yan, T.** (2015). Gender differences in narcissism: a meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 141(2).
- Grubbs, J. B., Exline, J. J., ve Twenge, J. M.** (2014). "Psychological Entitlement And Ambivalent Sexism: Understanding The Role Of Entitlement İn Predicting Two Forms Of Sexism", *Sex Roles*, 70(5-6), 209-220.
- Gudykunst WB, Shapiro R.** (1996). Communication in everyday interpersonal and intergroup encounters. *International Journal of Intercultural Relations* 20: 19-45.
- Guyton, M. J.** (1997). Contributors to individual differences in development of prosocial responsiveness in preschoolers. Waltham: Brandeis University.
- Güleç, C., Köroğlu, E.** (1997). *Psikiyatri Temel Kitabı*, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Gündoğan, F.**(2006). Sirozlu hastaların beden imajı ve benlik saygılarının değerlendirilmesi. (Yüksek Lisans Tezi), Abant izzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Gürel, E.B.B. ve Gürel, E.** (2015). Muhasebe Meslek Mensuplarının Mesleki Tükenmişlik Düzeyinin Yaşam Doyumu Üzerine Etkisi: Aydın İli Örneği, *Muhasebe ve Denetime Bakış*, Ocak, 44, 37-47.
- Gwozdz, Wencke, Sousa Poza, Alfonso.** (2009). "Ageing, Health and Life Satisfaction of the Oldest Old: An Analysis for Germany", *Forschungsinstitut zur Zukunft der Arbeit Institute for the Study of Labor*.
- Hadaway, Christopher K.** (1978). "Life Satisfaction and Religion: A Reanalysis." *Social Forces* 57, 636–643.
- Hagger, S.Martin- Stevenson, Andy.** (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: gender and age effects, *Psychol and Health*, 25(1), January, 89-110.
- Haller, Max, Hadler, Hadler, Markus.** (2006). "How Social Relations and Structures can Produce Happiness and Unhappiness: An International Comparative Analysis", *Social Indicators Research*, 75, 169-216.
- Hamermesh, D. S., Biddle, J. E.** (1993). Beauty and The Labor Market (No. w4518). National Bureau of Economic Research.
- 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. M., Holle, C., & Heimberg, R. G.** (2008). Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment*, 15(1), 48-59.
- Harter, S.** (1983). Kendi kendine sistem üzerine gelişimsel bakış açıları. EM Hetherington'da (Ed.), *Çocuk psikolojisi El Kitabı* (s. 275-385). New York: John Wiley.
- Hayward, M & Zhang, Z.** (2006). Gender, the marital life course, and cardiovascular disease in late midlife. *Journal of Marriage and Family* 68:639-657.
- Hawkins, D. N., & Booth, A.** (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 451-471.
- Heimberg, R. G., Brozovich, F. A. ve Rapee, R. M.** (2010). A cognitive-behavioral model of social anxiety disorder: Update and extension. *Social anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives içinde* (ss. 395–422). Cambridge: Academic Press.
- Heilman, M. E., & Stopeck, M. H.** (1985). Being Attractive, Advantage or Disadvantage? Performance-Based Evaluations and Recommended Personnel Actions as A Function of Appearance, Sex, And Job Type. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 35 (2), 202-215.
- Heller, D., Watson, D., & Ilies, R.** (2006). The dynamic process of life satisfaction. *Journal of Personality*, 74(5), 1421-1450.
- Nejat B. H., İlker T. ve Şahin, N.H.** (2006). Çalışma Yaşamında İzlenim Yönetimi: Bir Ölçek Uyarılama Çalışması, *Türk Psikoloji Yazıları*, Cilt 9, Sayı 18, s. 2.
- Hoehn-Saric R.** (1979). Anxiety- normal and abnormal. *Psychiatr Ann*, 9:447-455.
- Hoehn-Saric R.** (1982). Neurotransmitters in anxiety. *Arch Gen Psychiatry*, 39:735-742.
- Horwath, E., & Weissman, M. M.** (1995). Epidemiology of depression and anxiety disorders, *Texbook in Psychiatric Epidemiology*. MT. Tusuang, M. Tohen Gep Zahter (Ed.) New york: Wiley- Liss.
- Hünler, O. S. ve Gençöz, T.** (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Işık, E.** (1996). *Nevrozlar*. Ankara: Kent Matbaası.
- Joinson, A.** (1999). Sosyal istenirlik, anonimlik ve İnternet tabanlı anketler. *Davranış Araştırma Yöntemleri, Araçlar ve Bilgisayarlar*, 31 (3), 433-438.
- Jonason, P.K., ve Webster, G.D.** (2010). The Dirty Dozen: A concise measure of the Dark Triad. *Psychological Assessment*, 22, 420-432.
- Jones, D.N., ve Paulhus, D.L.** (2014). Introducing the Short Dark Triad (SD3): A brief measure of dark personality traits. *Assessment*, 21, 28-41.

- Jones, E. E.** (1990). *Interpersonal Perception*, New York: W.H. Freeman and Company.
- Jost, J. T., ve Kay, A. C.** (2005). "Exposure to Benevolent Sexism and Complementary Gender Stereotypes: Consequences For Specific And Diffuse Forms Of System Justification", *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(3), 498-509.
- Judge, T. A. & Watanabe, S.** (1993). Another look at the job satisfaction-life satisfaction relationship. *Journal of Applied Psychology*, 78, 939-948.
- Kabasakal, Z. ve Uz Baş, A.** (2013). Öğretmen adaylarında yaşam doyumunun yordayıcısı olarak problem çözme becerileri, *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 1, 27-35.
- Kacmar, K. Michele Ve Carlson, Dawn S.** (1994). "Using Impression Management In Women's Job Search Processes", *American Behavioural Scientist*, 37(5):682-697.
- Kalafat, T.**(2006). Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, (Yüksek Lisans Tezi), Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Kara, A.** (2016). Sosyal görünüş kaygısı ile utangaçlık arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Birey ve Toplum Dergisi*, 6(11), 95-106.
- Karaaziz, M. ve Atak-Erdem. İ.** (2013). Narsisizm ve narsisizmle ilgili araştırmalar üzerine bir gözden geçirme. *Nesne*, 1 (2), s.44-59.
- Karamustafaloğlu O, Akpınar A.** (2010). Anksiyete bozuklukları. In Karamustafaloğlu (editör) *Aile Hekimleri İçin Psikiyatri*. 1.Baskı, İstanbul: MT Uluslararası Yayıncılık, 71-88.
- Karasar, N.** (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Karataş S.** (1988). Yaşlılarda Yaşam Doyumunu Etkileyen Etmenler. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Kaplan, A. M. & Sadock, B. J.** (2008). *Kaplan and Saddock's comprehensive textbook of psychiatry* (H. Aydın ve An Bozkurt, Çev.). İstanbul: Güneş Kitabevleri.
- Kaplan, S. E., Pourciau, S. ve Reckers, Philip M. J.** (1990). "An Examination Of The Effect Of The President's Letter And Stock Advisory Service Information On Financial Division", *Behavioural Research In Accounting*, 2:63-93.
- Kaya L, & Kalkan M.** (2019). Üniversite Öğrencilerinde Narsisistik Eğilimler, Bağlanma Stilleri ve Sosyal Medya Kullanımı. *J Higher Edu Sci.* (2): 243-249.
- Kaya, M. ve Varol, K.** (2004). İlahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(17), 31-63.
- Kealy, D., ve Rasmussen, B.** (2012). Veiled and vulnerable: The other side of grandiose narcissism. *Clinical Social Work Journal*, 40, 356-365.

- Kernberg O.** (1970). Factors in the psychoanalytic treatment of narcissistic personalities. *J Am Psychoanal Ass* 18: 51-85.
- Kernberg O.** (1974). Further contributions to the treatment of narcissistic personalities. *Int J Psychoanal* 55: 215-40.
- Kernberg, O. F.** (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. F.** (1999). *Sınır durumlar ve patolojik narsizm*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Keser, A.** (2005). "İş Doyumu ve Yaşam Doyumu İlişkisi: Otomotiv Sektöründe Bir Uygulama", *Çalışma ve Toplum, Ekonomi ve Hukuk Dergisi*, 4/7, 2005.
- Kets de Vries, M.** (2004). Organizations on The Coach: A Clinical Perspective on Organizational Dynamics, *European Management Journal*, 22 (2), 183-200.
- Khorshid, L., Eşer, İ., Denat, Y., & Çınar, Ş.** (2007). An Investigation into the body image of women. *Journal of Human Sciences*, 4(2), 1-14.
- Kılıç, E., Taycan, O., Belli, A.K., and Özmen, M.** (2007). Kalıcı ostomi ameliyatının beden algısı, benlik saygısı, eş uyumu ve cinsel işlevler üzerine etkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 18(4), 302-310.
- Kılıç, M. ve Karakuş, Ö.** (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 3837-3852.
- Kim, H. K., & McKenry, P. C.** (2002). The relationship between marriage and psychological well-being a longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911.
- Kocovski, N. L. ve Ender, N. S.** (2000). Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation. *European Journal of Personality*, 14 (4), 347-358.
- Kohut H.** (1966). Forms and transformations of narcissism. *J Am Psychoanal Ass* 14: 243-72.
- Kohut, H.** (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. ve Wolf, E. S.** (1978). *The Disorders of the Self and Their Treatment*. *International Journal of Psychoanalysis*, 59, 413 - 425.
- Kohut, H.** (1998). *Kendiliğin çözülmesi*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Kozma, A. ve Stones, M.J.** (1980). "The Measurement of Happiness: Development of the Memorial University Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH)", *Journal of Gerontology*, 35; 906-912.
- Köknel, Ö.** (1999). *Günlük hayatta ruh sağlığı*, İstanbul: Alfa Yayıncılık.
- Kundakçı, A. H.** (2005). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumları, benlik algısı, vücut algısı ve stres belirtileri açısından karşılaştırılması. Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji (Sosyal Psikoloji) Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Ankara.

- Kurt, Emine., Özdilli, K. and Yorulmaz, H.** (2013). Romatoid artrit’li hastalarda beden imajı ve benlik saygısı. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 50, 202-208.
- Kuzulu, E., Kurtuldu, S., Vural Özkan, G.** (2013). "İş Yaşam Dengesi ile Yaşam Doyumu İlişkisi Üzerine Bir Araştırma", *Sakarya İktisat Dergisi*, S. 5, s. 88-127.
- Labuschagne, N.** (1996). Narcissism, family of origin, and career self-efficacy: A comparative study of university students (Yüksek lisans tezi, Natal Üniversitesi).
- Leary, M. R. ve Kowalsky, R. M.** (1990). "Impression Management: A Literature Review And Two-Component Model", *Psychological Bulletin*, 107(1):34-37.
- Leary, M. R. ve Kowalski, R. M.** (1995). The self-presentation model of social anxiety/phobia. Heimberg, R. G., Liebowitz, M. R., Hope, D. A. ve Schneier, F. R. (Ed.). *Social phobia: diagnosis, assessment, and treatment*. New York: The Guilford Press.
- Leary, M.R.** (1996). *Self-Presentation, Impression Management and Interpersonal Behavior*, Westview Press, Oxford.
- Lee, S. W** (2005). *Encyclopedia of School Psychology*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications London: Tavistock .
- Levinson, CA ve Rodebaugh, TL.** (2011). Sosyal Görünüm Kaygı Ölçeğinin Geçerliliği: Faktör, yakınsak ve farklı geçerlilik. *Değerlendirme*, 18 (3), 350-356.
- Levy, K. N., Ellison, W. D., & Reynoso, J. S.** (2011). A historical review of narcissism and narcissistic personality. In W. K. Campbell & J. D. Miller (Eds.), *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder, Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments* (pp. 3-13). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.
- Light, H. K., Hertsgaard, D. and Martin, R. E.** (1985). Education And Income: Significant Factors In Life Satisfaction Of Farm Men and Women, *Research in Rural Education*, 3, 7-12.
- Lima, Chaeyoon, Putnam, Robert D.** (2010). "Religion, Social Networks, and Life Satisfaction", *American Sociological Review*, 75, (6), 914–933.
- Liu, Huijun, Li, Shuzhuo, Feldman, Marc W.** (2013). "Gender in Marriage and Life Satisfaction Under Gender Imbalance in China: The Role of Intergenerational Support and SES", *Social Indicators Research*, 114, (3), 915-933.
- Lundh, L. ve Sperling, M.** (2002). Social anxiety and the post-event processing of socially distressing events. *Cognitive Behaviour Therapy*, 31, 129–134.
- Mahanta, D., & Aggarwal, M.** (2013). "Effect of Perceived Social Support on Life Satisfaction of University Students", *European Academic Research*, 1, 1083-1094.
- Marquez, X. D. & McAuley, E.** (2001). Physical anxiety and self-efficacy influences on perception of physical evaluation, Social behavior and personality: *An International Journal*, 29(7), 649-660.

- Meggiolaro, S. & Ongaro, F.** (2013). "Life Satisfaction Among The Elderly in Italy in a Gender Approach", Working Paper Series, 6, 4- 23.
- Miller, J.D. ve Campbell, K.W.** (2008). "Comparing Clinical and Social-Personality Conceptualizations of Narcissism", *Journal of Personality*, 76(3):449-476.
- Miller, R. S.** (1995). On the nature of embarrassability: Shyness, social evaluation, and social skill. *Journal of Personality*, 63, 315–339.
- Millon, T.** (1981). *Disorders of personality: DSM-III: Axis 11*. New York: Wiley.
- Millon, T.** (1998). DSM narcissistic personality disorder: Historical reflections and future directions. E.F. Ronningstam (Ed.). *Disorders of narcissism: Diagnostic, clinical, and empirical implications*. Washington, DC: American Psychiatric Press, 75- 101.
- Moe, B.** (1999). *Understanding the causes of a negative body image*. The Rozen PublishingGroup, Inc/Newyork.
- Montagliani, Amy Ve Giacalone, Robert A.** (1998). "Impression Management And Cross Cultural Adaptation", *Journal Of Social Psychology*, 138(5):598-608.
- Moore, M. S.** (2014). *Social anxiety with adolescents with cystic fibrosis (Doktora tezi)*. Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No. 3642270).
- Morf, C. C., and Rhodewalt, F.** (2001) Unraveling the paradoxes of narcissism: a dynamic selfregulatory processing model, *Psychological Inquiry*, 12(4), 179.
- Moscovitch, D. A.** (2009). What is the core fear in social phobia? A new model to facilitate individualized case conceptualization and treatment. *Cognitive and Behavioral Practice*, 16(2), 123–134.
- Neagu, A.** (2015). *Body image: a theoretical framework*.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J. and Tobin, S. S.** (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134-143.
- Ohman A.** (2008). Fear and anxiety: overlaps and dissociations. In *Handbook of Emotions*, 3rd edition (Eds M Lewis, JMH Jones, LF Barrett):709-729. New York: The Guilford Press.
- Okulicz, A. K.** (2009). *Religiosity and Life Satisfaction, A Multilevel Investigation Across Nations*, Institute for Quantitative Social Science, Harvard University.
- Onyishi, E. İke, Okongwu, Obinna E., Ugwu, Fabian.** (2002). "Personality and Social Support as Predictors of Life Satisfaction of Nigerian Prisons Officers", *European Scientific Journal*, 8, 110-125.
- Ögel K ve ark.** (1999). *Genel tıpta ruhsal bozukluklar*. Roche Müstahzarları Sanayi, İstanbul, 33-42.
- Öksüz, Y.** (2012). Üniversite öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile vücut algıları arasındaki ilişkisi. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 69-77.

- Öner, N., & Le Compte, A.** (1983). Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası, 1 Baskı, İstanbul.
- Öner, N.** (1997). Türkiye'de kullanılan psikolojik testler. (3. Baskı). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi.
- Özakkaş, T.** (2014). Anksiyete Bozuklukları ve Tedavisi. Eğitim Yayınları, 14.
- Özbek, M.** (2016). Evli bireylerde yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşlarının çeşitli değişkenlerle incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özcan, H, Subaşı, B, Budak, B, Çelik, M, Gürel, Ş, Yıldız, M.** (2013). Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. Journal of Mood Disorders, 3(3), 107-113.
- Özdemir, Nihan Gümrükçü.** (2006). Sanal Topluluklarda İzlenimi Yönetme, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Halkla İlişkiler Ve Tanıtım Anabilim Dalı, Ankara.
- Özdevecioğlu, Mahmut Ve Erdem Sinem.** (2008). “İzlenim Yönetimi Davranışı: Örgütsel Açıdan Teorik Çerçeve”, (Der.), Örgütsel Davranışta Seçme Konular: Organizasyonların Karanlık Yönleri Ve Verimlilik Azaltıcı Davranışlar (Ed: Mahmut Özdevecioğlu Ve Himmet Karadal), İlke Yayınevi, Yayın No: 11, Ankara, 33-54.
- Özer, M. & Karabulut, Ö. Ö.** (2003). Yaşlılarda yaşam doyumu. Geriatri, 6(2), 72-74.
- Özgüven, İ. E.** (1994). Psikolojik testler. Ankara: PDREM.
- Özgüven, İ. E.** (2000). Evlilik ve aile terapisi. Ankara: PDREM Yayınları.
- Özmen, E.** (2006). Kendini Tanıma Rehberi. İstanbul: Sistem Yayıncılık, Kıssadan Hisseler Dizisi.
- Özsoy, E., & Ardıç, K.** (2017). Karanlık Üçlü'nün (Narsisizm, Makyavelizm ve Psikopati) İş Tatminine Etkisinin İncelenmesi. Yönetim ve Ekonomi, 391-406.
- Öztürk, O.** (1994). Nevrotik stresle ilgili somatoform bozukluklar, İstanbul: Hekimler Yayın Birliği, İstanbul.
- Öztürk, O. ve Uluşahin, A.** (2008). Ruh sağlığı ve hastalıkları. Türkiye Sinir ve Ruh Sağlığı Derneği Yayını: Ankara.
- Özusta, Ş.** (1995). Çocuklar için Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama, Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, 10(34), 32-44.
- Paulhus, D. L., ve Williams, K. M.** (2002). The Dark Triad of personality: Narcissism, Machiavellianism and psychopathy. Journal of Research in Personality, 36, 556–563. doi: 10.1016/S0092-6566(02).
- Pehlivan, Z, Ada, E, Öztaş, G.** (2017). Ev Kadınlarının Sosyal Görünüş Kaygıları ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. Spor Bilimleri Dergisi, 28 (1) , 11-23 .
- Peker, H.** (1993). Din Psikolojisi, Sönmez.Yay.: Samsun.



- Perrone-McGovern, K. M., Boo, J. N., & Vannatter, A.** (2012). Marital and life satisfaction among gifted adults. *Roeper Review*, 34(1), 46-52.
- Piccolo, F.R., T.A. Judge, K. Takahashi,, N. Watanabe ve E.A. Locke,** (2005). "Core Self-Evaluations in Japan: Relative Effects on Job Satisfaction, Life Satisfaction, and Happiness", *Journal of Organizational Behavior*, 26; 965-984.
- Pincus, A. L. ve Lukowitsky, M. R.** (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-426.
- Pişkin, M.**(2010). Özsaygı geliştirme eğitimi. İçinde, İlköğretimde rehberlik Ankara: Nobel Yayınları.
- Proctor, C., Linley, P.A. ve Maltby, J.** (2009). Youth Life Satisfaction Measures: A Review, *The Journal of Positive Psychology*, Vol.4, No.2, March, 128-144.
- Rapee, R. M., ve Heimberg, R.G.** (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35 (8), 741-756.
- 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.
- Raskin, R. ve Terry, H.** (1998). A principal-components analysis of the narcissistic personality inventory and further evidence of its construct validity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54 (5). 890-902.
- Raskin, R. ve Hall, T.** (1988). "A Principal-Component Analysis of the Narcissistic Personality Inventory and Further Evidence of its Construct Validity", *Journal of Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, pp. 151–161.
- Rech RH.** (1991). Drugs to Treated Anxiety and Related Disorders, *Human Pharmacology Molecular to Clinical*. LB Wingard, TM Brody, J Larner ve ark. (Ed), London, Wolfe Publishing Ltd, s.353-359.
- Rector, N. A., Lapos, J. M., Kitchen, K., Bourdeau, D., & Joseph-Massiah, L.** (2016). *Anxiety disorders: An information guide*. Canada: Centre for Addiction and Mental Health
- Reich, W.** (2014). *Karakter Analizi*. (Çev: Leyla Uslu). İstanbul: Cem Yayınevi.
- Ronningstam, EF.** (2005). *Narsist kişiliği tanımlama ve anlama*. Oxford Üniversitesi Yayınları.
- Rosenberg, Morris.** (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Rosenberg, M.** (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Rosenthal, D. A., Gurney, R. M., & Moore, S. M.** (1981). From trust on intimacy: A new inventory for examining Erikson's stages of psychosocial development. *Journal of Youth and Adolescence*, 10(6), 525-537.
- Rozenblatt, Shahal.** (2002). *In Defence of Self: The relationship of Self- Esteem and Narcissim to Aggressive Behavior* Long Island University, Psychology. Unpublished Doctoral Dissertation. USA.
- Sabuncuoğlu, Z., & Tüz, M.** (1998). *Örgütsel psikoloji*, (3. Baskı). Bursa: Alfa.

- Sacco, W. P., & Phares, V.** (2001). Partner appraisal and marital satisfaction: the role of self-esteem and depression. *Journal of Marriage and Family*, 63(2), 504-513.
- Safren, S. A., Heimberg, R. G., Brown, E. J., Holle, C.** (1996). Quality of Life in Social Phobia. *Depression and Anxiety*, 4(3),126–133.
- Schmidt, A.** (2019). Kernberg ve Kohut'un Narsistik Kişilik Bozukluğu Kuramlarının Karşılaştırılması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 3.
- Schmitter, C.** (2003). Life Satisfaction in Centenarians Residing in Long-Term Care.
- Schimmack, Ulrich, Oishi, Shigehiro, Furr, Michael R., Funder, David C.** (2004). "Personality and Life Satisfaction: A Facet-Level Analysis", *Pers Soc Psychol Bull*, 30, 1062-1075.
- Schyns, Peggy.** (2001). "Wealth of Nations, Individual Income and Life Satisfaction in 42 Countries: A Multilevel Approach", *Social Indicators Research*, 60, 5-40.
- Schwarz, N. ve G.L. Clore.** (1983). "Mood, Misattribution and Judgements of Well Being: Informative and Directive Functions of Affective States", *Journal of Personality and Social Psychology*, 45; 513-523.
- 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).
- Senemoğlu, N.** (2013). Gelişim, öğrenme ve öğretim. Ankara: Yargı Yayınevi.
- Senger, K.** (2017). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Turan- Sam Uluslararası Bilimsel Hakemli Dergisi*, 9(36), 751-756.
- Serin, N. G. & Özbulak, B.** (2006). Okul idarecilerinin duygusal zekâ beceri düzeyleri ile yaşam doyumunu yöneticilik deneyimleri ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Uluslararası Duygusal Zekâ ve İletişim Sempozyum Bildiri Kitabı*, ss.23-30. İzmir: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi.
- Seward, S.K.** (2007) "Are Narcissists Bad For Relationships or are Relationships Bad For Narcissists?: The Effect of Narcissism on Close Relationships", Department of Psychology St. Francis Xavier University Narcissism And Relationships, Canada.
- Shilder, Paul.**(1935). The image and appearance of the human body, *Studies in the Constructive Energies of the Psyche*.
- Sibley, Chris.** (2009). Does Income Predict Life Satisfaction? Lead Researcher for the Nzavs, Department of Psychology University of Auckland.
- Sirgy, M.J. ve A.C. Samli.** (1995). "New Dimensions in Marketing/Quality-Of-Life Research", Greenwood Publishing Group, U.S.A.
- Soylu, Y, Atik, F, Öçalan, M.** (2017). Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi (Kırıkkale İli Örneği). *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, SI (1).

- Stephan W.G. ve ark.** (1999). Anxiety in intergroup relations: a comparison of anxiety/uncertainty management theory and integrated threat theory. *Int. J. Intercultural Rel.* 23(4): 613-628.
- Stewart, K. D. & Bernhardt, P. C.** (2010). Comparing Millennials to Pre-1987 Students and with One Another. *North American Journal of Psychology*, 12(3).
- Stopa, L. ve Clark, D. M.** (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 31, 255–267.
- Strumph J, Fodor I** (1993). The treatment of test anxiety in elementary school-age children: Review and recommendations. *Child & Family Behavior Therapy*, 15, 19-42.
- Sung-Mook, H. & Giannakopoulos, E.** (1994). The Relationship of satisfaction with life to personality characteristics. *Journal of Psychology Interdisciplinary & Applied*, 128(5), 547-558.
- Svrakic D. M.** (1985 ) Emotional Features Of Narcissistic Personality Disorder. *American Journal of Psychiatry* 142:720-724.
- Şahin, M.** (2017). Davranışın Biyolojik Temelleri, Psikolojiye Giriş, Hamit Coşkun, Nilüfer Ş. Özabacı (Editörler), İstanbul: Lisans Yayıncılık.
- Şener, T., Emine; Acuner, M.A.** (2002). "Hemşirelerin İş Doyum Düzeyleri: Ankara Atatürk Göğüs Hastalıkları ve Göğüs Cerrahisi Eğitim ve Araştırma Hastanesi Örneği" *TCDD Hastaneleri Tıp Bülteni* (3), syf:85-92.
- Şimşek, Eylem.** (2011). Örgütsel İletişim ve Kişilik Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkileri, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Şimşek, E. ve Aktaş, H.** (2014). Örgütsel Sessizlik ile Kişilik ve Yaşam Doyumu Etkileşimi: Kamu Sektöründe Bir Araştırma, *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(2), 121-136.
- Tallis, F.** (2003). Kaygıları Aşmak. İstanbul: Sistem Yayıncılık
- Tarhan, S.** (1995). Lise öğrencilerinin beden imajlarından hoşnut olma düzeylerinin özsayıgıları ve akademik başarıları üzerindeki etkisi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Teachman, A. Bethany and Allen, P. Joseph.** (2007). Development of social anxiety: Social interaction predictors of implicit and explicit fear of negative evaluation, *Journal of Abnormal Child Psychology*, 35(1), 63-78.
- Tekin, Ö. A., Turan, S. N., Özmen, M., Turhan, A. A. and Kökçü, A.** (2012). "Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Örgütsel Çatışma Yönetimi Arasındaki İlişkiler: Ankara'daki Beş Yıldızlı Otel İşletmeleri Üzerine Bir Uygulama". *Journal of Yaşar University*, 27(7) 4611 – 4642.
- Telli, E. ve Ünal, Z.** (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre sosyal görünüş kaygısı: Bir alan araştırması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 134-146.

- Tiefenbach, T., Agekohlbacher, Fl.** (2013). Happiness and Life Satisfaction in Japan by Gender. German Institute for Japanese Studies (DIJ), 7 (1), 1-21.
- Toker, B.** (2012). "Life Satisfaction Among Academicians: An Empirical Study on The Universities", *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 47, 190–195.
- Tritt, S. M., Ryder, A. G., Ring, A. J., & Pincus, A. L.** (2009). Pathological narcissism and the depressive temperament. *Journal of Affective Disorders*, 5, 1-5.
- Twenge, J.M. & Campbell, S.M.** (2008). Generational differences in psychological traits and their impact on the workplace. *Journal of Managerial Psychology*, 23 (8), 862 – 87.
- Twenge, J., & Campbell, W.** (2015). *Asrın Vebası: Narsizim İletisi*, (Çev. Korkmaz, Ö). Kaknüs Yayınları, İstanbul.
- Twenge, J. M.** (2014). Generation Me-Revised and Updated: Why Today's Young Americans Are More Confident, Assertive. Entitled–and More Miserable Than Ever Before. Simon and Schuster.
- Twenge, J. M., Konrath, S., Foster, J. D., Campbell, W. K., ve Bushman, B. J.** (2008). "Further evidence of an increase in narcissism among college students", *Journal of Personality*, 76(4), 919-928.
- Uçar, T. ve Uzun, Ö.** (2008). Meme kanserli kadınlarda mastektominin beden algısı, benlik saygısı ve eş uyumu üzerine etkisinin incelenmesi, *Meme Sağlığı Dergisi*, 4(3),162-168.
- Ural Uslan, Y.** (2016). Kamu Çalışanlarının İş Doymu, Yaşam Doymu ve Tükenmişlik Düzeylerinin Bazı Sosyo-Demografik Unsurlara Göre Değerlendirilmesi, *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3354-3372.
- Uyguç, N., Arbak, Y., Duygulu, E.; ve Çıraklar, N.** (1998). "İş ve Yaşam Doymu Arasındaki İlişkinin Üç Temel Varsayım Altında İncelenmesi", *DEÜ İİBF Dergisi*, Cilt:13, Sayı:2.
- Ülsev, E.** (2014). Üniversite öğrencilerinde bilinçli farkındalık düzeyi ile stresle başa çıkma tarzının depresyon, kaygı ve stres belirtileriyle ilişkisi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Ünaldı, S.** (2005). Emniyet Örgütü Yöneticilerinin İzlenim Yönetimi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Yönetimi, Teftişi, Ekonomisi Ve Planlaması Anabilim Dalı, Ankara.
- Ünlü, S., E. Eroğlu, R. Gökdağ ve M.S. Ergüven.** (2013). "İş ve Yaşamda Motivasyon", *Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Yayını*, Eskişehir.
- Üstündağ H., Demir N., Zengin N. & Gül A.** (2007). Stomalı Hastalarda Beden İmajı ve Benlik Saygısı, *Türkiye Klinikleri, J Med Sci* 27.
- Vara, Ş.** (1999). Yoğun bakım hemşirelerinde iş doymu ve genel yaşam doymu arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. E. Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Veenhoven, R.** (1996). The study of life satisfaction. In: W. E. Saris, R. Veenhoven, A. C. Scherpenzeel, & B. Bunting (Eds), A comparative study of satisfaction with life in Europe (pp. 11- 48). Hungary: Eötvös University Press.
- Vinson, T., ve Ericson, M.** (2012). Life Satisfaction and Happiness, Jesuit Social Services.
- Yaman, C., Koşu, S., Tel, M., Teşneli, Ö., Yalvaracı, N., & Gelen, N.** (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 5(2), 1-17.
- Yaşartürk, F., Çalık, F., Kul, M., Türkmen, M., & Akyüz, H.** (2014). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan öğrencilerin sosyal fiziki kaygı durumlarının incelenmesi. International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue 1, 863-869.
- Yavuzer, H.** (2009). Evlilik Okulu Projesi (Edt H. Yavuzer) Aile İlişkileri ve Çocuk (164-171). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yazıcı, Ö.F., Caz, Ç., & Tunçkol, H.M.** (2016). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nde görev yapan personelin sosyal görünüş kaygısı. Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi, 2(2), 60-65.
- Yetim, Ü.** (1993). Life satisfaction: A study based on the organization of personal projects. Social Indicators Research, 29(3), 277-289.
- Yetim, Ü.** (2001). Toplumdan bireye mutluluk resimleri. İstanbul: Bağlam.
- Yıldırım, T., Çırak, Y. ve Konan, N.** (2011), Öğretmen adaylarında sosyal kaygı, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt:12, Sayı:1, ss.85-100.
- Yılmaz E. ve Altınok, V.** (2009). "Okul Yöneticilerinin Yalnızlık ve Yaşam Doyum Düzeylerinin İncelenmesi", Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi, S. 59, s. 451-469.
- Yılmaz, N.** (2015). Obez bireylerde benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve vücut algısı, Dokuz Eylül Üniversitesi
- Yolaç Y., A., Demirci S. E., Şanlı, E. H. ve Devrimci Özgüven, H.** (2008). Akne vulgaris hastalarında sosyal kaygı düzeyi ve bunun klinik değişkenler ile ilişkisi. Türk Psikiyatri Dergisi,19(1), 29-37.
- Yousefi, B., Hassani, Z. ve Shokri, O.** (2009). Reliability and factor validity of the 7- item social physique anxiety scale (spas-7) among university students in iran. world journal of sport sciences 2(3), 201-204.
- Yurdakul, A.** (2015). Örgütsel narsizm ile öğretmenlerin özyeterlilik algıları arasındaki ilişki. (Yüksek lisans tezi).
- Yumuşak, A.** (2013). Üniversite öğrencilerinin flört şiddetine yönelik tutumları, toplumsal cinsiyetçilik ve narsistik kişilik özellikleri arasındaki ilişki (Yüksek lisans tezi). Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Yüksel N.** (2001). Ruhsal Hastalıklar, 2. Baskı, Ankara, Çizgi Tıp Yayınevi, s.168-207.

- Zhao, R.X., H. Qu ve R. Ghiselli.** (2011). "Examining The Relationship of Work–Family Conflict to Job and Life Satisfaction: A Case of Hotel Sales Managers", *International Journal of Hospitality Management*, 30; 46-54.
- 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.
- Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., Gelder, M.** (1995). Social Phobia: The Role of in Situation Safety Behaviors in Maintaining Anxiety and Negative Beliefs. *Behavior Therapy*, 26(1), 153-161
- White, E.K.** (2008). The Role of Social Physique Anxiety and Social Appearance Anxiety in The Body Checking Behaviors of Male and Female College Students (Unpublished Master Thesis). University of Nevada, Department of Psychology.
- Wilson, W.,** (1967). "Carrelates of Avawed Happiness", *Psychological Bulletin*, 67; 294-306.
- Wink, P.** (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.
- Wonneberg, D. A.** (2007). The Nature of Narcissism and the Gaze: Narcissism, Aggression and Aging, *Substance*, 18 (1), 74-78.

## **EKLER**

### **EK-1. SOSYO-DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU**

1- Cinsiyet  
Kadın ( ) Erkek ( )

2- Yaşınız  
.....

3- Eğitim Durumu  
Okur-yazar ( ) İlkokul ( ) Ortaokul ( ) Lise ( ) Üniversite ( ) Lisansüstü ( )

4- Çalışma Durumu  
Çalışıyor ( ) Çalışmıyor ( )

5- Medeni Durum  
Bekar ( ) Flört/Nişan ( ) Evli ( ) Boşanmış ( )

6- Herhangi bir psikiyatrik rahatsızlığınız var mı?  
Evet ( ) Hayır ( )

7- Evet ise belirtiniz.  
.....

## EK-2. NARSİSİTİK KİŞİLİK ENVANTERİ

**Yönerge:** Aşağıdaki her bir tutum çifti içinden, lütfen size en uygun olanı belirtiniz.

|    |   |
|----|---|
| 1  | İnsanlar bana iltifat ettiklerinde bazen utanırım.          |
|    | İyi biri olduğumu biliyorum, çünkü herkes böyle söyler.     |
| 2  | Kalabalık içinde herkesten biri olmayı tercih ederim.       |
|    | İlgi merkezi olmayı severim.                                |
| 3  | Pek çok insandan ne daha iyi ne de daha kötüyüm.            |
|    | Özel biri olduğumu düşünüyorum.                             |
| 4  | İnsanlar üzerinde otorite kurmaktan hoşlanırım.             |
|    | Emirlere uymaktan rahatsız olmam.                           |
| 5  | İnsanları kolayca manipüle ederim.                          |
|    | İnsanları manipüle ettiğimi fark ettiğimde rahatsız olurum. |
| 6  | Layık olduğum saygıyı elde etme konusunda ısrarcıyım.       |
|    | Hak ettiğim saygıyı genellikle görürüm.                     |
| 7  | Gösterişten kaçınırım.                                      |
|    | Genellikle fırsatını bulduğumda şov yaparım.                |
| 8* | Her zaman ne yaptığımı bilirim.                             |
|    | Bazen yaptığım şeyden emin değilimdir.                      |
| 9  | Bazen iyi hikaye anlatırım.                                 |
|    | Herkes hikayelerimi dinlemekten hoşlanır.                   |
| 10 | İnsanlardan çok şey beklerim.                               |
|    | Başkaları için bir şeyler yapmaktan hoşlanırım.             |
| 11 | İlgi merkezi olmaktan hoşlanırım.                           |
|    | İlgi merkezi olmak beni rahatsız eder.                      |
| 12 | Otorite olmanın benim için pek bir anlamı yoktur.           |
|    | İnsanlar daima otoritemi kabul ediyor görünürler.           |
| 13 | Önemli bir insan olacağım.                                  |
|    | Başarılı olmayı umuyorum.                                   |
| 14 | İnsanlar söylediklerimin bazılarına inanır.                 |
|    | İnsanları istediğim her şeye inandırabilirim.               |
| 15 | Kendi kendime yeterim.                                      |
|    | Başkalarından öğrenebileceğim çok şey var.                  |
| 16 | Herkes gibi biriyim.  |
|    | Sıra dışı biriyim.  |



### EK-3. SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI ÖLÇEĞİ

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<br>Uygun Değil | Uygun Değil | Biraz Uygun | Uygun | Tamamen<br>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 zorlaştıracağından endişe duyarım.   |                    |             |             |       |                  |
| 9  | Karşıma çıkan fırsatları görünüşümden dolayı kaybetmekten kaygılanırım.                                     |                    |             |             |       |                  |
| 10 | İnsanlarla konuşurken görünüşümden dolayı gerginlik yaşarım.  |                    |             |             |       |                  |
| 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. YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

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

## **ÖZGEÇMİŞ**

### **KİŞİSEL BİLGİLER:**

**Adı Soyadı:** Melisa Tok

**Doğum yeri:** İstanbul

### **EĞİTİM DURUMU:**

**Lisans:** (2014-2018) T.C Maltepe Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi,  
Psikoloji

**Yüksek Lisans:** (2019-2021) İstanbul Gedik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,  
Klinik Psikoloji

**Yabancı Dil:** İngilizce