



T.C.

**İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı**

**BİRİCİKLİK KAYNAKLARI ÖLÇEĞİ (BKÖ): BİRİCİKLİK**  
**KAYNAKLARI ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Tezi Hazırlayan: Berk KİRİŞTAŞ**

**135101131**

**Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK**

**İstanbul, 2017**



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı

**BİRİCİKLİK KAYNAKLARI ÖLÇEĞİ (BKÖ):  
BİRİCİKLİK KAYNAKLARI ÖLÇEK GELİŞTİRME  
ÇALIŞMASI**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan: **Berk KİRİŞTAŞ**

## KABUL VE ONAY

Öğrencinin Berk KİRİŞTAŞ tarafından hazırlanan “Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ): Biriciklik Kaynakları Ölçek Geliştirme Çalışması” başlıklı bu çalışma, Savunma Sınavı tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : [Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK] (Danışman)

Üye : [Yrd. Doç. Dr. Murat ARTTIRAN]

Üye : [Yrd. Doç. Dr. Yasin AKSOY]

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

[ ]

[ ]

Enstitü Müdürü

**Not:** Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge ve şekillerin kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

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

22/03/2017

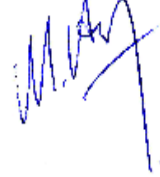
Enstitümüz Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı öğrencilerinden 135101131 numaralı **Berk KİRİŞTAŞ** "İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ) : Biriciklik Kaynakları Ölçek Geliştirme Çalışması**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun **01.03.2017** tarih ve **2017/05** sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 39. maddesi gereğince **(60)** dakika süre ile savunmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında **oyçokluğu/oybirliği** ile **Kabul/Red veya Düşülme** kararı verilmiştir..

İşbu tutanak, 3 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.

**DANIŞMAN**  
DOÇ.DR. ÖMER HARUK ŞİMŞEK



**ÜYE**  
YRD.DOÇ.DR. MURAT ARITRAN



**ÜYE**  
YRD.DOÇ. DR. YASİN AKSOY



## YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum “Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ): Biriciklik Kaynakları Ölçek Geliştirme Çalışması” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

22.03.2017

**Berk KIRIŞTAŞ**

## ONAY

Tezimin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

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

22.03.2017

**Berk KIRIŞTAŞ**

## ÖZET

### **BİRİCİKLİK KAYNAKLARI ÖLÇEĞİ (BKÖ): BİRİCİKLİK KAYNAKLARI ÖLÇEK GELİŞTİRME ÇALIŞMASI**

**Berk KİRİŞTAŞ**

**Yüksek Lisans Tezi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı**

**Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK**

**Mart, 2017 – 68 sayfa**

Gerçekleştirilen çalışmada, bireylerin kendilerini hangi alanlarda ve hangi düzeyde biricik/özgün olarak değerlendirdiklerini anlayabilmek için Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ) geliştirilmiştir.

Biriciklik üzerine gerçekleştirilen çalışmalara değinildiğinde, literatürde; Biriciklik Algısı ve Biriciklik İhtiyacı'nın araştırıldığı ve ölçekler geliştirildiği görülmektedir. Gerçekleştirilmiş çalışmalar genel anlamı ile bireylerin, kendilerini biricik olarak algılayıp algılamadıklarını; biricik olmayı, bir ihtiyaç olarak değerlendirip değerlendirmediklerini ve kişilerin biricikliklerini ne düzeyde değerlendirdikleri yönünde veri sağlamaktadır. Gerçekleştirilen çalışmalara ek olarak, geliştirilen BKÖ ile bireylerin kendilerini, hangi alanlarda ve hangi düzeylerde biricik olarak değerlendirdiklerinin, içeriğinin anlaşılabilirliği açısından da belirleyici olabileceği düşünülebilir.

Gerçekleştirilen ön çalışmada; Ölçeğin İlk Formu 24 madde iken, ilk uygulamada edinilen verilerin analizleri doğrultusunda, madde sayısı 12 olarak belirlenmiştir. Bu 12 maddenin; 7 maddesi içsel-kişisel boyutu, 5 maddesi ise dışsal- kişisel boyutu oluşturmaktadır. Bireylerin kendilerini biricik olarak değerlendirmelerini sağlayan bu iki kaynaktan; içsel- kişisel boyut, bireylerin kendileri hakkında değerlendirmelerini içerirken, dışsal-kişisel boyut ise; bireylerin kendileri hakkında, çevre faktörünün etkisini de göz önünde bulundurduğu değerlendirmelerini içerdiği düşünülebilir.

Araştırmanın ikinci uygulama aşamasında ise; random seçilen örneklem grubuna, Biriciklik Kaynakları Ölçeği ve farklı ölçekleri içeren bir ölçek bataryası uygulanmış, ölçekler arası korelasyon bulunduğu saptanmıştır. Ek olarak; elde edilen sonuçlar ile literatürde yer alan, benzer ölçek uygulamaları bulunan çalışmalara ait sonuçlar uyum göstermektedir. Son olarak; gerçekleştirilen test tekrar-test çalışmasında ise, Pearson Korelasyon katsayıları; hem içsel- kişisel ( $r = .82$ ) ve dışsal-kişisel ( $r = .76$ ) hem de toplam puanda ( $r = .83$ ) yüksek korelasyon gösterdiği belirlenmiştir.

Böylelikle; random seçilen, 478 katılımcının oluşturduğu farklı örneklem gruplarında gerçekleştirilen çeşitli uygulamalar sonucunda elde edilen verilerin analizi neticesinde, psikometrik bir ölçüm aracı elde edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Biriciklik, Biriciklik Kaynakları, İçsel- Kişisel boyut, Dışsal- Kişisel boyut



## ABSTRACT

### UNIQUENESS RESOURCES SCALE (URS): A STUDY FOR DEVELOPING AN UNIQUENESS RESOURCES SCALE

**Berk KİRİŞTAŞ**

**Master Thesis, Department of Clinical Psychology**

**Supervisor: Assoc. Prof. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK**

**March, 2017- 68 pages**

In the current study, researchers have developed a Uniqueness Resources Scale (URS) to understand in which domains and to what degree people regard themselves unique.

In the literature, there are some scales for “The personal sense of uniqueness” and “Need for uniqueness” which provide data on whether individuals perceive themselves unique or not; whether they regard uniqueness as a need; and how strongly regard themselves unique. In addition to that literature, URS will refine our knowledge on uniqueness concept by measuring its levels in different domains.

In the preliminary study, initial 24 items pool has been reduced to 12 items scale in which 7 items for internal/personal dimension and 5 items for external/personal dimension. Internal/personal dimension is about people’s personal evaluations on “uniqueness” and external/personal dimension is about their perception of others’ evaluations.

In the main study, URS and other scales of uniqueness conducted in a randomly selected sample. Results showed that URS correlated with these scales to the satisfying degree in line with the literature. Test-retest correlations for internal/personal subscale ( $r=.82$ ), for external/personal subscale ( $r=.76$ ) and for total scale ( $r=.83$ ) were yielded fairly high Pearson coefficients.

Finally, using a sample of randomly selected 478 participants, researchers have reached a new psychometric measurement tool on uniqueness.

**Keywords:** Uniqueness, Uniqueness resources, Internal/personal dimension, External/personal dimension



## ÖNSÖZ

Gerçekleştirilen ölçek geliştirme çalışmasında, tüm çalışma süreci boyunca araştırmaya destek veren değerli kişilere en içten teşekkürlerimi sunarım.

Öncelikle; her zaman olduğu gibi, bu araştırma sürecinde de verdikleri destek için aileme en içten teşekkürlerimi sunarım. Yapılan çalışmaya dair henüz bir fikir geliştirmemişken gerçekleştirdiğimiz diyaloglarımızda, çalışmaya yönelik motivasyonel söylemleri için Prof.Dr. Duran ÇAKMAK' a teşekkürlerimi sunarım.

Tarafımda gerçekleştirilen ilk çalışma olması, örneklemin ve kapsamının genişliği bir zorluk oluştursa da aynı zamanda eğitici ve öğreticiydi. Tüm araştırma süreci boyunca; fikir geliştirme aşamasından, araştırmacının tamamlanma aşamasına kadar sahip olduğu akademik bilgisini aktarmasıyla, çalışmanın daha güçlü ve sağlıklı ilerlemesi için yaptığı eleştirileriyle, ayrıca tüm bölümleri inceleyerek verdiği değerli geri bildirimleriyle çalışmaya yaptığı katkıları için, İstanbul Arel Üniversitesi Psikoloji bölüm başkanı olan ve Tez danışmanlığımı yapan Doç.Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK'e en içten saygı ve teşekkürlerimi sunarım, kendisine sadece çalışmaya verdiği büyük destek için değil; hem zorlu çalışma sürecinin keyifli bir sürece dönüştürülmesi noktasında, hem de elde edilen dataların nasıl zevkli bir şekilde inceleneceği ve işleneceği noktasında, esin kaynağı olduğu için de teşekkürlerimi sunarım. Yine çalışmaya verdikleri destek için; İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nün değerli çalışanlarına, ayrıca; Ege Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi ve Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi ile Güzel Sanatlar Fakültesi'ndeki değerli doktor ve akademisyenlere teşekkürlerimi sunarım.

Gerçekleştirilen araştırmacının gelişimine, makale ve kitapları ile ışık tutan ve yol gösteren, alan yazına değerli katkılarda bulunan, araştırmacı ve bilim insanlarına teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca; çalışmaya katılım göstererek, değerli vakitlerini ayıran tüm bireylere de teşekkürlerimi sunarım.

İSTANBUL, 2017

Berk KİRİŞTAŞ

## İÇİNDEKİLER

	Sayfa
ÖZET-----	III
ABSTRACT-----	V
ÖNSÖZ-----	VII
KISALTMALAR LİSTESİ-----	XI
TABLolar LİSTESİ-----	XII
ŞEKİLLER LİSTESİ-----	XIII
EKLER LİSTESİ-----	XIV

### 1. BÖLÜM

#### GİRİŞ

1.1. Biriciklik Kavramı-----	1
1.2. İnsancıl Yaklaşımlar Çerçevesinde Biriciklik Kavramı-----	2
1.3. Biriciklik Kavramının Öz-değerlilik ( Self-esteem) Kavramı ve Özerk Benlik Yönetimi Kuramı ( Self Determination Theory- SDT) Çerçevesinde Yordanması-----	10
1.4. Biriciklik Algısı ve Biriciklik İhtiyacı-----	14
1.5. Biriciklik Kaynakları Kavramsal Yapısı-----	16

### 2. BÖLÜM

#### ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

2.1. Araştırma Modeli-----	22
2.2. Örnekleme Özellikleri-----	22
2.3. Ön Çalışma-----	23

2.4. Birinci Uygulama-----	23
2.4.1. Örneklem Özellikleri-----	23
2.4.2. Veri Edinme Araçları-----	24
2.4.3. Demografik Bilgi Formu-----	24
2.4.4. Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu-----	24
2.5. İkinci Uygulama-----	24
2.5.1. Örneklem Özellikleri-----	25
2.5.2. Veri Edinme Araçları-----	25
2.5.3. Demografik Bilgi Formu-----	25
2.5.4. Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ)-----	25
2.5.5. NfU Ölçeği ( Need for uniqueness)-----	26
2.5.6. SoU Ölçeği ( The personal sense of uniqueness)-----	26
2.5.7. Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu ( Trait Emotional Questionnaire- Short Form)-----	26
2.5.8. Beş Faktör Kişilik Envanteri-----	27
2.5.9. Otantiklik Ölçeği ( Authenticity Scale)-----	27
2.6. Üçüncü Uygulama-----	27
2.6.1. Örneklem Özellikleri-----	28
2.6.2. Veri Edinme Araçları-----	28

### 3. BÖLÜM BULGULAR

3.1. Birinci Uygulama-----	29
3.1.1. Birinci Uygulama Örnekleminin Demografik Özellikleri-----	29
3.1.2. Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları-----	31

3.2. İkinci Uygulama-----	32
3.2.1. İkinci Uygulama Örnekleminin Demografik Özellikleri-----	32
3.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları-----	33
3.2.3. Ölçme Modeline İlişkin Parametre Değerleri-----	36
3.2.4. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri-----	36
3.2.5. Yapı Geçerliliği Uygulaması-----	37
3.3. Üçüncü Uygulama ( Test Tekrar- Test)-----	39
3.3.1. Üçüncü Uygulama Örnekleminin Demografik Özellikleri-----	39
3.3.2. Test Tekrar- Test Korelasyonlarının İncelenmesi-----	40
<b>4. BÖLÜM</b>	
<b>TARTIŞMA VE SONUÇ</b>	
4.1. Biriciklik Kaynakları İle NfU ve SoU Arasındaki İlişki-----	42
4.2. Biriciklik Kaynakları İle Duygusal Zeka ( Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu) Arasındaki İlişki-----	43
4.3. Biriciklik Kaynakları İle Kişilik ( Beş Faktör Kişilik Envanteri) Arasındaki İlişki-----	44
4.4. Biriciklik Kaynakları İle Otantiklik ( Otnatiklik Ölçeği) Arasındaki İlişki-----	46
4.5. Çalışmanın Sonucu-----	47
4.6. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Öneriler-----	47
<b>KAYNAKÇA</b> -----	50
<b>EKLER</b> -----	54
<b>ÖZGEÇMİŞ</b> -----	60

## KISALTMALAR LİSTESİ

**BFKE** : Beş Faktör Kişilik Envanteri

**BKÖ** : Biriciklik Kaynakları Ölçeği

**DZÖ-KF** : Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu ( Trait Emotional Questionnaire- Short Form)

**NfU** : Biriciklik İhtiyacı- Ölçeği ( Need for uniqueness)

**SoU** : Biriciklik Algısı- Ölçeği ( The personal sense of uniqueness)



## TABLÖLAR LİSTESİ

<b>Tablo 3.1.</b>	Birinci uygulama örnekleme; Yaş Dağılımları-----	29
<b>Tablo 3.2.</b>	Birinci uygulama örnekleme; Cinsiyet Dağılımları-----	30
<b>Tablo 3.3.</b>	Birinci uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları-----	30
<b>Tablo 3.4.</b>	Açımlayıcı Faktör Analizi Sonuçları-----	31
<b>Tablo 3.5.</b>	İkinci uygulama örnekleme; Yaş Dağılımları-----	32
<b>Tablo 3.6.</b>	İkinci uygulama örnekleme; Cinsiyet Dağılımları-----	32
<b>Tablo 3.7.</b>	İkinci uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları-----	33
<b>Tablo 3.8.</b>	Ölçme Modeline İlişkin Faktör Yükleri ve T-Değerleri-----	36
<b>Tablo 3.9.</b>	Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri-----	37
<b>Tablo 3.10.</b>	İlişkili Değişkenler İle Korelasyonlar-----	38
<b>Tablo 3.11.</b>	Üçüncü uygulama örnekleme; Yaş Dağılımları-----	39
<b>Tablo 3.12.</b>	Üçüncü uygulama örnekleme; Cinsiyet Dağılımları-----	39
<b>Tablo 3.13.</b>	Üçüncü uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları-----	40



## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 3.1. Doğrulayıcı Faktör Analizi Standardize Parametre Değerleri--34
- Şekil 3.2. T- Değerleri-----35



## EKLER LİSTESİ

<b>Ek-1.</b>	Demografik Bilgi Formu-----	54
<b>Ek-2.</b>	Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu-----	54
<b>Ek-3.</b>	Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ)-----	55
<b>Ek-4.</b>	Nfu (Need for uniqueness) Ölçeği-----	55
<b>Ek-5.</b>	SoU (The personal sense of uniqueness) Ölçeği-----	56
<b>Ek-6.</b>	Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu (Trait Emotional Intelligence Questionnaire- Short Form)-----	56
<b>Ek-7.</b>	Beş Faktör Kişilik Envanteri-----	57
<b>Ek-8.</b>	Otantiklik Ölçeği (Authenticity Scale)-----	58
<b>Ek-9.</b>	Tüm Değişkenler Arası Korelasyonlar (Tablo 3.10.'a ek olarak)---	59

## 1. BÖLÜM

### GİRİŞ

#### 1.1. Biriciklik Kavramı

Abraham Maslow ve Carl Rogers, hümanistik psikolojinin önde gelen isimlerindendir ve kişisel yaşantıların biricikliği (uniqueness) konusunu ele almaktadırlar. Maslow, kişilerin en yüksek dereceli insani bir ihtiyaç olan ‘‘kendini gerçekleştirme ihtiyacı’’ ile tüm yetenek ve niteliklerini aktif olarak kullanmayı, potansiyelini bütün yönleriyle geliştirmeyi amaçladıklarını vurgulamaktadır (Gürpınar, 2002).

Danışan-merkezli terapi yaklaşımıyla ün yapmış olan Rogers’a göre ise kişilik, yaşantı boyunca bizim yaşantıyı algılama tarzımıza göre şekillenir ve insan, kendi düşünce ve davranışlarını istenmeyenden istenene doğru, bilinçli ve makul bir şekilde değiştirebilir. Maslow’a benzer bir şekilde Rogers da insanda kendini gerçekleştirmeye yönelik isteğin doğuştan geldiğini; ancak bunun çocukluk yaşantıları veya öğrenme yoluyla desteklendiğini veya engellendiğini belirtmektedir (Rogers, 1961). Rogers’a göre, kendini gerçekleştirmenin belirlenmiş son durağı olmadığı için, psikolojik sağlık halinin en üst düzeyinde bulunan insan, kendini gerçekleştirmiş değil de, gerçekleştirmekte olan insandır (On Becoming Person). Bu düzeydeki bireyler, spontan ve esnek olabilme, gelişmeye devam etme, açıklık gibi özelliklere sahiptir.

Biriciklik, kişisel kimliğin en önemli öğelerindendir ve bireylerin kişisel olarak benliklerini ne kadar kendine özgü algıladıklarını ifade eder (Şimşek & Yalınçetin, 2010). Yazarlara göre, biriciklik kavramı kişinin kendisinin diğerleriyle kıyaslandığında farklı özelliklerinin olduğunu bilmesidir. Ayrıca, biriciklik kavramının umut, dayanıklılık, kendine güven ve mutluluk gibi zihinsel sağlığın olumlu bileşenleri ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Şimşek&Yalınçetin 2010).

Bunun yanı sıra Rogers (1961, 1995), danışanın dünyayı bireysel ve biricik olarak algılayışının terapötik etkisini vurgular. Ona göre biriciklik,

paylaşılan sevgi ve bakım verenlerin verdiği ilgi yolu ile gelişir ve kendini gerçekleştirmeyi etkiler. Frankl (1959) da benzer şekilde biriciklik kavramının, yaşamın anlamını bulmak ve mutluluk için temel bir gereklilik olduğunu savunmaktadır.

Carl Rogers ve Abraham Maslow da biriciklik kavramının kendini gerçekleştirme ve zihinsel sağlık üzerindeki önemini vurgulamaktadır. Rogers'a göre (1961), kişinin kendini biricik olarak algılaması kişinin kararlarında ve seçimlerinde sorumluluk alması açısından oldukça önemlidir. Ona göre, bireyin kendini gerçekleştirmesi kendini biricik olarak algılamadığı sürece neredeyse imkansızdır. Benzer şekilde Maslow (1954), büyümek ve kişisel iyi oluş açısından pozitif insan çabalarının biricikliğe dayandığını belirtmektedir. Snyder ve Fromkin (1980)de, biricik hissetmenin kişinin kendini toplumdaki diğer bireylerden farklı hissetmesine bağlı olduğunu savunmaktadır.

Bunlara ek olarak; biriciklik kavramının, tutarlı öz değer ile ilişkili olduğu belirtilmektedir. Örneğin; Ryan ve Brown (2003), biriciklik hissi fazla olan kişilerin başkalarının standartlarına göre kendi güvenlerini belirlemedikleri, buna karşın kendi değerlerine ilişkin kendi temellerinin olduğunu belirtmektedirler.

## **1.2. İnsancıl Yaklaşımlar Çerçevesinde Biriciklik Kavramı**

Bilimin birikimli olarak ilerlediğinden hareket ile bu süreçte farklı yaklaşımların birbirini etkilediğinden, yaklaşım ve kuramların kimi yönleri ve kavramlarının aksi iddia edilir iken bazı yönleri ve kavramları ise farklı perspektifler ve kullanım alanları ile yeni yaklaşımların gelişimlerine katkı sağladığı düşünülebilir. Bu duruma ek olarak bir zeitgeist'dan da bahsetmek mümkün olabilir.

Literatürde gerçekleştirilen araştırmaları derleyen Hyman (1964, s.47) zeitgeist'i "zamanın hakim düşünce iklimi" olarak aktarmakta ve zeitgeist'in hem iyi hem fena hem de iyi ve fena olarak etkileri üzerinde durmuştur, Hyman'a göre Kuhn ve diğerleri; zeitgeist'in etkisinin gerçekte bilimsek gelişmenin olması için zoraki bir koşul olabileceği görüşünde olduklarını aktarmaktadır.

Genel olarak bazı kavramların doğuşunun, yeni kavramların türetmesinden ve farklı noktalarda bu kavramlara kullanım alanı açmasından söz edilebilir. Buradan hareketle biriciklik kavramına ve biriciklik kavramının içeriğini oluşturduğu düşünölebilecek olan içsel-dışsal faktörleri ile alt unsurlarına değinmek için ilk olarak İnsancıl Yaklaşımına bakmak mümkündür.

Burger'e (2006, s.417) göre; İnsancıl psikolojinin temelde iki kaynaktan beslendiği vurgulanmaktadır; Avrupa kökenli varoluş felsefesi ve Rogers ve Maslow gibi Amerikalı psikologların eserleri. Varoluş felsefesi insancıl yaklaşımın odak noktasını oluşturmuş olan pek çok soruyla ilgilenmektedir; varlığın anlamı, özgür irade, insanın biricikliği şeklinde örneklendirmek de mümkündür. Buradan yola çıkarak, Rogers ve Maslow'un aktardığı kavramlar ve bilgiler ışığında bireylerin kendilerini biricik olarak değerlendirdiği alanların; bireylerin kendilerini gerçekleştirme ve potansiyellerini tam kullanmaları noktasında pozitif etkisinin bulunduğu düşünölebilir. Dolayısıyla, öncelikle kendini gerçekleştirme ve potansiyelini tam kullanma kavramlarına değinmek yerinde olacaktır.

Alanda yapılan çalışmalarını derleyen Daş'a göre (2009, s.21) ,kendini gerçekleştirme kavramını ilk olarak 1930'ların sonuna doğru Kurt Goldstein tarafından kullanılır olmuştur ve bu kavramın ortaya çıkışında savaşta yaralanan beyin hasarlı insanların hayatlarını sürdürmek ve daha iyi duruma getirebilmek için gösterilen çabanın, Kurt Goldstein tarafından gözlemlenilmesi etkili olmuştur. Ek olarak; Kurt Goldstein'a ait çalışmalarını ve kendi çalışmalarını göz önünde tutarak Rogers, var olan organizmanın özgünlüğünü sağlama, devam ettirme ve geliştirme içinde bulunduğundan ve

bunun bir süreci ifade ettiğinden söz etmiştir. Kendini gerçekleştirme sürecindeki insanın da, birey olarak özgün potansiyelini gerçekleştirmeye çalışması olarak görmüştür. Benzer şekilde, Corsini ve Wedding'e göre (2012, s.233) Rogers, kendini gerçekleştirme isteğini organizmaların, yıldızların birbirine uyumu ve bağlılığı gibi, insanların da birbiri ile uyumunu daha büyüyen ve ilerleyerek düzen alan bir sistem gibi gözlenebilen- şekillendirici bir istemin bölümü olarak açıklamıştır.

Ayrıca Rogers'ın potansiyelini tam kullanan kişi tanımına değinmek de yerinde olacaktır. Burger'e göre (2006,s.424) Rogers, potansiyelini tam kullanmayı tanımlarken; "İyi bir yaşam" şeklinde tanımlamıştır, benzer şekilde kişilerin potansiyellerini tam olarak kullanması "bir durum değil, bir süreçtir. Bir varış noktası değil bir yöndür" şeklinde belirtmiştir. Buradan hareket ile kişilerin potansiyellerini tam kullanan bireyler olma sürecinde ilerler iken kendilerini biricik olarak tanımladıkları özelliklerinden pozitif bir ivme kazandıkları düşünülebilir. Ayrıca bu noktada öncelikle Peter Schmid'in danışan merkezli terapiye bakışını, ardından ise potansiyelini tam kullanma ve biriciklik noktasındaki bakışını incelemek faydalı olacaktır.

Corsini ve Wedding'e göre (2012, s.233) Schmid danışan merkezli yaklaşımı diğer yaklaşımlardan ayıran ana unsuru "bir kişi olarak insan" şeklinde ifade eder. Bir kişi olarak insanı ise, potansiyellerini geliştiren ve hayatını özgün olarak sürdüren insan olarak düşünmek mümkündür. Bireyler dengelerini kurarken kendi gereksinimlerini, değerlerini, kişiselliğini ve özgünlüğünü fark ederek kurabiliyorlarsa ve aynı zamanda çevreleri ile uyum içinde olarak onların da gereksinimlerini görerek karşılaşılan durumları bir uyum içerisinde aşabiliyorlarsa, özgünlerdir. Kendini gerçekleştirme, dayanışma ile birbirini tamamlar. Rogers potansiyelini tam kullanan kişi kavramını bu şekilde ifade etmiştir. Bireyin özgün olabilmesi için sağlıklı ve iyi olması şart değildir. Sağlık problemleri olan bir bireylerde yüksek derecede özgün olabilir. Bireyler bu noktada korku, acı, üzüntü, mücadele... gibi durumlarla karşılaşırsa dahi özgün olabilirler. Bu durum, her bir bireyin özgünlük konusunda diğer bireylerden farklı olduğunu gösterir. Bu bağlamda

düşünüldüğünde kişiler kendilerini biricik olarak tanımladıklarında, aslında bir anlamda diğer bireyden farklı olarak farklı biriciklik unsurlarından bahsediyor olabilecekleri düşünülebilir. Potansiyelini tam kullanma yolunda olan her birey, birbirlerinde farklı unsurları temel alarak kendilerini biricik bulabilecekleri olasıdır.

İnsancıl yaklaşım ve kendini gerçekleştirme kavramlarına değinildiğinde Maslow'dan da bahsetmek yerinde olacaktır. Maslow'da kendini gerçekleştirme kavramını, Rogers'ın potansiyelini tam kullanma kavramında olduğu gibi bir süreç olarak ele alır. Literatürde yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde Schultz ve Schultz'e göre (2007, s.673) kendini gerçekleştirme ise Maslow'un geliştirdiği gereksinimler hiyerarşisinde en üst basamağı temsil etmektedir. Gereksinimler hiyerarşisini ise sırasıyla; fizyolojik gereksinimler, güvenlik gereksinimi, ait olma ve sevgi gereksinimleri, saygı gereksinimi ve en üst basamak olan kendini gerçekleştirme gereksinimi oluşturmaktadır. Buradan hareket ile biriciklik kavramı ve gereksinimler hiyerarşisi birlikte değerlendirildiğinde, her basamak için biricikliğe ait bir faktörden bahsedebilmek olası görülebilmektedir.

Yaklaşımlar üzerinde düşünmeye devam ederken varoluşçuluğa da değinmek yararlı olacaktır. Bu noktada ilk olarak Yalom'un Varoluşçu Psikoterapi eserine; bu eserin, ölüm ve psikopatoloji kısmına değinmek faydalı olacaktır. Yalom bu noktada özel olmak kavramına değinmiştir; fakat özel olma kavramını ölüm karşısında bir savunma olarak irdelemiştir. *"Hiç kimse özel oluşumuza dair son derece mantıksız inancımızı Tolstoy'dan daha güçlü ve dokunaklı bir şekilde tarif etmemiştir. Tolstoy, İvan İlyich'in ağzından şunları söylemektedir:*

*... Kiezwetter'in Mantık'ından öğrendiği uslamlama: " Caius bir insandır, insanlar ölümlüdür, o halde Caius'da ölümlüdür," Caius'a uygulandığında hep doğru gibi görünüyordu. Caius'un – genel bir adam- ölümlü olması tamamen doğrudu, ama o Caius değildi, genel bir insan değildi o, diğerlerinden oldukça, oldukça ayrı bir yaratık. O bir zamanlar küçük Vanya olmuştu, annesi, babası, Mitya ve Volodya ile, oyuncakları, arabacısı ve dadısı*

ve daha sonra da Katenka'yla, çocukluğun, delikanlılığın ve gençliğin bütün o neşeleri, üzüntüleri ve keyfini yaşamıştı. Caius, Vanya'nın çok sevdiği çizgili deri topun kokusu hakkında ne bilirdi ki? Caius annesinin elini öyle öpmüş müydü hiç, elbisesinin ipeği onun için de böyle hışırdamış mıydı? Okuldaki pasta kötü olunca o da kendisi gibi isyan çıkarmış mıydı? Caius öyle aşık olmuş muydu? Caius kendisi gibi otumlara başkanlık etmiş miydi? "Caius gerçekten ölümlüydü ve onun ölmesi doğrudu; ama benim, bütün o düşüncelerim ve duygularım küçük Vanya'nın, İvan İlyich'in ölümü, tamamen farklı bir konu. Ben ölemem. Bu çok korkunç olurdu." (L. Tolstoy, *The Death of Ivan İlych and Other Stories*, s. 131-32) Yalom; varoluşun temel sınırlarında kişinin ölüm karşısında diğerlerinden farklı olunmadığına değinmektedir (Akt: Yalom, 2001, s.196). Buradan hareketle elbette ölüm karşısında kimsenin farklı olmadığını görebiliriz ancak; insan ölümden önce yaşamaz mı? Bu nokta da farklı alanlarda özel olmaz ya da farklı alanlarda biricik olduğunu düşünmez mi sorusunu akla getirebilir.

Yalom'un Tolstoy'dan aktardığı metni incelerken; biriciklik kavramı noktasında yetenekler, başarılar gibi alanların bulunduğu da düşünülebilir. Bununla birlikte Yalom yazısına göz doktoru ile olan muayenesi ile devam ederken şu satırları kaleme almıştır; *Doktorum beni muayene edip yaşamı sordu. "Kırksekiz," diye cevap verince, "Ya, tam zamanı," dedi. İçimde derinliklerde bir yerlerde bir düşünce belirdi ve tısladı: "Ne zamanı? Kim tam zamanında? Sen veya bir başkası için bir program söz konusu olabilir, ama benim için kesinlikle yok"* (Yalom, 2001, s.196). Buradan hareketle yazarın biricikliğine ve otantikliğine ya da diğer insanlar ile kendini kıyasladığındaki özgünlüğüne ve ayrı bir birey oluşuna, dışarıdan müdahale edildiği, sıradanlaştırıldığı; yazarın bu durum karşısında duyduğu rahatsızlığı aktardığı düşünülebilir. Buradan hareket ile varoluşçuluk çerçevesinde, biriciklik ile ilişkili olduğu düşünülebilecek olan otantiklik kavramına da değinmek yerinde olacaktır.

Bu noktada; otantik ve otantik olmayan olmak üzere iki unsurdan da söz edilebilir. Otantik unsurda birey; kendisi olarak istediğini gerçekleştirebilir



iken otantik olmayan unsurda ise birey; çevresel faktörlerin etkisi ve sorumluluk almak istemediği için, kendi isteklerini gerçekleştirmez. Corsini ve Wedding'e göre (2012, s.473) Schrag otantikliğin karşısında otantik olmamayı aktarırken; *kendiliğin teslim olması hakkında şu açıklamayı yapar: 'Anonim kişi', yaşamın onaylanmış alışkanlıklar ve mevcut gelenekler alanında ilerleyerek (...) sahte bir emniyet duygusuna teslim olur. Bu gündeliklikte (...) ortalama olan, varoluşun ölçüsü haline gelir. Otantik olmamada (...) eşsiz benzersiz ihtimallerden kaçma, (...) kişisel özgürlüğün kamunun iradesine (...) ve rastgele tercihlere kurban edilmesi vardır.* Buradan hareketle; biriciklik ile otantik olan kişi arasında bir pozitif korelasyondan söz edilebilir. Çünkü biricik kavramına ait (olası içsel) unsurlara sahip olan kişinin kendi isteklerini gerçekleştirdiği, duygularını paylaşabildiği, içinde bulunduğu fırsatları değerlendirdiği düşünülebilir.

Ayrıca varoluşçuluktaki başka bir görüşe göre; kişi potansiyellerini kullanabilmeli ve kendi gibi olabilmelidir ki burada da bir otantik yaşamdan bahsetmek mümkündür. Daş'a göre (2009, s.11) Clarkson ve Mackewn otantik yaşam ve varoluşçuluğu bağdaştırırken; Varoluşçu yaklaşımda bireyin gereksinim duyduğu ana nokta, kendisini olduğu gibi kabul etmek ve bu doğrultuda karşısına çıkan durumları ve hayatı otantik bir şekilde karşılayabilmektir, şeklinde belirtmektedir.

Varoluşçuluğun ardından ise Gestalt terapisinin incelenmesi de faydalı olacaktır çünkü bu yaklaşım içerisinde de biriciklik kavramı ile bağlantısı olabileceği düşünülebilecek; kendini gerçekleştirme, bireyin fenomenolojisi, otantik olmak gibi benzer kavramlardan bahseder. Corsini ve Wedding'e göre (2012, s.512);Gestalt yaklaşımı bir yönüyle Laura Perls'ün sağladıklarıyla varoluşçulukla benzer temele oturabilecek iken bir yönüyle de insancıl yaklaşımla benzer temele oturduğu söylenebilir. Gestalt terapi ile danışan merkezli terapi, felsefesi ve danışana yaklaşımı alanlarında benzerlikleri barındırmaktadır. İki yaklaşımda da kişinin gelişimine, potansiyeline inanılır ve olgunlaşmanın, terapiyi gerçekleştiren kişi ile kurulacak olan otantik ilişki çerçevesinde ilerleyeceğine değinir. Her ikisi de, danışanın öznel farkındalığını

geliştirmeye çalışan ve fenomenolojik yaklaşımlardır şeklinde belirtilmektedir. Burada ilk olarak, bireyin fenomenolojisinden bahsetmek yerinde olacaktır.

Literatürde yapılan çalışmalar gözden geçirildiğinde; Daş'a göre(2009, s.12-38-39) Estrup, genel anlamı ile fenomenoloji; bireyin, kendisini ve çevresini kendine göre (özgün olarak) algılama ve anlama biçimidir şeklinde ifade edilmektedir ki burada danışanın neye sevindiğini, neye üzüldüğünü, herhangi kavramı kullanırken neyi anlatmaya çalıştığını terapistin hemen anlamak yerine danışana neyi anlatmak istediğini açıklamasını sağlamalı ve danışanın öznel dünyasını anlamaya çalışmasının vurgulandığı düşünülebilir; terapi açısından fenomenoloji kavramına değinildiğinde ise Joyce ve Sills, terapiye terapistin de dahil olabilmesi için sadece kendi bakış açısından bakmak yerine, danışanın bakış açısından ve danışanla kurulan ilişki açısından bakabilmesi gerekmektedir şeklinde ifade edilmekte ve ek olarak Yontef'e göreyse, terapistin terapiye dahil olmasının temel önceliği; danışanın olduğu gibi kabul ederek, danışanın fenomenolojik alanına saygıyla girmesi şeklinde ifade edilmiştir. Buradan hareket ile kişilerin olayları ve kavramları kendi fenomenolojik algısının dahilinde değerlendirdiği varsayılabilir ki bireylerin kendilerini biricik gördükleri alanlarında çeşitli olması bir noktada fenomenoloji kavramıyla ilişkili olabileceğini akla getirebilir.

Bireyin fenomenolojisinden bahsettikten sonra; İnsancıl Yaklaşım ve Varoluşçulukta da vurgulanan otantiklik kavramına bir de Gestalt perspektifinden değinmek yararlı olacaktır. Daş'a göre (2009, s.38) Joyce ve Sills, Gestalt yaklaşımı da otantik olmaya vurgu yapmaktadır. Terapist süreçte kendisini olduğu gibi ortaya koyduğunda danışan ile otantik bir ilişki halindedir, otantik ilişki halinin zıttı ise stratejik ilişkidir. Bu bağlamda kendisini biriciklik olarak gören ve otantiklik sahibi bireylerin; hem kendiliklerinin farkındalığına sahip olduklarından hem de yapaylıktan uzak olduklarından, yüksek yaşam doyumuna sahip bireyler oldukları düşünülebilir.

Otantiklik kavramının ardından ise, yine yaklaşımları bağdaştırmak adına bireylerin gereksinimlerine de değinilmesi faydalı olacaktır. İnsancıl

yaklaşımında olduğu gibi Gestalt yaklaşımında da ihtiyaçlar vardır ancak; İnsancıl yaklaşımda Maslow'un gereksinimler hiyerarşisi şeklinde basamaklı bir sistem yapısı yerine, Gestalt yaklaşımında bir döngüden bahsedilir. Alanda yapılan çalışmaları derleyen Daş'a göre (2009, s.67) ise Serok, Gestalt yaklaşımında hayatın temelini gereksinimler, amacını ise gereksinimleri gidermektir şeklinde belirtirken, Mackewn ise, insanlar dünyaya gereksinimlerini fark edebilme ve gereksinimlerini giderebilmek için gereken kişisel ve çevresel düzenlemeleri gerçekleştirebilme yetisi ile gelirler şeklinde açıklamaktadır. Bu noktada farkındalık kavramına da değinmek yerinde olacaktır.

Daş (2009, s.49) literatürde yapılan çalışmaları gözden geçirdiğinde; Perls ve arkadaşlarına göre farkında olma " bireyin kendi algısal alanı ile temas halinde olması" biçiminde ifade ifade edilmekte iken,, Clarkson ve Mackewn'e göre farkında olma, " kişinin kendi duyum, duygu, düşünce ve davranışlarıyla, yani kendi varlığıyla ve çevresiyle temas içinde olması" şeklinde ifade edilmektedir. Buradan hareketle; biriciklik kavramını, olası içsel ve dışsal faktörler çerçevesinde değerlendirmenin de, aslında farkındalığın da ifade ettiği biçimde, bireyin hem kendi varlığı hem de çevreyle teması noktasında benzerlik gösterdiği düşünülebilir.

Son olarak Gestalt yaklaşımı açısından bireyin farkındalığı kavramı tekrar incelendiğinde; Daş'a göre (2009, s.49) Zinker, farkında olmak kavramını; kişinin yaşadığının, kim ve nasıl biri olduğunun göstergesidir şeklinde belirtirken, Yontef ise farkındalık bir yaşam biçimidir şeklinde ifade etmiştir. Bu bağlamda, bireyin sahip olduğu farkındalık ile kendini biricik gördüğü alanları da keşfetmesi olasıdır.

İncelenen yaklaşımlara bakıldığında; birbirlerinden farklı olmakla beraber, yaklaşımların benzer noktalarının da olduğu düşünülebilir. Biriciklik kavramı açısından bakıldığında ise farklı yaklaşımlara ait olmakla beraber biricikliğin; potansiyeli tam kullanma, ihtiyaç, kendini gerçekleştirme, bireyin fenomenolojisi, farkındalık, otantiklik gibi birçok kavramla ilişkili olabileceği düşünülebilir.

### **1.3. Biriciklik Kavramının Öz-değerlilik (Self-esteem) Kavramı ve Özerk Benlik Yönetimi Kuramı-ÖBYK (Self Determination Theory- SDT) Çerçevesinde Yordanması**

Schultz ve Schultz'a göre (2007, s.672-680)Rogers, bireyi motive edici en önemli gücün kendini gerçekleştirme dürtüsü olduğundan bahsederken, Maslow ise tüm insanlarda doğuştan gelen kendini gerçekleştirmeye yönelik bir eğiliminin olduğundan bahsetmiştir. Buradan hareketle kendini gerçekleştirmenin, her birey için geçerliliği olan bir süreç olduğu düşünülebilir. Dolayısıyla bu noktada kişinin; biricikliğin, farkındalığının, fenomenolojisinin yanı sıra benliğinin ve öz-değerliliğinin bu süreç içerisinde rol oynadığını düşünmek mümkündür. İlk olarak benlik kavramına değinilecek olursa; Dilmaç ve Ekşi' ye göre (2008) Rogers, benliği; bireyin kendine ilişkin farkında olduğu algılamaların örgütlenmiş bir biçimi şeklinde ifade etmektedir.

Alanda yapılan çalışmaları derleyen Koole ve Kuhl'a göre (2003); Günümüz post-modern toplumunda da insanlar kendilerine "gerçek ben kim", "duygularımı fark ederek onlara dokunabiliyor muyum?", "yaşamım için gerçekten neler önemli" gibi birçok benzer soruları kendilerine yöneltmekte ve bu sorulara yanıt aramaktadırlar. Dolayısıyla, bireylerin kendilerine, hem gerçek benliklerini hem de benlik saygılarını nelerin oluşturduğunu anlama (algılama ve anlamlandırma) yönünde sorular yönelttikleri düşünülebilir. Buradan hareket ile benlik kavramının ardından ise kişilerin potansiyellerini tam kullanma ve kendini gerçekleştirme süreçlerinde etkinliği olabileceği düşünülebilecek olan benlik saygısına ( öz-değerliliğine) değinmek yerinde olacaktır.

Dilmaç ve Ekşi (2008) literatürde yapılan çalışmaları gözden geçirildiğinde, alan yazınlarında benlik saygısının; “self-esteem”, “self-respect”, “self-confidence” gibi terimlerle ifade edilebilmektedir. Self’in Türkçe karşılığı için, kendilik, benlik, sözcükleri önerilmektedir.

Öz- değerlilik (kendilik saygısı- benlik saygısı) için birçok araştırmacı tarafından birçok açıklama getirilmiştir. Dilmaç ve Ekşi’ye göre (2008); Rosenberg, kişinin kendisine karşı pozitif ya da negatif tutumu olarak tanımlarken; Coopersmith, kişinin kendi saygınlığı ile gerçekleştirdiği bir değerlendirme olarak tanımlamış; kişinin kendi yeterlilik, önem, başarı ve değerlerine ilişkin inancının, kendini onaylama ya da onaylamama tutumunun bir ifadesi biçiminde ortaya koymuştur. Buradan hareketle, kendini biricik olarak değerlendirmekte olan bireylerin öz-değerlilik sahibi kişiler olacakları düşünülebilir. Benzer şekilde biricikliği ile kendini gerçekleştirme eğiliminde olan bireylerin öz-değerliliklerini yüksek olarak nitelendirecekleri olası bulunmaktadır. Gerçekleştirilen çalışmalara bakıldığında ise; Dilmaç ve Ekşi’ye göre (2008); Jones, kendilik saygısı düşük kişilerin, sosyal etkileşimlerinin kendilik saygısı yüksek kişilere göre farklılık gösterdiğini belirtirken ayrıca; Coopersmith, kişinin sahip olduğu değerlerin kendilik saygısı üzerinde belirleyici etken olduğu gözlenmektedir.

Ek olarak; araştırmacılar bireyin genel öz saygısının bilinmesinin, bireyin kendisini nasıl hissettiğini anlamının tek yolu olmadığını düşünmektedirler. Bu noktada ise “öz saygı kararlılığı” kavramı gündeme gelmektedir. Alanda yapılan çalışmaları derleyen Burger (2006, s.495) gerçekleştirilen araştırmaları şu şekilde örneklendirmiştir; Gün içerisinde ya da yakın zaman aralıkları içerisinde değişen nokta öz saygı değil, öz değerliliği noktasında gelip geçen duygularıdır. Araştırmacılar, deneklerin birkaç gün süresince kendilerine verdikleri değer duygularını belirtmelerini istemişlerdir, fakat ilginç olan nokta ise öz saygı ile öz saygı kararlılığı arasında ilişki bulunamamış olmasıdır. Ancak, araştırmacılar gerçekleştirdikleri çalışmalarda; öz saygı kararlılığı düşük olan bireylerin dışarıdan gelen yorumlara çok önem

verdiklerini göstermiş, ayrıca; yüksek öz saygı kararlılığı bulunan bireyler, karar verirken, kendi yapmak istediklerini ön planda tutarken; düşük öz saygı kararlılığı olan bireylerin ise, başkalarını memnun etmeyi ön planda tutma eğilimi gösterdiklerine ilişkin bir tablo ile karşılaşılmıştır. Buradan hareket ile kendilik saygısının (öz değerlilik), bireylerin potansiyellerini tam kullanmaları ya da kendilerini gerçekleştirmeleri noktasında etkili olabileceği, öz değerlilik ile otantikliğin pozitif korelasyona sahip olabileceği düşünülmektedir ancak; bu noktada öz saygı üzerine, kültürün olası etkisinin de göz önünde tutulması faydalı olacaktır.

Alanda yapılan çalışmaları derleyen Burger'e göre (2006, s.497) bazı araştırmacılar da öz saygının evrenselliği üzerinde durmuşlar, örneğin; Taylor, Amerikalı üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdiği çalışmasında bireylerin çeşitli beceri ve yetkinliklerini, akranları ile karşılaştırmasını istediğinde, bireyler genel olarak kendilerini diğer kişilerden üstün görür iken; aynı sorular kolektif kültür içerisindeki bireylere yöneltildiğinde böyle bir sonuca rastlanılmamıştır, bir anlamda bireyci kültür içerisindeki bireylerin, kolektif kültür içerisindeki bireylere göre öz saygı değerlendirmesi bir takım değişiklik göstermektedir.

İlk olarak biriciklik kavramı ile öz-değerlilik kavramının ilişkisine değinilmesinin ardından ikinci olarak biriciklik kavramının, özerk benlik yönetimi kuramı ile ilişkisinin incelenmesi yerinde olacaktır. Corsini ve Wedding'e göre (2012, s.238); Ryan ve Deci'nin özerk benlik kuramı psikolojik mutluluğun, Rogers'ın potansiyelini tam kullanan kişi görüşüyle ilişkili kavramlar olan otonomi, yeterlik ve ilişkide olma için duyulan temel gereksinimlerin karşılanmasıyla ilişkili olduğunu gösteren birçok araştırmaya sebep olmuştur. Buradan hareketle, bu üç kavrama kısaca değinmek faydalı olacaktır.

Kart ve Güldü'nün (2008) alan çalışmalarına göre; Özerklik ihtiyacı; kişinin gerçekleştirdiği eylemlerde başkası tarafından kontrol edilmek veya o eylemlerde bulunmaya zorlandığını hissetmesi yerine kendi kendine karar verebildiğini duyumsamasını vurgular. Yetkinlik ihtiyacı ise, bireyin çevresi ile başa çıkabilmek için kendisini yeterli hissetme isteğine karşılık gelir. Başkaları ile sosyal ilişki ihtiyacı ise bireyin tatmin edici ve destekleyici sosyal ilişkilere sahip olma gereksinimini simgelemektedir. Dolayısıyla Özerk Benlik Yönetimi Kuramı; kişilerin kendilerini gerçekleştirmek ve psikolojik iyilik halinde olmak için özerklik (otonomi), yeterlik ya da yetkinlik (competence) ve diğer kişiler ile sosyal ilişki (relatedness) ihtiyaçlarının karşılanmasından söz etmektedir. Bununla birlikte, insanlar yaşantıları içerisinde farklı etkenler ile ilişkili olarak farklı eylemleri gerçekleştirmek üzere güdülenebilirler; bir anlamda insanlar kendi istekleri, çıkarları ya da zorda bırakıldıkları için, bir takım eylemlerde bulunabilirler.

Alanda yapılan çalışmaları derleyen Kart ve Güldü'ye göre (2008); Özerk Benlik Yönetimi kuramı, güdülenmeyi kendi içerisinde sınıflara ayıran bir yaklaşım belirlemekte ve belli bir anda hangi biçimdeki güdülenmenin ortaya konacağını sorgulamaktadır. Bu amaçla kuram, içsel (intrinsic) ve dışsal (extrinsic) güdülenme arasında bir ayrım öngörmektedir. İçsel motivasyonda bireyin eyleme yönelme nedeni eylemin bizzat kendisinden elde edeceği haz ve tatmindir. Dışsal motivasyonda eyleme yönelme nedeni ise dışsal ödül ya da kendisi için önemli bir sonuç elde edebilmektir.

Ek olarak, Corsini ve Wedding (2012, s.238) literatürde yapılan çalışmaları gözden geçirdiğinde; motivasyonları özgün ( tam anlamıyla bireyin kendisi tarafından üretilmiş ve onaylanmış) olan bireylerle eylem söz konusu olduğunda dıştan kontrol edilen bireyler arasında gerçekleştirilen karşılaştırmada, tipik olarak, ilkinin ikinciye göre daha fazla ilgisi, heyecanı ve güveni olduğu ayrıca sırasıyla hem daha iyi bir performans, dayanıklılık ve yaratıcılık ile daha fazla yaşam gücü ve öz saygı hem de genel mutluluk gösterdiğini ortaya koyar. İnsanlar bir aktivite için aynı algılanmış yeterliliğe ya da öz yeterlilik düzeyinde olsalar da bu böyledir. Buradan hareket ile

biricikliği ile kendini gerçekleştirmeye çalışan bireylerin içsel ve dışsal motivasyonlara sahip olabileceği; eylemlerinde içsel motivasyonu kullanan bireylerin dışsal motivasyonu kullanan bireylere göre birçok noktada daha üstün oldukları düşünülebilir.

#### **1.4. Biriciklik Algısı ve Biriciklik İhtiyacı**

Maslow (1954); bireye ve her bireyin biricikliğine dikkat çeker, çünkü kişi bireyselliğince kendini geliştirmeye çalışır, böylelikle büyür ve kendini gerçekleştirir. Rogers (1961) ise kişinin biricikliği ile potansiyelini gerçekleştirmenin temeli olduğundan bahseder. Buradan hareketle, kişinin biriciklik algısı olmaksızın kendi potansiyelini gerçekleştirmesinin neredeyse imkansızlığından söz edilebilir.

Biriciklik algısı bazı araştırmalarda toplumsal düzeyde incelenmiştir. Vignoles (2000) biriciklik algısının farklı kültürlerde farklı şekillerde gelişebileceğinden bahseder, örneğin kolektivist kültürde birey kendi biriciklik algısını oluşturmadan da çevresindeki toplumun değer verdiği alanlarının kendisi için de önemli hale gelebileceğini değinmektedir. Ek olarak Markus ve Kitayama (1991) da bu noktaya dikkat çekmiştir; örneğin bireyler biriciklik algılarını oluştururken ister bireyci ister kolektif kültür içerisinde yer alsın ailenin vereceği destek ile biriciklik algıları farklı şekillerde gelişebileceğine değinmektedir. Buradan hareket ile biriciklik algısının; kişinin diğerlerinden eşsizliğine, özgünlüğüne ve değerliliğine vurgu yaptığı düşünülebilir ancak; bu bağlamda, kültürel yapı ya da aile desteği gibi farklı motivasyonların, kişilerin biriciklik algılarının gelişimlerini farklı düzeylerde etkilediği de düşünülebilir.

Biriciklik algısı toplumsal olarak incelendiği gibi bireysel alanda da incelenmiştir. Bu noktada biriciklik algısını ruh sağlığı ile ilişkilendiren Şimşek ve Yalınçetin'in çalışmasının incelenmesi yerinde olacaktır. Şimşek ve Yalınçetin (2010) gerçekleştirdikleri çalışmanın bulgularında biriciklik algısı ile pozitif ruh sağlığı ve ek olarak umut, esneklik, öz saygı ve mutluluk ile yüksek düzeyde korelasyon saptamışlardır ayrıca; biriciklik algısının temel



psikolojik ihtiyaçlar ile arasında pozitif ve güçlü bir korelasyon bulunduğunu belirtmişlerdir. Bu verilere ek olarak, Deci ve Ryan (2000); temel psikolojik ihtiyaçların karşılanabiliyor olması için yeni deneyimlere açık olunması gerekliliğini vurgulamışlardır. Ayrıca, biriciklik algısı dışa dönüklük ile bağlantılı bulunur iken, mutluluk için en önemli kişilik faktörlerinden birini oluşturmaktadır(Diener, Oishi, & Lucas, 2003).

Benzer olarak, şimşek ve Yalınçetin (2010) araştırma bulguları biriciklik algısı ile büyük beşli kişilik boyutlarına ait; yeni deneyimlere açık olma ve dışa dönüklük arasında yüksek düzeyde ilişki saptamışlardır.

İnsancıl yaklaşımın, temel konularından birinin de biriciklik ihtiyacı olduğu varsayılabılır. Snyder ve Fromkin, biriciklik ihtiyacı kavramını açıklarken, bireyin diğer kişilerden farklı bir isteği ya da farklı olma arzusu olabileceği belirtilmiştir(Snyder & Fromkin, 1977; 1980). Bu olumlu bir özellik olarak kabul görürken, bazı araştırmalarda bu durumun olumsuz ruh sağlığına etkisinin olduğunu ileri sürmektedir (Lynn & Harris, 1997; Morrison & Bearden, 2007; Tepper, 1996).

Snyder ve Fromkin (1977,1980)Biriciklik ihtiyacının merkezinde, belirli ihtiyaçlar yer alır iken, bu ihtiyaçların bireyden bireye farklılıklar gösterebileceğini belirtmişlerdir. Bir başka deyişle; özgünlük çerçevesinde duyulan ihtiyaçlar, bireysel olarak güçlü farklılıklar bulundurabilirler(Snyder, 1992). Dolayısıyla insanların birbirinden farklı düzeyde, birbirlerinden özgün olma gereksinimlerinin olduğu dşnlebilir. Diğer bir değişle biriciklik ihtiyacı noktasında bir birey diğer kişilerden özgün olmayı yüksek düzeyde bir ihtiyaç olarak görürken, başka bir bireyin diğer kişilerden özgün olmayı düşük bir gereksinim olarak görebilmesi de olasıdır.

Son olarak, biriciklik algısı ve biriciklik ihtiyacının temel olarak değindiği noktaları özetlemek gerekirse; biriciklik algısı, bireyin kendini özgün bulup bulmadığı ya da ne düzeyde özgün bulduğu üzerinde durur iken biriciklik ihtiyacı ise, bireyin diğer kişilerden ne düzeyde özgün olmak istediği veya bireyin özgünlük ihtiyacının kendisi için ne düzeyde önemli bir

gereksinim olduğu üzerinde durduğundan söz edilmesi mümkün olabilir. Buradan hareket ile bireyin özgünlüğünü hangi alanlarda sağladığı sorusunun, bir anlamda biricikliğin kaynaklarını oluşturabilecek kavramsal yapının nasıl şekillendiğı sorusunun ortaya çıkmasına zemin hazırladığı düşünülebilir.

### **1.5. Biriciklik Kaynakları Kavramsal Yapısı**

Biriciklik olgusuna ve olgunun psikoloji alanı içerisinde tuttuğı yere değinilmesinin ardından; biriciklik olgusunun kavramsal olarak incelenmesi, anlaşılabilirliğı açısından faydalı olacaktır.

Şimşek ve Yalınçetin (2010), biricikliğin kişisel kimliğin önemli bir ögesi olduğundan ve biricikliğin bireylerin kişisel olarak benliklerini ne ölçüde özgün algıladıklarını ifade ettiğini vurgulamışlardır. Dolayısıyla; biricik kavramının, birbirinden farklı kişiler için farklı anlamlar ifade ettiğı ya da farklı noktaları vurguladığı düşünülebilir. Ryan ve Brown'a göre (2003), bireyler güvenlerini başka kişilerin kriterlerine göre değil, kendilerine bağlı kriterler üzerine oluşturabildikleri gözlenebilmektedir. Buradan hareket ile kişilerin kendilerine bağlı bir biriciklik algısı yaratabileceğı ve bu biriciklik algısı içerisinde birbirinden farklı unsurları kullanabileceğı düşünülebilir.

Biriciklik kavramı ve biricikliğe ait olabilecek içeriğı anlamak için; bireylere kendilerinin hangi alanda ya da alanlarda biricik olduklarının sorulması en basit ve etkili yöntemlerden biri olabilir. Kişilerin bu soruyu birbirlerinden çeşitli şekilde yanıtlamaları muhtemeldir. Kimi birey yaşam tarzım, yeteneklerim, hayallerim, edindiğim statü ve ailem olarak yanıtlar iken kimi birey ise; maddi gücüm, çekiciliğim ya da kişilik özelliklerim, inançlarım, popülerliğim... şeklinde yanıtlayabilir.

Soru yöneltilen kişi sayısı arttıkça alınan cevaplar çeşitleniyor ve karmaşıklaşıyor şeklinde görülmekle beraber, aslında tabloya uzaktan bakıldığında resmin bütünü görmek mümkün olabilir. Çünkü verilen yanıtlar

farklı kelimeler ile ifade edilse de, yanıtların belirli birtakım alanlarda toplandığı görülebilir. Burada bir anlamda, kaosa benzer bir durumun içerisindeki düzeni görebilmenin yararlı olduğu düşünülebilir.

Ryan ve Deci (2000) Özerk Benlik Yönetimi Kuramı'nda (Self Determination Theory) da bireylerin, kendini gerçekleştirme ve eylemleri noktasında iki tip motivasyondan yararlandıklarını öne sürmüş ve bu motivasyonları içsel (intrinsic) ve dışsal (extrinsic) olarak iki ana başlık altında toplamışlardır. Buradan hareketle, biricikliğin olası kavramsal yapısı düşünüldüğünde de içsel ve dışsal kavramlarının ön plana çıkacağı düşünülebilir. Bir bakıma kişilerin biricikliklerini ortaya koyarken değindiği unsurların içsel ve dışsal içerikli olacağı düşünülebilir. Dolayısıyla; biriciklik kavramı bir çatı olarak varsayılırsa, alınan yanıtlar olan unsurları birer tuğlaya benzetmek mümkündür. Biriciklik kavramı olan çatının altında toplanan yanıtları ise içsel ve dışsal faktör odaklı olarak iki sütun halinde düşünebilmek mümkün olabilir. İçsel faktörleri oluşturan unsurlar genel olarak bireyin kendine ilişkin algısını; dışsal faktörleri oluşturan unsurlar ise genel olarak bireyin çevresini de dahil ederek yarattığı algısını yansıtır olabileceğini akla getirebilir.

Açıklayıcı olması bakımından otantik bireyden de bahsetmek yerinde olacaktır. Otantik kişi özgünlük ve spontanlık kavramlarını akla getirebilir. Alanda yapılan çalışmaları derleyen Daş'a göre (2009, s.22); Korb ve arkadaşları; otantik olma kavramını, bireyin içsel yaşantılara açık olmasını ayrıca dış etkenleri yine kendi içsel yaşantıları çerçevesinde düzenleyebilmesi şeklinde tanımlarken, Crocker ise; otantik bireyi, "kendi yaşamının yazarı" olarak tariflemektedir. Dolayısıyla otantiklikte de olduğu şekliyle, kişinin içsel yaşantı ve dış çevre bağlamında otantikliği yaşadığı gibi biriciklik kavramının çerçevesinin oluşumunda da içsel(kendi) ve dışsal(çevre) alanların etkisinin olabileceği düşünülebilir. Ayrıca, otantiklikteki içsellik önceliği gibi biriciklikte de içsel faktörün baskın olmasının, otantiklikle pozitif bir korelasyon sağlayabileceğini düşündürebilir. Buradan hareketle bir anlamda bireyin kendini olduğu gibi yansıtması önemlidir ki tabi bu noktada çevre ile uyumu unutmamak gerekir, eğer kişi kendi olmayı bırakarak çevre

doğrultusunda yaşantılarını gerçekleştirmeye başlarsa bir iyilik halinden bahsetmenin güç olacağı gibi bireyin zorluk içerisinde olacağı düşünülebilir. Bu otantikliğin tam tersi hatta fazlası olarak görülebilir. Daş'a göre (2009, s.22)Perls bu süreci; birey, mükemmeliyetçi davranış ile imkansızı gerçek kılmaya uğraştığında kendisi yerine kendilik imajını gerçek kılmaya uğraşmaktadır. Bu andan itibaren kişinin "ben"den, otantiklikten ve kendini gerçekleştirmekten uzaklaştığına dikkat çekmektedir.

Bu noktada kendini gerçekleştirme ihtiyacını irdelemek gerekirse; Schultz ve Schultz'a göre (2007, s.672) Maslow, kendini gerçekleştirmek (self-actualization) için herkesin doğuştan bir yatkınlığı bulunmaktadır. En yukarıdaki insanı tanımlayan bu durum, bütün nitelik ve yeteneklerin kullanılmasını ve sahip olunan potansiyeli geliştirerek ortaya çıkarmayı anlatmaktadır. Daş'a göre (2009, s.21) ise; kendini gerçekleştirme, birçok insanın zannettiği gibi kişinin olağan üstü olmasını gerektirmemektedir. Önemli olan bireyin sahip olduğu özellikleri ve potansiyelini en verimli şekilde kullanabilmesidir.

Bir anlamda kendini gerçekleştirmiş bireylerin en yetenekli, en başarılı şeklinde kalıplara sığdırılmaya çalışması yerinde değildir. Kendini gerçekleştirmekte olan kişi kendisini olduğu gibi kabul eder. Sahip olduğu yetenek ve özelliklerin farkındadır. En başarılı birey olmasa da başarılı olduğunu bilir, başarılı olduğu noktalarda iyidir ve başardıklarının keyfini sürebilir. Ayrıca Daş'a göre (2009, s.21) Korb ve arkadaşları; bireyin kendini olduğu şekli ile kabul etmesinin ve olmak istediği yerine, olduğunun en iyisi olması yönündeki çabasının, mükemmel olmak gibi hem gerçek dışı hem de organizmaya zıt bir beklentiye kapılmasına engel olacağını belirtmektedir. Dolayısıyla, biriciklik kavramına bu bakış açısı ile bakıldığında; maddi yönden biricik olduğunu kabul eden bir bireyin dolar milyarder olması gerekmez ve ya zeka yönünden biricik olduğunu kabul eden birinin girdiği her sınavdan derece yapması beklenmez ya da fiziksel görünüm bakımından kendini biricik kabul eden bir bireyin kainat güzeli seçilmesinin gerekli olmadığı düşünülebilir.

Biriciklik kavramını oluşturabileceği düşünölen içsel ve dışsal faktörleri örneklendirmenin kavramın somutlaştırılması adına yararlı olacaktır. İlk olarak içsel faktörü oluşturabileceği düşünölen örnekler ile başlanılabilir. Bir birey kendisini, zekası noktasında biricik olduğunu düşünebilir; bu birey bir hekim olabilir, hekim olması ile zekasını göstermiş olması ise varılmak istenen noktaya ulaştığı anlamına gelmeyebilir ve birey bir hekim olarak zekası noktasında kendini biricik olarak tanımlarken yeni bilgiler öğrenme noktasında da açık ve kendini geliştiriyor olabilir. Yine kendi gibi diğer hekimler, bazı noktalarda bu arkadaşlarına danışabilir, fikir alabilir ya da belki onu bir arama motoruyla dahi kıyaslayabilir. Bu durumdaki bir bireyin kendini zeka bağlamında biricik görmesi aslında potansiyelini tam kullanma yönünde halen gelişmekte olduğunu da düşünderebilir. Ek olarak aynı birey kendisini işi noktasında da biricik olarak değerlendirebilir. Buradan hareketle bireyin, meslek doyumunu ve yaşam doyumunu sağladığı da düşünölebilir.

Bir diğer birey kendisini geçirmiş olduğu yaşantılar; bakımından kendisini biricik görebilir, bu kişi bir gezi yazarı olabilir. Seyahatlerini dilini, kültürünü, yaşam koşullarını bilmediği ölkelere gerçekleştirebilir. Bu durumlarda zorluklar güçlükler yaşaması muhtemeldir ancak; elbette ki kişiler farklı karakter yapılarına ve biriciklik alanlarına sahip olduklarından bu durumun keyfini de sürebilir. Kişi bu seyahatlerini yazıya döktükten sonra ya da bulunduğu ortamlarda yaşadıklarından bahsederken ya da gerçekleştirdiklerini düşünürken mutlu olabilir ya da yaşama bakışında yeni, farklı ve özgün açılar geliştirebilir ve ya pek çok insanın kendisinin gibi bir hayata sahip olmak istediğini düşünerek yaptıklarıyla gurur duyabilir.

Başka bir kişi ise; hobileri noktasında kendisini biricik olarak değerlendirebilir. Bu kişinin yüksek irtifa tırmanıcısı ya da bir dalış meraklısı olduğunu düşünebiliriz. Bu kişi dalışa gittiğinde adeta içinde bulunduğu dünyadan, problem yaratan düşüncelerinden su altında kurtulabilir, başka bir dünyada bir keşfe çıkabilir ve o zaman dilimlerinde otantikliğin kişiye verdiği mutluluğu tadabilir. Diğer yandan bir tırmanışçı da tırmanışını gerçekleştirirken o ana odaklanır ve dağın zirvesine ulaşma isteğiyle dolar.

Zirveye ulařtıķça ve bu zirvelerin sayısı arttıķça kişi bunu biriciklik noktasında başarı unsuruna ekleyebilir, böylelikle bir içsel faktör unsuru daha olması dşnlebilecek, başarı unsurunu da kullanabilir. Kendisini başarıları noktasında da yüksek derecede, biricik olarak değerlendirebilir.

İkinci ve son olarak dışsal faktörü oluşturabileceği dşnlen unsurlara değinildiğinde; bir birey maddi gücü kapsamında kendisinin biricik olduğunu dşnebilir, bu noktada isteklerini ya da dşlediklerini gerçekleştirir iken maddi durumundan yararlanabilir, ancak biricikliğin her bir unsuru ve biriciklik kavramı gibi bu noktada da özgünlükten söz edildiği dşnlebilir. şöyle ki aynı gelire sahip iki kişiden biri kendisini maddi gücü noktasında biricik bulur iken diğeri maddi gücü noktasında kendisini biricik olarak görmeyebilir.

Dış faktörü oluşturduğu dşnlebilecek maddi gücü noktasında kendini biricik bulan bir birey; yemeklerini lüks restoranlarda yiyebilir, lüks bir otomobile ya da lüks araçlara sahip olabilir ve ya uçuşlarını birinci sınıf olarak yaparak maddi gücü dolayısıyla kendisine daha iyi bir hizmet sağlayarak diğer bireylerden farklı olduğunu dşnebilir. Ayrıca yine maddi gücü bakımından biricik olduğunu hisseden birey sahip olduğu maddi imkanı ile giyiminde lüks markaları tercih ederek bir başka dış faktörü oluşturduğu varsayılabilecek olan giyim tarzı noktasında da kendisini biricik olarak nitelendirebilir ya da yine başka bir dış faktör unsuru olabileceği varsayılan popülerliğini, biricik olarak değerlendirmesine katkı sağlayabilir.

Bir başka birey giyim tarzı açısından kendisini biricik görebilir; bu alanda biricik olduğunu dşnen birey kendine yakıştığını dşndğ bir tarzda giyinebilir. Bu şekilde, hem kendini hem de diğerlerinden farkını yansıtığı dşnlebilir. Kimi birey ise bu biriciklik unsuruna ek olarak dış faktör unsuru olabileceği dşnlen fiziksel grm de dahil edebilir. Giyim tarzına ek olarak çeşitli sa şekilleri, makyaj, dövmeler ve piercinglerle kendine ait olduğunu dşndğ bir imajı yansıtabilir.

Elbette ki biriciklik kavramını ve onu oluşturduğu düşünölen içsel-dışsal faktörleri ( ve bunlara ait olası alt unsurları) somutlaştırmaya çalışılmak üzere verilen örnekleri derinleştirmek veya çeşitlendirmek mümkün görölebilmektedir. Biriciklik kavramına ek olarak; bireyin farkındalığı ve bireyin fenomenolojisi de dikkate alındığında birçok farklı örneklendirmenin daha yapılabileceğı düşünölebilir.

Biriciklik kavramının bu içsel ve dışsal faktörlerle beraber işlediğı düşünölebilir. Bireylerin kendilerini biricik olarak tanımladıkları noktalarda ise hem içsel faktörlerden hem de dışsal faktörlerden çeşitli unsurları yine çeşitli oranlarda değerlendirmeye aldıkları düşünölebilir. Bir bakıma bireylerin biriciklik kavramını oluşturduğu düşünölen unsurları farklı oranlarda ve farklı noktalarda kombinasyonlarını kullandıkları düşünölebilir. Ancak bu noktada biricikliğini farklı noktalarda ifade eden bireylerin, genel olarak ya içsel faktörleri ya da dışsal faktörleri, ağır basacak biçimde kullandıkları da düşünölebilir.

Ek olarak kişiler kendilerini biricik olarak gördükleri özelliklerini de kullanarak; potansiyellerini tam kullanma, kendini gerçekleştirme, duygularını ifade etme, psikolojik iyi oluş, otantik yaşam gibi noktalarda faydalanım sağladıkları düşünölebilir. Ayrıca biriciklik çerçevesinde kişinin kullandığı unsurlar ile; sorunlarla karşılaştığında, problem çözmede yine biriciklik unsurlarının pozitif katkı sağlayacağı da olasılık dahilinde görölebilmektedir. Bir bakıma bireylerin kendilerini biricik olarak gördükleri noktalar aynı zamanda kendilerini diğer kişilere göre farklı ve güçlü olarak değerlendirdiğı noktalar olmasının da mümkün olacağı düşünölebilir.

## 2. BÖLÜM

### ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

Bu bölüm içerisinde; araştırmanın modeli, örnekleme, verilerin edinilme şekli ve verilerin yorumlanması hakkında bilgiler bulunmaktadır. Öncelikle bir ön çalışma gerçekleştirilmiş, ardından araştırma üç farklı örneklem grubunda gerçekleştirilmiş ve üç farklı uygulama yapılmıştır. Yapılan tüm çalışma sırası ile açıklanmaktadır.

#### 2.1. Araştırma Modeli

Bireylerin kendilerini hangi alanlarda biricik/özgün hissettiklerini ölçmeyi amaçlayan bu çalışma, literatüre farklı bir psikometrik ölçüm aracı geliştirmeyi hedeflemektedir. Çalışma türü açısından niceliktir ve betimsel modelde gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen çalışmada örneklem grubundan hem görüşme yoluyla bilgi alınmış hem de anket verilerek bilgi edinilmiştir. Özdamar'a göre, veri edinme biçimi bağlamında; verilerin, gözlem ve anket aracılığıyla elde edilmesi dolayısıyla çalışma öz aktarım sınıfına girmektedir (Akt; Deniz, 2016).

#### 2.2. Örneklem Özellikleri

Gerçekleştirilen çalışmada, ilk olarak bir ön uygulama çalışması yapılmış ardından ise; üç farklı gruba üç farklı uygulama yapılmıştır. Araştırma evrenini ise İstanbul, Tekirdağ ve İzmir illerinden random olarak seçilen; ilkokul, lise, yüksekokul, üniversite, yüksek lisans ve doktora seviyesinde eğitim görmüş, 18-68 yaşları arasındaki bireyler oluşturmaktadır. İlk olarak; ön çalışma için, random seçilen 50 kişiye yakın gruptan "kendilerini biricik hissettikleri alanlar" a dair bilgi alınmış, ikinci olarak; ön çalışma sonrası elde edilen madde havuzunda, 24 maddelik bir Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu oluşturulmuş ve bu form 268 kişilik bir örnekleme uygulanmış, üçüncü olarak; gerçekleştirilen analiz sonrası geliştirilen, 12 maddelik Biriciklik



Kaynakları Ölçeği ile birlikte 187 katılımcıya anketler verilmiştir. Dördüncü ve son olarak ise; random seçilen 23 kişiye, Biriciklik Kaynakları Ölçeği ile test-tekrar test çalışması yapılmıştır.

### **2.3. Ön Çalışma**

Karasar (2010,s.153) veri toplamadaki temel yaklaşımlardan bahsederken, araştırmacının ya doğrudan gözlem yolu ile ya da soru sorarak veri edinilebileceğini aktarmaktadır. Çalışmanın ilk aşamasında İstanbul ve İzmir illerinde ikamet eden yaklaşık 50 kişinin oluşturduğu bir gruba; ‘‘Kendinizi hangi alanlarda biricik/özgün buluyorsunuz?’’ sorusu yöneltilmiş ve alınan yanıtlar bir havuzda toplanmıştır. Ardından ise havuzdaki benzer olan ya da ilişkili bulunan yanıtlar belirli ana başlıklar altında düzenlenilmiştir ve 24 maddelik Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu oluşturulmuştur.

### **2.4. Birinci Uygulama**

Ön araştırma sonrası elde edilen, Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu faktör yapısı ve faktörlerin yük değerlerini incelenmek ve analiz edebilmek üzere, 268 kişilik bir örnekleme uygulanmıştır.

#### **2.4.1. Örneklem Özellikleri**

Birinci uygulamanın örneklemini İstanbul, Tekirdağ ve İzmir illerinde ikamet eden ve random seçilen 268 kişi oluşturmaktadır. İstanbul grubunu; İstanbul Arel Üniversitesi öğrencileri oluşturur iken, Tekirdağ ve İzmir örneklemini; random seçilen, farklı yaş, cinsiyet ve eğitim durumuna sahip kişiler oluşturmaktadır. İstanbul Arel Üniversitesi örneklemini; 190 (109 Kadın- 78 Erkek- 3 Kayıp veri) kişilik, üniversite (Toplam 110 Kişi; 63 Kadın- 46 Erkek- 1 Kayıp veri) ve yüksekokul (Toplam 80 Kişi; 46 Kadın- 32 Erkek- 2 Kayıp veri) olmak üzere iki grup oluşturmaktadır. Örneklemin diğer bölümünde ise, Tekirdağ ve İzmir illerinde ikamet eden ve random seçilen 78 (47 Kadın- 31 Erkek) kişi yer almaktadır.

#### **2.4.2. Veri Edinme Araçları**

Random seçilen 268 katılımcıya, bir sayfadan oluşan; demografik bilgi formu ve ön çalışma sonrası oluşturulan Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu'nu içeren bir uygulama yapılmıştır.

#### **2.4.3. Demografik Bilgi Formu:**

Gerçekleştirilen uygulamaya katılan bireylerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla katılımcılara; yaş, cinsiyet, eğitim durumunu gibi değişkenleri içeren bir bilgi formu verilmiştir.

#### **2.4.4. Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu**

Gerçekleştirilen ön çalışma sonrası geliştirilmiş ve 5'li likert tipi ( 1= Hiç biricik hissetmiyorum, 5= Tamamen biricik hissediyorum) derecelendirmeden oluşmaktadır. Ölçek bataryasını 24 madde oluşturmaktadır. Ölçek maddelerini ise; içsel-kişisel (Kişilik özelliklerim, hayallerim, yaşam felsefem, başarılarım, hobilerim,...) ve dışsal-kişisel (çevremdeki saygınlığım, çekiciliğim,giyim tarzım, çevremdeki imajım, fiziksel görünümüm,...) olmak üzere, iki boyut oluşturmaktadır.

#### **2.5. İkinci Uygulama**

İlk uygulama sonrası, biriciklik üzerine elde edilen maddeler ve ek olarak farklı ölçeklerden oluşan anketler, random olarak İzmir ilinden seçilen örnekleme uygulanmıştır. Ölçek bataryasını ise üç sayfalık, yedi farklı form oluşturmaktadır.

### **2.5.1. Örneklem Özellikleri**

Ölçek bataryası, İzmir ilinde ikamet eden, yaşları 18 ve 68 arası olan 187 (133 Kadın-54 Erkek) kişilik gruba uygulanmıştır. 3 Grup altında gerçekleştiren araştırmanın ilk grubunu; 93 kişi ile Güzel Sanatlar Fakültesi 1. Sınıf öğrencileri (73 Kadın-20 Erkek), ikinci grubunu 19 kişi ile İzmir ilinde ikamet eden Tıp Doktorları (12 Kadın-7 Erkek), üçüncü grubunu ise 75 kişi ile Random seçilen, farklı eğitim düzeylerinden ve farklı meslek alanlarından (48 Kadın-27 Erkek) bireyler oluşturmaktadır.

### **2.5.2. Veri Edinme Araçları**

Random olarak seçilen 187 katılımcıya, 3 sayfalık içerisinde 7 farklı form ve ölçek uygulanmıştır. Anketin içeriğini ise; Demografik bilgi formu, Biriciklik Kaynakları Ölçeği, Nfu ( Need for uniqueness) Ölçeği, SoU ( The personal sense of uniqueness) Ölçeği, Duyusal Zeka Özelliği- Kısa Formu ( Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form), Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Otantiklik Ölçeği oluşturmaktadır. Bu ölçeklere aşağıda sırası ile değinilmektedir.

### **2.5.3. Demografik Bilgi Formu**

Gerçekleştirilen uygulamaya katılan bireylerin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla katılımcılara; yaş, cinsiyet, eğitim durumunu gibi değişkenleri içeren bir bilgi formu verilmiştir.

### **2.5.4. Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ)**

İlk uygulama sonrası elde edilen maddelerden oluşmaktadır. Araştırmacının geliştirip uyguladığı ölçektir. Beşli Likert tipi ( 1= Hiç biricik hissetmiyorum, 5= Tamamen biricik hissediyorum) derecelendirmeden oluşmaktadır. Ölçek bataryasını 12 madde oluşturmaktadır.

### **2.5.5. NfU Ölçeği (Need for uniqueness)**

Lynn ve Harris (1997) tarafından geliştirilen ölçekte 4 madde yer almakta ve beşli Likert tipi (1= Bana hiç uygun değil, 5=Bana tamamen uygun) derecelendirme bulunmaktadır. Bireylerin diğerlerinden ne kadar farklı olduğuna ve bireylerin biriciklik ihtiyacının ne düzeyde olduğunu belirlemeyi destekleyen ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında iç tutarlılık .69 olarak belirlenmiştir.

### **2.5.6. SoU Ölçeği ( The personal sense of uniqueness)**

Şimşek ve Yalınçetin (PSU,2010) tarafından geliştirilen ölçeklerde beşli Likert tipi derecelendirme (1=Bana hiç uygun değil, 5=Bana tamamen uygun) kullanılmaktadır. SoU ölçeğini 5 soru oluşturmaktadır. SoU ölçeği ile ilgili ek olarak Şimşek ve Yalınçetin gerçekleştirdiği beş çalışma boyunca ölçeğin iç tutarlılığı olduğuna dair kanıt toplamışlar (Cronbach Alpha=.81), ayrıca yazarlar ölçek puanlarının yaşam doyumu ile olumlu, kaygı ve depresyon ile olumsuz olarak ilişki içerdiklerini bildirmişlerdir.

### **2.5.7. Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu ( Trait Emotional Intelligence Questionnaire-Short Form)**

Petrides ve Furnham (2000a, 2001) tarafından geliştirilen Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu'nun geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını gerçekleştiren Deniz, Özer ve Işık (2013) İngilizce ve Türkçe dil geçerliğini araştırmışlar ve iki formdan elde edilen puanların pozitif korelasyon gösterdiğini saptamışlardır. Açıklayıcı faktör analizi sonrasında 20 maddeden oluşan dört faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Gerçekleştirilen sorgulayıcı faktör analizi sonrası ise DZÖÖ-KF'nun iç tutarlılık güvenilirlik katsayısı için .81, test-tekrar test katsayısı ise .86 olarak saptanmıştır.Yedili Likert tipi ( 1=Kesinlikle katılmıyorum, 7=Kesinlikle katılıyorum) derecelendirmeye sahip ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği ortaya konmuştur.

### 2.5.8. Beş Faktör Kişilik Envanteri

Beş faktör kişilik envanteri 44 maddelik bir ölçektir (Benet-Martinez & John,1998); ölçek 5'li likert tipinde (1=Hiç Katılmıyorum, 5=Tamamen Katılıyorum) derecelendirilmekte; duygusal dengesizlik (nevrotiklik) , dışadönüklük, gelişime açıklık, uyumluluk ve özdisiplin olmak üzere beş boyuttan oluşmaktadır ve Türkçe adaptasyon çalışması Sumer, Lajunen ve Özkan (2005) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin Cronbach Alpha güvenirliği .64 ile .77 arası değişmekte olduğu belirlenmiştir.

### 2.5.9. Otantiklik Ölçeği ( Authenticity Scale)

Wood ve arkadaşlarınca (2008) geliştirilen ölçek üç bileşenli bir yapıyı doğrulamaktadır. Her biri dört maddeden oluşan, üç boyuttan oluşmuş bir ölçektir. Bu boyutları sırası ile Kendine yabancılaşma, Otantik yaşam ve Dış etkiyi kabullenme boyutları oluşturmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye Uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik çalışmasını gerçekleştiren yazarlar ise ( İlhan&Özdemir, 2013) ölçeğin doğrulayıcı faktör analizi uyum indeksi değerlerini (/ sd = 1.49,RMSEA = .05, CFI = .95, IFI = .95, GFI = .92 olarak bulmuş, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayılarıysa sırası ile; Kendine yabancılaşmanın .79, Dış etkileri kabullenmenin .67, Otantik yaşamınsa .62 olarak saptamışlardır. Bu veriler ışığında ölçeğin geçerlik ve güvenirliği Türkçe formu destekler bulunmaktadır.

## 2.6. Üçüncü Uygulama

Araştırmanın bu kısmında ölçeğin güvenirliğini test etme amacı ile katılımcılara test- tekrar test uygulanmıştır.

### **2.6.1. Örneklem Özellikleri**

İzmir’de ikamet etmekte olan, yaşları 24-67 arasında değişen ve random seçilen 23 katılımcıya ölçek uygulanmış, ardından yaklaşık 2 hafta sonrasında ise ölçek tekrar uygulanmıştır.

### **2.6.2. Veri Edinme Araçları**

İzmir ilinde random olarak seçilen; 187 kişiye uygulanan, içinde Biriciklik Kaynakları Ölçeğinin de bulunduğu anket çalışmasının sonrasında; bir kısmı ikinci uygulama örnekleminden, bir kısmı ise ikinci uygulamadan bağımsız araştırmaya ilk kez katılım gösteren ve random seçilen; 23 kişiye (14 Kadın-9 Erkek) araştırmacı tarafından geliştirilmekte olan Biriciklik Kaynakları Ölçeği uygulanmış, uygulamanın ardından 2 hafta kadar bir süre sonra, Biriciklik Kaynakları Ölçeği tekrar uygulanılarak ölçeğin geçerliği saptanmaya çalışılmıştır.

### 3. BÖLÜM

## BULGULAR

Bulgular bölümünde, Biriciklik Kaynakları Ölçeği geliştirilir iken, uygulanan istatistik aşamalarının bulguları ve edinilen bulguların yorumlanması yer almaktadır.

### 3.1. Birinci Uygulama

#### 3.1.1. Birinci Uygulama Örnekleminin Demografik Özellikleri

Bu bölümde, birinci uygulamada yer alan katılımcılara ait demografik özellikleri ve bu özelliklerin dağılımları, sırası ile yaş, cinsiyet ve eğitim durumları olarak tablolar ile aktarılmaktadır.

İlk olarak; birinci uygulama da yer alan katılımcıların yaş dağılımları aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

**Tablo 3.1.** Birinci uygulama örneklemini; Yaş Dağılımları

	Min	Max	Ortalama	Std. Dev.
Yaş	18	55	24	6.26

*Not.* N:268

İkinci olarak, birinci uygulama da yer alan katılımcıların cinsiyet dağılımları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.2.** Birinci uygulama örnekleme; Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	N	%	Valid %
Kadın	156	58.2	58.9
Erkek	109	40.7	41.1
Toplam	265	98.9	100
Kayıp veri	3	1.1	
Toplam	268	100	

*Not.* N: 268

Üçüncü ve son olarak, birinci uygulamada yer alan katılımcıların eğitim durumu dağılımları aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

**Tablo 3.3.** Birinci uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları

Eğitim	N	%	Valid %
Lise	25	9.3	9.5
Yüksekokul	63	23.5	23.9
Üniversite	160	59.7	60.6
Yüksek lisans	13	4.9	4.9
Doktora	3	1.1	1.1
Toplam	264	98.5	100
Kayıp veri	4	1.5	
Toplam	268	100	

*Not.* N: 268



### 3.1.2. Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

268 kişiden oluşan ilk örnekleme yapılan analizler sonucunda BKO'nin Kaiser-Meyer Olkin testi değeri .86, Bartlett's testi (Ki-kare = 772.54) anlamlılık düzeyi ise .000 olarak bulunmuş ve ölçek maddelerinin faktör analizine uygun olduğu belirlenmiştir. Faktör Analizlerinde, birden fazla faktörde faktör yük değerleri arasındaki fark .10'un altında olan veya .32'nin altında faktör yük değerine sahip olan maddelerin elenmesi yoluna gidilmiştir. Tüm bu analizler sonucunda, varyansın %45.98'ini açıklayan iki boyutlu bir yapı belirlenmiştir. Birinci boyutun maddelerine bakıldığında, beklendiği üzere, bireyin içsel-kişisel özellikleri olarak adlandırılabilir bir faktör olduğu anlaşılmaktadır. Söz konusu faktörün Cronbach's Alpha katsayısı hesaplandığında güvenilirlik düzeyi  $\alpha = .70$  olarak belirlenmiştir. İkinci faktörün iç tutarlılık katsayısının, daha az maddeden oluşmasına rağmen  $\alpha = .78$  olarak belirlenmiştir.

Faktörün son halindeki maddelerin; faktör yük, ortalama, standart sapma değerleri Tablo 4.'de verilmiştir.

**Tablo 3.4.** Açıklayıcı Faktör Analizi Sonuçları

	İçsel-Kişisel	Dışsal-Kişisel	Ortalama	Standart Sapma Değerleri
1	.62		4.13	.80
3	.46	.14	3.78	.91
5	.34		3.76	1.03
7	.37	.30	4.26	.81
8	.53	.12	3.86	.88
10	.50	.19	3.86	.89
11	.47		4.23	.91
2		.41	3.25	1.08
4		.81	3.66	1.07
6	.12	.65	3.83	.95
9		.74	3.80	.98
12	.26	.47	3.58	1.02

*Notlar.* N = 268, .10'un altındaki faktör yük değerleri tabloda gösterilmemektedir.

## 3.2. İkinci Uygulama

### 3.2.1. İkinci Uygulama Örnekleminin Demografik Özellikleri

Araştırmanın bu bölümüne, ikinci uygulama da yer alan katılımcılara ait demografik özellikler ve bu demografik özelliklere ait dağılımlar sırası ile yaş dağılımları, cinsiyet dağılımları ve eğitim durumu dağılımları aşağıdaki tablolar ile gösterilmektedir.

İlk olarak aşağıdaki tabloda, ikinci uygulamada yer alan katılımcıların yaş dağılımları gösterilmektedir.

**Tablo 3.5.** İkinci uygulama örneklemi; Yaş Dağılımları

	Min	Max	Ortalama	Std. Dev.
Yaş	18	68	29.5	1.09

*Not.* N: 187

İkinci olarak, uygulamaya katılan bireylerin cinsiyet dağılımları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.6.** İkinci uygulama örneklemi; Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	N	%
Kadın	133	71.1
Erkek	54	28.9

*Not.* N: 187

Üçüncü ve son olarak, ikinci uygulamada yer alan katılımcıların eğitim durumlarının dağılımı aşağıdaki tablo ile gösterilmektedir.

**Tablo 3.7.** İkinci uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları

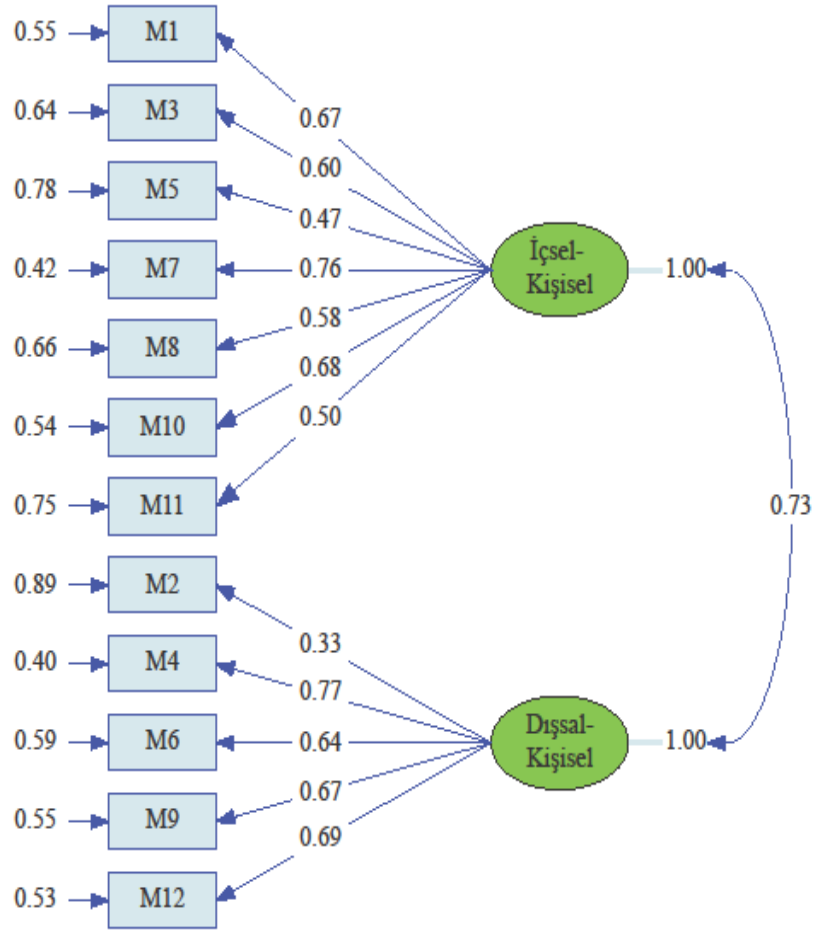
Eğitim	N	%
Lise	14	7.5
Yüksekokul	7	3.7
Üniversite	136	72.7
Yüksek lisans	10	5.3
Doktora	20	10.7

*Not.* N: 187

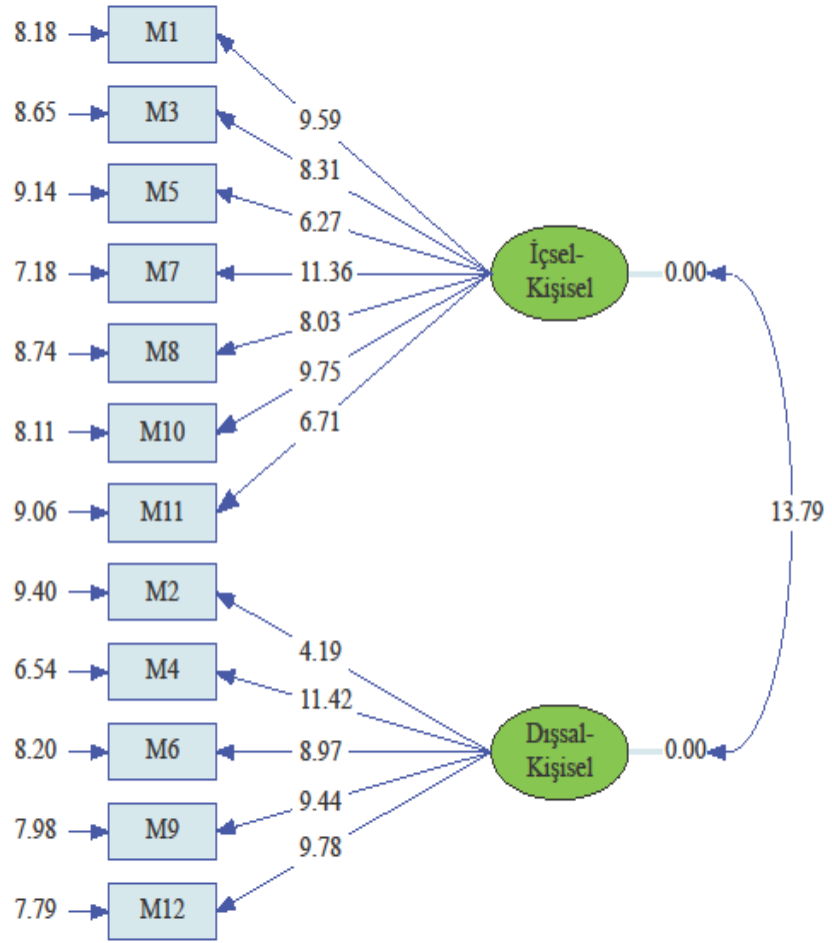
### 3.2.2. Doğrulayıcı Faktör Analizi Sonuçları

Ölçme modeline ilişkin standardize çözümlene sonuçları ve T-değerleri, aşağıdaki Şekil 3.1. ve Şekil 3.2.'de verilmiştir.

Şekil 3.1. Doğrulayıcı Faktör Analizi Standardize Parametre Değerleri



Şekil 3.2. T- Değerleri



### 3.2.3. Ölçme Modeline İlişkin Parametre Değerleri

Ölçme modeli ile ilişkili parametre değerleri Tablo 3.8.'de yer almaktadır.

**Tablo 3.8.** Ölçme Modeline İlişkin Faktör Yükleri ve T-Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	T- Değerleri	Standardize Faktör Yük Değerleri
İçsel-Kişisel		
M1	9.59*	.67
M3	8.31*	.60
M5	6.27*	.47
M7	11.36*	.76
M8	8.03*	.58
M10	9.75*	.68
M11	6.71*	.50
Dışsal-Kişisel		
M2	4.19*	.33
M4	11.42*	.77
M6	8.97*	.64
M9	9.44*	.67
M12	9.78*	.69

*Not. N = 187.*

### 3.2.4. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Biriciklik Kaynakları Ölçeği'nin yapı geçerliliğini analiz etmek için yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonucunda iki faktörlü model için uyum iyiliği değerleri Tablo3.9.'daki şekildedir. Sonuçlar, ölçeğin faktör yapısının verilerce desteklendiğini belirtmektedir.

**Tablo 3.9.** Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
$\chi^2$			118.32	
sd			53	
$\chi^2/sd$	2	5	5,90	Yetersiz Uyum
RMSEA	$0 < RMSEA < .05$	$.05 < RMSEA < .10$	0.081	Yeterli Uyum
CFI	$.95 \leq CFI < 1$	$.90 \leq CFI < .95$	0.90	Yeterli Uyum
GFI	$.95 \leq GFI < 1$	$.90 \leq GFI < .95$	0.90	Yeterli Uyum

### 3.2.5. Yapı Geçerliliği Uygulaması

Yapı geçerliliği çalışması bölümünde Biriciklik Kaynakları Ölçeğinin teorik anlamda ilişki göstereceği düşünülen değişkenler ile bağlantısı irdelenmiştir. Gerçekleştirilen çalışma aşağıdaki tabloda (Tablo 3.10.) yer almaktadır.

**Tablo 3.10.** İlişkili Değişkenler İle Korelasyonlar

	İçsel-Kişisel	Dışsal-Kişisel	BKÖ Toplam
NfU	.32**	.36**	.38**
SoU	.53**	.47**	.56**
Duygusal Zeka Özelliği-KF			
İyi-oluş	.54**	.47**	.57**
Öz-kontrol	.18*	.20**	.21**
Duygusallık	.08	.11	.11
Sosyallık	.42**	.36**	.44**
Beş Faktör Kişilik E.			
Dışa-dönüklük	.42**	.37**	.45**
Uzlaşabilirlik	.06	.00	.04
Öz-disiplin	.20**	.17*	.21**
Nevrotiklik	-.22**	-.20**	-.23**
Açıklık	.39**	.21**	.35**
Otantiklik Ölçeği			
Otantik-yaşam	.31**	.18*	.28**
Dış etkiyi kabullenme	-.27**	-.29**	-.31**
Kendine yabancılaşma	-.23**	-.28**	-.28**

*Notlar.* N = 187. NfU: Biriciklik İhtiyacı Ölçeği(Need for uniqueness); Sou: Biriciklik Hissi Ölçeği(The personal sense for uniqueness);Duygusal Zeka Özelliği-KF:Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu; Duygusal Zeka Özelliği-Kısa Formu alt boyutları: İyi-oluş, Öz-kontrol, Duygusallık, Sosyallık; Beş Faktör Kişilik E.: Beş Faktör Kişilik Envanteri ; Beş Faktör Kişilik Envanteri alt boyutları: Dış-dönüklük(extraversion), Uzlaşabilirlik/Kabul edilebilirlik(Agreableness), Öz-disiplin/dürüstlük(Conscientiousness), Nevrotiklik/Duygusal dengelilik(Neuroticism), Açıklık/gelişime açıklık(Openness); Otantiklik Ölçeği (Authenticity Scale) alt boyutları: Otantik-yaşam, Dış etkiyi kabullenme, Kendine yabancılaşma. \*. $p<0.5$ . \*\*.p<.01.



### 3.3. Üçüncü Uygulama (Test Tekrar-Test )

#### 3.3.1. Üçüncü Uygulama Örnekleme Demografik Özellikleri

Bu kısımda, üçüncü uygulamada yer alan katılımcıların demografik özellikleri sırası ile yaş, cinsiyet ve eğitim durumları incelenmiş ve dağılımları gösterilmektedir.

İlk olarak, üçüncü uygulamaya katılan kişilerin yaş dağılımları aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

**Tablo 3.11.** Üçüncü uygulama örnekleme; Yaş Dağılımları

	Min	Max	Ortalama	Std. Dev.
Yaş	24	67	38.5	1.17

*Not.* N: 23

İkinci olarak, üçüncü uygulamaya katılan bireylerin cinsiyet dağılımları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

**Tablo 3.12.** Üçüncü uygulama örnekleme; Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	N	%
Kadın	14	60.9
Erkek	9	39.1

*Not.* N: 23

Son olarak ise, üçüncü uygulamaya katılan bireylerin eğitim durumlarının dağılımı aşağıdaki tabloda gösterilmektedir.

**Tablo 3.13.** Üçüncü uygulama örnekleme; Eğitim Durumu Dağılımları

Eğitim	N	%
İlkokul	1	4.3
Lise	2	8.7
Üniversite	15	65.2
Yüksek lisans	2	8.7
Doktora	3	13.0

*Not. N: 23*

### 3.3.2. Test Tekrar-Test Korelasyonlarının İncelenmesi

Üçüncü uygulamada ise, asıl test grubu ile tekrar-test grubunun Biriciklik Kaynakları Ölçeği'nden aldıkları toplam puanların korelasyonları incelenmiştir. Yapılan analizde; Pearson Korelasyon katsayıları hem İçsel-Kişisel ( $r = .82$ ) ve Dışsal Kişisel ( $r = .76$ ) faktörlerde hem de toplam puanda ( $r = .83$ ) olarak hesaplanmış ve yüksek düzeyde korelasyon gösterdiği belirlenmiştir.

#### 4. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Gerçekleştirilen çalışmada, bireylerin hangi alanlarda kendilerini biricik/özgün olarak değerlendirdikleri irdelenerek, Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ) geliştirilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre biriciklik kaynakları içsel-kişisel ve dışsal-kişisel iki alt boyut olmak üzere, iki ana faktör ekseninde toplandığı görülmektedir. Geliştirilen ölçeğin ilk boyutunu “kişilik özelliklerim, yeteneklerim...” gibi içsel-kişisel faktörde 7 madde oluşturur iken; ölçeğin ikinci boyutunu ise “parasal gücüm, popülerliğim...” gibi dışsal-kişisel faktörde 5 madde oluşturmakta; toplam madde havuzunda ise; içsel-kişisel ve dışsal-kişisel olmak üzere, iki boyutta toplam 12 madde yer almaktadır.

Gerçekleştirilen çalışma, literatürdeki diğer çalışmalar ile de benzerlik göstermektedir. Ryan ve Deci(2000); kişilerin kendilerini gerçekleştirmeleri doğrultusunda iki temel motivasyondan yararlandıklarını bahseder ve bireylerin bu motivasyonlarını da, içsel motivasyon ve dışsal motivasyon olarak açıklar. Gerçekleştirilen (BKÖ) ölçek geliştirme çalışmasında da, kendilerini biricik/özgün olarak değerlendiren bireylerin biriciklik kaynaklarını da, benzer şekilde içsel-kişisel ve dışsal-kişisel olmak üzere, iki boyutun açıkladığı düşünülmektedir.

Gerçekleştirilen araştırmada elde edilen istatistiksel bulguların analizleri sonrasında; Biriciklik Kaynakları Ölçeği'nin kişilerin, kendilerini biricik olarak değerlendirdiği alanları ortaya koyduğu ve bu biriciklik alanlarını hangi düzeyde değerlendirdiklerini yansıtan, iki boyutlu faktör yapısına sahip olduğu belirtilmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular değerlendirildiğinde Biriciklik Kaynakları Ölçeği'nin NfU, SoU, Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu, Beş Faktör Kişilik Envanteri ve Otantik Yaşam ölçekleri ile ilişki gösterdiği belirtilmektedir.

#### 4.1. Biriciklik Kaynakları (BKÖ) İle NfU ve SoU Arasındaki İlişki

Şimşek ve Yalınçetin(2010) gerçekleştirdikleri çalışmada, NfU ile SoU ölçekleri arasında pozitif korelasyon saptamışlardır. Gerçekleştirilen Biriciklik Kaynakları Ölçeği çalışmasında da benzer bulgular elde edilmiştir. BKÖ’de toplam puanda NfU ile orta düzeyde korelasyon, SoU ile yüksek düzeyde korelasyon saptanırken; NfU ile içsel-kişisel faktörün ilişkisi dışsal-kişisel faktöre göre ilişkisinden düşük bulunur iken; SoU ise içsel-kişisel faktör ilişkisi, dışsal-kişisel faktörle olan ilişkisine göre yüksek olduğu belirtilmektedir. Tablo3.10.’da da yine görülebileceği gibi kendisini biricik olarak algılayan (SoU) bireylerin BKÖ toplam puanlarının yükseldiği ve içsel-kişisel faktörün korelasyon değerlerinin yüksek olduğu ve dışsal-kişisel faktörün korelasyon değerlerinin ise içsel-kişisel faktöre göre daha düşük olduğu görülmektedir. Buradan hareket ile kendisini biricik algılayan bireylerin, içsel-kişisel alanda kendilerini daha özgün bulduğu ve biriciklik algısına sahip olduklarından, biriciklik ihtiyaçlarının/gereksinimlerinin daha az olduğu düşünülebilir. Dolayısıyla da aksi yönde düşünüldüğünde; kendisini biricik olarak algılamayan bireylerin ise, biriciklik ihtiyaçlarının/gereksinimlerinin daha fazla olduğu düşünülebilir.

Ek olarak ise; kendisini biricik algılayan (SoU) bireylerin içsel-kişisel alanda kendilerini daha özgün bulmaları yönünden de bu bireylerin daha otantik kişiler olacağı düşünülebilir. Diğer bir deyişle ‘‘Otantiklik ile SoU’’ arasında da pozitif yönlü bir ilişkiden bahsetmek mümkün görülebilmektedir ki araştırma bulguları da bu görüşü desteklemektedir.

Rogers’a göre(1961) kişinin potansiyelini tam kullanabilmesi ve kendini gerçekleştirebilmesi için kendini biricik algılamasının önemini vurgulamaktadır. Benzer şekilde Ryan ve Deci’de (2000) insanların kendilerini gerçekleştirirken, içsel ve dışsal olmak üzere iki motivasyon kaynağından yararlandığına değinmektedir.

Gerçekleştirilen araştırmada kendisini içsel-kişisel alanda biricik/özgün değerlendiren bireylerin, kendisini dışsal-kişisel yönden biricik/özgün olarak değerlendiren bireylere göre kendileri hakkında daha yüksek ilişki düzeyinde biriciklik algısına (SoU) sahip oldukları gözlenmiştir. Buradan hareketle; kendisini içsel-kişisel yönden biricik olarak değerlendiren bireylerin, kendisini dışsal-kişisel yönden biricik olarak değerlendiren bireylere göre daha yüksek düzeyde, kendilerini gerçekleştirebilecekleri ve potansiyellerini daha yüksek düzeyde kullanacakları düşünülebilir.

#### **4.2. Biriciklik Kaynakları(BKÖ) İle Duygusal Zeka (Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu) Arasındaki İlişki**

Gerçekleştiren çalışmada, BKÖ ile Deniz, Özer ve Işık (2013) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan DZÖ-KF' u ile ilişkisi incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda BKÖ ölçeğinin DZÖ-KF alt boyutları olan "iyi-oluş, öz-kontrol ve sosyallik" ile korelasyon gösterdiği görülmüştür.

Maslow (1954), büyümek ve iyi-oluş yönünden pozitif insan çabalarının biriciklik ile ilişkili olduğundan bahsetmektedir. Dolayısıyla bu noktada, bireyin kendisini gerçekleştirmesi bağlamında, kişinin kendini biricik olarak değerlendirmesinin öneminden söz edilebilir. Yapılan farklı araştırmalarda; kişilerin kendilerini gerçekleştirme, potansiyellerini kullanma, öz-saygı, iyi-oluş, biriciklik gereksinimleri ve algıları gibi noktalar üzerinde durulmuş, kişilerin farklı alanlardaki motivasyon kaynakları irdelenmiştir.

Alanda yapılan çalışmaları derleyen Deniz'e göre; Kasser ve Ryan gerçekleştirdikleri çalışmalarında topluma katkı, kişisel-gelişim, kişiler arası ilişkiler gibi motivasyonları içsel; popülerlik, çekicilik, zengin olmak gibi motivasyonları ise dışsal olarak nitelendirmişlerdir(Akt; Deniz,2016). Benzer şekilde gerçekleştirilen çalışmada da BKÖ ölçeğini içsel-kişisel ve dışsal-kişisel olmak üzere, iki boyut oluşturmaktadır.

Deniz'e göre; Kasser ve Ryan yüksek içsel motivasyonlu kişilerin diğer kişilere göre daha yüksek "iyi-oluş, öz-saygı ve ilişki doyumuna sahip iken; yüksek dış motivasyonlu kişilerin ise daha düşük düzeyde "iyi-oluş, öz-saygı ve yaşam doyumuna" sahip olduklarını saptamışlardır (Akt; Deniz, 2016).

Gerçekleştirilen çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiştir. İçsel-kişisel alanda kendini biricik/özgün bulan bireylerin "iyi-oluş" ile gösterdikleri ilişki düzeyi, kendini dışsal-kişisel alanda biricik/özgün değerlendiren bireylerin "iyi-oluş" ile gösterdikleri ilişki düzeyinden daha yüksek korelasyon göstermiştir. Ek olarak, çalışmadan elde edilen sonuçlara göre; hem BKÖ ölçeği toplam puanı hem içsel-kişisel ve dışsal-kişisel ölçek alt boyutları ile DZKÖ-KF ölçeğinin alt boyutları olan sosyallik ve öz-kontrol arasında pozitif korelasyon görülürken duygusallık alt boyutu ile ilgili bir korelasyona rastlanılmamıştır.

### **4.3. Biriciklik Kaynakları(BKÖ) İle Kişilik (Beş Faktör Kişilik Envanteri) Arasındaki İlişki**

Gerçekleştirilen çalışmada Biriciklik Kaynakları ile kişilik arasındaki ilişki durumu incelenmiş, ilişkinin anlaşılması için Beş faktör kişilik envanteri (BFKE) kullanılmıştır.

Şimşek ve Yalınçetin (2010) gerçekleştirdikleri SoU ölçeğinin uyarlama çalışmasında Beş faktör kişilik envanterini kullanarak SoU ile kişilik envanterinin alt boyutları olan dışa-dönüklük(extraversion), öz-disiplin(conscientiousness), açıklık(openness) arasında pozitif korelasyon, nevroitiklik(neuroticism) ile negatif korelasyon bulunduğunu belirtirken, uzlaşabilirlik(agreeableness) ile bir korelasyona rastlamamışlardır.

Gerçekleştirilen BKÖ geliştirme çalışması analizinde de benzer sonuçlar ortaya çıkmış; SoU ile dışa-dönüklük, öz-disiplin ve açıklık arasında pozitif korelasyon, nevrotiklik ile negatif korelasyon gösterdiği sonucu elde edilirken uzlaşabilirlik ile korelasyon bulunmamıştır. SoU ölçeği kişilerin biriciklik hissi/algısı ile kişilik alt boyutları arasında ilişki düzeyini açıklamakta iken gerçekleştirilen BKÖ çalışması ek olarak kişilerin kendilerini hangi alanlarda biricik/özgün olarak değerlendirdikleri yönünde de bilgi vermektedir.

Yapılan çalışmada; bireylerin kendilerini biricik/özgün olarak değerlendirdiği alanlar içsel-kişisel ve dışsal-kişisel olmak üzere iki boyutta değerlendirilmiştir. Kendilerini içsel-kişisel yönden biricik/özgün olarak değerlendiren bireylerin, kendilerini dışsal-kişisel yönden biricik/özgün olarak değerlendiren bireylere göre kişilik özellikleri bakımından dışa-dönüklük, öz-disiplin ve açıklık alt boyutlarında pozitif yönde, nevrotiklik ile negatif yönde daha fazla ilişki gösterdiği sonucu elde edilmiştir. Uzlaşabilirlik ile herhangi bir korelasyona rastlanılmamıştır.

Alanda gerçekleştirilen çalışmaları derleyen Deniz'e göre; Doğan öznel iyi-oluş ile nevrotiklik arasında negatif bir korelasyon; öznel iyi-oluş ile dışa-dönüklük arasında pozitif yönde ilişki bulunduğunu belirtmiştir (Akt; Deniz, 2016). Gerçekleştirilen BKÖ çalışmasında da benzer bir sonuç ortaya konmuş DZÖ-KF alt boyutu olan iyi-oluş ile BFKE alt boyutu olan nevrotiklik ile negatif yönde korelasyon gösterdiği, diğer alt boyut olan dışa-dönüklük arasında ise iyi-oluş ile pozitif yönde korelasyon gösterdiği sonucu elde edilmiştir. Ayrıca yapılan BKÖ çalışmasında yine hem BKÖ toplam puanı hem de BKÖ alt boyutları olan içsel-kişisel ve dışsal-kişisel biriciklik alanları nevrotik kişilik özelliği ile negatif korelasyon gösterirken dışa-dönük kişilik özelliğiyle ise pozitif yönde korelasyon gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır.

#### **4.4. Biriciklik Kaynakları(BKÖ) İle Otantiklik (Otantiklik Ölçeği) Arasındaki İlişki**

Gerçekleştirilen çalışmada biriciklik kaynakları (BKÖ) ve otantiklik arasındaki ilişki de incelenmiştir. Bu noktada İlhan ve Özdemir (2013) tarafından Türkçe uyarlama çalışması yapılan Otantiklik Ölçeği kullanılmıştır.

Alanda gerçekleştirilen çalışmaları derleyen Deniz'e göre; Wood ve arkadaşları kavramsal olarak otantikliği; kişinin kendi ile ilgili kesin bir algısının olması ve diğer kişilerin kontrolünden bağımsız olabilmesi şeklinde tanımlamışlardır (Akt; Deniz, 2016). Buradan hareket ile içsel motivasyonları dışsal motivasyonlarına göre daha fazla olan bireylerin otantiklik düzeylerinin de daha fazla olacağı düşünülebilir.

Bu noktaya ek olarak, Şimşek (2009) düşük motivasyonlu olmanın ya da motivasyonsuz olmanın kişilerde amaçsızlık, boşluk ve kaybolmuşluk şeklinde duyguların oluşabileceğinden söz etmektedir ki bu noktada bireyin otantikliğinden söz etmenin oldukça güç olabileceği düşünülebilir.

Çalışma sonucunda beklendiği üzere içsel-kişisel yönde kendisini biricik/özgün değerlendiren bireylerin dışsal-kişisel yönde biricik/özgün olarak değerlendiren bireylere göre daha yüksek düzeyde otantik yaşama sahip oldukları sonucu elde edilmiştir. Ayrıca yine beklendiği üzere kendisini biricik/özgün olarak değerlendiren bireylerin otantiklik ölçeğinin diğer iki boyutunu oluşturan dış etkiyi kabullenme ve kendine yabancılaşma boyutları ile de negatif yönde korelasyon gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan hareketle; otantik yaşantıya sahip bireyler kendi algılarının kesin olması dolayısıyla dış etkiyi kabul etmediklerinden ve kendilerine yabancılaşma yaşamadıklarından söz edilebilir.



Ek olarak; otantik yaşam ve kişilik özellikleri korelasyonel olarak incelendiğinde; otantik yaşam ve dışa-dönüklük ile düşük pozitif; uzlaşabilirlik(agreableness) ile orta düzey pozitif, öz-kontrol(conscientious) ve açıklık(openness) ile yüksek düzeyde pozitif korelasyon gösterirken, nevroitiklik(neuroticism) ile negatif yönde korelasyon göstermekte; Biriciklik Hissi (SoU) ve DZÖ-KF alt boyutu iyi-oluş ile yüksek düzeyde pozitif ilişki göstermektedir. Buradan hareketle, elde edilen veriler yorumlandığında; kendini içsel-kişisel alanda biricik/özgün olarak değerlendiren bireylerin, kendini dışsal-kişisel alanda biricik/özgün olarak değerlendiren bireylere göre yüksek düzeyde, otantik yaşam sağladıkları, dış etkiyi kabul etmedikleri, kendileri ile ilgili kesin bilgiye sahip olduklarından kendilerine yabancılaşmayan, yeni deneyimlere açık, kendilerini biricik hisseden/algılayan, öz-kontrole sahip, uzlaşmacı, dışa-dönük, nevroitiklikten uzan ve duygusal zeka özelliği bağlamında iyi-oluş gösteren bireyler oldukları düşünülebilir.

#### **4.5. Çalışmanın Sonucu**

Gerçekleştirilen araştırma neticesinde; Biriciklik Kaynakları Ölçeği'nin, kişilerin kendilerini hangi alanlarda ve hangi düzeylerde biricik olarak değerlendirdiklerini yansıttıkları düşünülebilecek, iki boyutlu faktör yapısına sahip olan, psikometrik bir ölçüm aracı elde edildiği gösterilmiştir.

#### **4.6. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Öneriler**

Gerçekleştirilen araştırmaya İstanbul, İzmir ve Tekirdağ illerinde ikamet eden, farklı cinsiyet, yaş ve eğitim seviyelerine sahip, random seçilen 478 kişiden oluşan bir örneklem grubu katılım göstermiştir.

İlk olarak; gerçekleştirilen araştırma örnekleme farklı cinsiyet, yaş ve eğitim dağılımları içermek ile birlikte elde edilen veriler benzer toplum yapısı ve benzer kültür normlarına sahip kişiler tarafından sağlanmıştır. İleride gerçekleştirilecek farklı kültürlerde ortaya çıkabileceği farklı sonuçlar göz önünde bulundurulmalıdır. Dolayısı ile bireysel kültürlerde ya da daha kolektif kültürlerde yapılacak çalışmalarda, olası kültür etkisinin göz önünde bulundurulmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

İkinci olarak; Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu ve Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ) yönergelerinin derecelendirmesinde (1. Hiç biricik/özgün hissetmiyorum, ..., 5. Tamamen biricik/özgün hissediyorum) kişiler kendilerini yansıtan derecelendirmelerini "hissediyorum" şeklinde belirtmektedirler. Bu noktada ifade edilenin, aslında katılımcıların "değerlendirmeleri" ve "düşünceleri" olabileceği düşünülebilir; ancak yönerge gereği "his" olarak belirtilmiştir. Her ne kadar araştırma çerçevesinde; yönergenin anlaşılması yönünde bir sorun yaratmasa ya da katılımcılar tarafından araştırmacıya herhangi bir sorun belirtilmemiş olsa da "hissediyorum" yerine "değerlendiriyorum ya da düşünüyorum" şeklinde belirtilmesinin, daha doğru ve yararlı olacağı düşünülebilir.

Üçüncü olarak; yapılan çalışmanın kesitsel bir çalışma olduğu, başka bir deyişle seçilen grup boylamsal bir çalışma olarak uzun süre takip edilmemiş, evrenden random seçilen örneklem oluşturulmuş ve ölçekler katılımcılara uygulanmıştır. Bu sebep dolayısı ile nedensel çıkarımlar yapılabilmektedir. Bu nedenle dikkatli olunmasının faydalı olacağı düşünülebilir.

Dördüncü olarak; gerçekleştirilen çalışmanın korelasyonel niteliğe sahip bir çalışma olması nedeni ile nedensel çıkarımlar yapmaya izin vermeyeceği düşünülebilir. Bir başka deyişle, faktörler arasında bir ilişki bulunmakla beraber hangi faktörün hangi faktörü, pozitif ya da negatif etkilediğinin çıkarımında bulunmak güçtür. İlişkili iki faktörün hangisinin tetikleyici olduğunun, kesin bir dille söylenmesinin zorluğu bulunmaktadır çünkü bu faktörlerin tetikleyicisi, çalışmada değinilmemiş, üçüncü bir faktörün dahi, etkili olabileceği düşünülebilir.

Beşinci ve son olarak ise; ölçek geliştirilir iken araştırmacının tanımladığı çerçeve ekseninde çalışılmıştır. Diğer deyiş ile farklı bir biriciklik tanımlaması ekseninde ne şekilde bir sonuç elde edilebileceğini söylemek güçtür, dolayısıyla nihai bir biriciklik tanımı olmayacağı düşünülebilir.

## KAYNAKÇA

- Burger J.M., *Kişilik (Personality)*.Çev; Sarıoğlu E. D. İ, Kaknüs Yayıncılık (2004) 1. Basım, İstanbul, 2006.
- Corsini R.J.& Wedding D., *Modern Psikoterapiler*(Current Psychotherapies),Çev; Güzelyazıcı E., Çiftçi D.S., Türkoğlu M., Kaknüs Yayıncılık(2011), 1. Basım, İstanbul, 2012.
- Daş C., *Gestalt Terapi*, Hekimler Yayın Birliği Basım, Yayın,2. Baskı, Ankara, 2009.
- Deci, E. L., & Ryan R. M. (2000). The “What” and “Why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deniz, B. N. (2016). VAROLUŞSAL ÖFKE ÖLÇEĞİ GELİŞTİRME ÇALIŞMASI, İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Deniz, Engin M.& Özer, Esin ve Işık Erkan (2013) Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği- Kısa Formu: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması; Eğitim ve Bilim 2013,Cilt 38, Sayı 169.
- Deniz, İ.& Özdemir, Y. Otantiklik Ölçeğinin Türkçe’ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması; Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 2013, 5 (40), 142-153.
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, L. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-426.
- Dilmaç, B.& Ekşi, H. (2008). Meslek yüksek okullarında öğrenim gören öğrencilerin yaşam doyumları ve benlik saygılarının incelenmesi. Selçuk Üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi yıl:2008, sayı:20.

- Frankl, V.E. (1959). *From death-camp to existentialism: A psychiatrist's path a new therapy*. Beacon Press.
- Fromkin, H.L. & Snyder, C.R. (1980). The search for uniqueness and valuation of scarcity. In *Social Exchange* (pp. 57-75). Springer US.
- Gürpınar, M.A. (2002). Yaşantısal Öğrenme Kişisel Yaşantının/Şimdiki Zamanın İçinde Düşünmek. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 9 (9).
- Hyman R. (1964). *Psikolojik Araştırmanın Niteliği*. Çev: Özakpınar Y., Ötüken Neşriyat, İstanbul, 2010.
- Karasar N. (2010). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayın Dağıtım, 21. Baskı, Ankara.
- Kart, M. E., & Güldü, Ö. (2008). Özerk Benlik Yönetimi Ölçeği: Uyarlama Çalışması, *Ankara Üniversitesi eğitim bilimleri fakültesi dergisi*, yıl:2008, cilt:41, sayı:2, 187-207.
- Koole, S., L. & Kuhl, J.(2003). In Search of The Real Self: A Functional Perspective on Optimal Self-Esteem and Authenticity. *Psychological Inquiry*, Vol. 14, No.1 (2003), pp. 43-48.
- Lynn, M., & Harris, J. (1997). Individual differences in the pursuit of self-uniqueness through consumption. *Journal of Applied Social Psychology*, 27, 1861–1883.
- Markus, H. R., & Kitayama, S.(1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Maslow, A. (1970). *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.
- Maslow, A.H. (1954) *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.

- Morrison, T. G., & Bearden, A. G.(2007). The construction and validation of the homopositivity scale: An instrument measuring endorsement of positive stereotypes about gay men. *Journal of Homosexuality*, 52, 63-89.
- Petrides, K. V. (2009). *Technical manual for the Trait Emotional Intelligence Questionnaires (TEIQue)*. London, England: London Psychometric Laboratory.
- Rogers, C. (1995). *A way of being*. Houghton Mifflin Harcourt.
- Rogers, C.R. (1961). *On becoming a person: A Therapist's view of psychotherapy*.
- Ryan, R.M. & Brown, K.W. (2003). Why we don't need self-esteem: On fundamental needs, contingent love, and mindfulness. *Psychological Inquiry*, 14, 71-76.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Schultz D.P.& Schultz S.E., *Modern Psikoloji Tarihi* (a history of modern psychology, 8th edition 2004 by Wadsworth),Çev; Aslay Y., Kaknüs Yayınları (2004), 1. Basım, İstanbul, 2007.
- Snyder, C. R., & Fromkin, H. L. (1977). Abnormally as a positive characteristic: The development and validation of a scale measuring need for uniqueness. *Journal of Abnormal Psychology*, 86, 518-527.
- Snyder, C. R., & Fromkin, H. L. (1980). *Uniqueness: The human pursuit of difference*. New York, NY: Plenum.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. ( 2002). *Handbook of positive psychology*. Oxford: Oxford University Press.

- Sumer, N., Lajunen, T., & Ozkan, T. (2005). Big five personality traits as the distal predictors of road accident involvement. In G. Underwood (Ed.), *Traffic and transport psychology* (pp.215-227). Linois: Elsevier.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness revisited: Ontological well-being as a theory-based construct of subjective well-being. *Journal of Happiness Studies, 10*, 505-522.
- Şimşek, Ö.F. & Yalınçetin, B. (2010). I feel unique, therefore I am: The development and preliminary validation of the personal sense of uniqueness (PSU) scale. *Personality and Individual Differences, 49* (6), 576-581.
- Tepper, K. (1996). Understanding consumers' counterconformity behavior: A critical appraisal of trait measures employed in noconformity research. In C. Droge & R. Calantone (Eds.), *AMA Educators' Proceedings* ( Vol. 7, pp. 252-257). Chicago, IL: American Marketing Association.
- Vignoles, V. L. (2000). The distinctiveness principle: Identity, meaning, and the bounds of cultural relativity. *Personality and Social Psychology Review, 4*, 337-354.
- Yalom I., *Varoluşçu Psikoterapi*(Existential Psychotherapy) Çev: Babayiğit İ.Z., Kabalıcı Yayınevi (1999), 3.Basım, İstanbul, 2001.
- Wood, A., Linley, P., Maltby, J., Baliouis, M. & Joseph,S. (2008). The authenticpersonality: A theoretical andempirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology,55*,385–399.

## EKLER

Bu bölümde; araştırmada kullanılan form ve ölçeklere, aşağıda sırası ile yer verilmektedir.

### Ek-1. Demografik Bilgi Formu

YAŞ:

KADIN ( ) ERKEK ( )

EĞİTİM DURUMU:

İLKOKUL ( ) ORTAOKUL ( ) LİSE ( ) YÜKSEKOKUL ( ) ÜNİVERSİTE ( )  
YÜKSEKLİSANS ( ) DOKTORA ( )

### Ek-2. Biriciklik Kaynakları Ölçeği İlk Formu

Aşağıda bir dizi özellik verilmektedir. Sizden istenen kendinizi aşağıdaki alanlarda ne kadar biricik/özgün hissettiğinizi belirtmenizdir. Doğru veya yanlış cevap söz konusu değildir, önemli olan kendinizi nasıl algıladığınızı samimi bir şekilde belirtmenizdir.	Hiç biricik/özgün hissetmiyorum	Çok az biricik/özgün hissediyorum	Kısmen biricik/özgün hissediyorum	Yüksek oranda biricik/özgün hissediyorum	Tamamen biricik/özgün hissediyorum
Örneğin kendi kişilik özelliklerinizi düşündüğünüzde ne kadar kendinizi özgün/biricik hissediyorsunuz? Veya yetenekleriniz söz konusu olduğunda? Her bir alanda kendinize göre özgünlüğünüzü/biricikliğinizi aşağıdaki derecelendirmeye göre yandaki kutulara işaretleyiniz.					
1. Hiç biricik/özgün hissetmiyorum					
2. Çok az biricik/özgün hissediyorum					
3. Kısmen biricik/özgün hissediyorum					
4. Yüksek oranda biricik/özgün hissediyorum					
5. Tamamen biricik/özgün hissediyorum					
1) KİŞİLİK ÖZELLİKLERİM	1	2	3	4	5
2) YETENEKLERİM	1	2	3	4	5
3) GEÇİRMİŞ OLDUĞUM YAŞANTILAR	1	2	3	4	5
4) HAYALLERİM	1	2	3	4	5
5) YAŞAMDA PLANLADIĞIM ŞEYLER	1	2	3	4	5
6) DİNİ İNANCIM	1	2	3	4	5
7) DUYGULARIM	1	2	3	4	5
8) DÜŞÜNCELERİM	1	2	3	4	5
9) ZEKÂM	1	2	3	4	5
10) İŞİM	1	2	3	4	5
11) YAŞAM FELSEFEM	1	2	3	4	5
12) SAHİP OLDUĞUM BİLGİLER	1	2	3	4	5
13) ÇEVREMDEKİ SAYGINLIĞIM	1	2	3	4	5
14) PARASAL GÜCÜM	1	2	3	4	5
15) ÇEKİCİLİĞİM	1	2	3	4	5
16) GİYİM TARZIM	1	2	3	4	5
17) ÇEVREMDEKİ İMAJIM	1	2	3	4	5
18) BAŞARILARIM	1	2	3	4	5
19) FİZİKSEL GÖRÜNÜMÜM	1	2	3	4	5
20) YAŞAM TARZIM	1	2	3	4	5
21) HOBİLERİM	1	2	3	4	5
22) İNSANLARLA İLİŞKİ KURMA BİÇİMİM	1	2	3	4	5
23) AİLEM	1	2	3	4	5
24) POPÜLERLİĞİM	1	2	3	4	5



### Ek-3. Biriciklik Kaynakları Ölçeği (BKÖ)

Aşağıda bir dizi özellik verilmektedir. Sizden istenen kendinizi aşağıdaki alanlarda ne kadar biricik/özgün hissettiğinizi belirtmenizdir. Lütfen yanıtlarınızı aşağıdaki derecelendirme ölçeğini kullanarak belirtiniz.					
	Hiç biricik hissetmiyorum	Çok az biricik hissediyorum	Kısmen biricik hissediyorum	Yüksek oranda biricik hissediyorum	Tamamen biricik hissediyorum
1. Hiç biricik/özgün hissetmiyorum					
2. Çok az biricik/özgün hissediyorum					
3. Kısmen biricik/özgün hissediyorum					
4. Yüksek oranda biricik/özgün hissediyorum					
5. Tamamen biricik/özgün hissediyorum					
1) KİŞİLİK ÖZELLİKLERİM	1	2	3	4	5
2) PARASAL GÜCÜM	1	2	3	4	5
3) YETENEKLERİM	1	2	3	4	5
4) ÇEKİCİLİĞİM	1	2	3	4	5
5) GEÇİRMİŞ OLDUĞUM YAŞANTILAR	1	2	3	4	5
6) FİZİKSEL GÖRÜNÜMÜM	1	2	3	4	5
7) ZEKÂM	1	2	3	4	5
8) SAHİP OLDUĞUM BİLGİLER	1	2	3	4	5
9) GİYİM TARZIM	1	2	3	4	5
10) BAŞARILARIM	1	2	3	4	5
11) İNSANLARLA İLETİŞİM KURMA BİÇİMİM	1	2	3	4	5
12) POPÜLERLİĞİM	1	2	3	4	5

### Ek-4. NfU ( Need for uniqueness) Ölçeği

Aşağıdaki her bir madde için size uygun gördüğünüz, sizi yansıtan bir şıkkı işaretleyiniz.
1) Lütfen aşağıdakilerden birisini işaretleyiniz. 1. Diğer insanlardan farklı olmayı tercih etmem. 2. Diğer insanlardan biraz farklı olmayı tercih ederim. 3. Diğer insanlardan orta düzeyde farklı olmayı tercih ederim. 4. Diğer insanlardan çok farklı olmayı tercih ederim. 5. Diğer insanlardan tamamen farklı olmayı tercih ederim.
2) Lütfen aşağıdakilerden birisini işaretleyiniz. 1. Farkedilir olmak benim için hiç önemli değildir. 2. Farkedilir olmak benim için biraz önemlidir. 3. Farkedilir olmak benim için orta düzeyde önemlidir. 4. Farkedilir olmak benim için oldukça önemlidir. 5. Farkedilir olmak benim için çok fazla önemlidir.
3) Lütfen aşağıdakilerden birisini işaretleyiniz. 1. Kendimi çevremdeki insanlardan farklı kılmak için hiç bir şey yapmam. 2. Kendimi çevremdekilerden farklı kılmak için çok nadiren bir şeyler yaparım. 3. Kendimi çevremdekilerden farklı kılmak için bazen birşeyler yaparım. 4. Kendimi çevremdekilerden farklı kılmak için sıklıkla birşeyler yaparım. 5. Kendimi çevremdekilerden farklı kılmak için her zaman birşeyler yaparım.
4) Lütfen aşağıdakilerden birisini işaretleyiniz. 1. Biricik hissetmek benim için zayıf bir ihtiyaçtır. 2. Biricik hissetmek benim için biraz güçlü bir ihtiyaçtır. 3. Biricik hissetmek benim için orta düzeyde güçlü bir ihtiyaçtır. 4. Biricik hissetmek benim için güçlü bir ihtiyaçtır. 5. Biricik hissetmek benim için oldukça güçlü bir ihtiyaçtır.

## Ek-5. SoU (The personal sense of uniqueness) Ölçeği

SAYIN KATILIMCI					
Aşağıdaki ölçeğin ifadelerinin doğru ya da yanlış yanıtının olması söz konusu değildir. Bu araştırma açısından önemli olan, her bir ifadenin sizin gerçekten düşündüklerinizi ya da hissettiklerinizi ne derecede yansıttığıdır. İÇTEN YANIT VERMEMENİZ TÜM ARAŞTIRMA SONUÇLARINI OLUMSUZ ETKİLEYECEK VE CİDDİ ANLAMDA EMEK KAYBINA YOL AÇACAKTIR. Lütfen her bir ifadeyi dikkatle okuduktan sonra bu ifadelerin sizin kendinize ilişkin algılarınızı ne kadar yansıttığını belirtiniz. Yardımlarınız için teşekkür ederiz.					
1	2	3	4	5	
Bana Hiç Uygun Değil	Bana Çok Az Uygun	Bana Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun	
Aşağıdaki her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak değerlendiriniz.					
	1	2	3	4	5
1) İnsanlar beni tanımaya başladıkça sadece bana özgü olan yanlarımı da kavramaya başlarlar.	1	2	3	4	5
2) Biricik olduğumu hissediyorum.	1	2	3	4	5
3) Beni diğerlerinden ayıran en özgün yönlerimin ne olduğunu düşündüğümde pek bir şey bulamıyorum.	1	2	3	4	5
4) Beni ben yapan özelliklerimin diğer insanlarınkinden farklı olduğunu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
5) Bazı özelliklerimin tamamen bana ait olduğunu hissedirim.	1	2	3	4	5

## Ek-6. Duygusal Zeka Özelliği- Kısa Formu ( Trait Emotional Intelligence-Short Form)

Yönerge: Lütfen aşağıdaki her ifadeyi o ifadeye katılma ya da katılmama derecenizi yansıtan rakamı daire içine alarak cevaplayınız İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. Hızlı ilerleyiniz ve kesin cevaplar vermeye çalışınız. İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. 1- Doğru ya da yanlış cevap yoktur. 1-Hiç katılmıyorum 7-Tamamen katılıyorum arasında 7 cevap seçeneğiniz vardır. İlginiz ve zaman ayırdığınız için teşekkürler.							
1.... 2..... 3..... 4..... 5..... 6..... 7.....	Kesinlikle Katılmıyorum				Kesinlikle Katılıyorum		
	1	2	3	4	5	6	7
1) Genel anlamda, yüksek motivasyonlu birisiyim.	1	2	3	4	5	6	7
2) Duygularımı düzenlemekte genellikle zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
3) İnsanlarla etkin bir biçimde başedebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4) Verdiğim kararlarımı sıklıkla değiştirme eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
5) Çoğu zaman hangi duyguyu hissettiğimi ayırt edemem.	1	2	3	4	5	6	7
6) Birçok iyi özelliğe sahip olduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7) Haklarımı savunmak benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
8) Diğer insanların duygularını bir şekilde etkileyebilme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
9) Olayların akışına göre hayatımı düzenlemek benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
10) Genelde stresle başedebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
11) Yakınlarıma, duygularımı göstermekte genelde zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12) Motivasyonumu devam ettirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
13) Genel olarak, hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7
14) Sonradan pişman olacağım şeyleri yapma eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
15) Sıklıkla duraksar ve hissettiklerimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
16) Kişisel donanımlarımın, güçlü yönlerimin tam olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17) Tartışırken haklı olduğumu bilsem dahi, geri çekilmeye meyilliyim.	1	2	3	4	5	6	7
18) Genellikle, hayatımda işlerin yolunda gideceğine inanırım.	1	2	3	4	5	6	7
19) Bana çok yakın olan kişilerle bile, aramda bağ oluşturmak benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
20) Genellikle, yeni çevreye uyum sağlama yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7

## Ek-7. Beş Faktör Kişilik Envanteri

Açıklama: Aşağıda sizi kısmen tanımlayan (ya da pek tanımlayamayan) bir takım özellikler sunulmaktadır. Örneğin, başkaları ile zaman geçirmekten hoşlanan birisi olduğunuzu düşünüyor musunuz? Lütfen aşağıda verilen özelliklerin sizi ne oranda yansıttığını ya da yansıtmadığını belirtmek için sizi en iyi tanımlayan rakamı her bir özelliğin yanındaki dereceleme ölçeğinde belirtiniz.	Hiç uygun değil	Çok az uygun	Ne uygun ne değil (Kararsızım)	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun
01. Konuşkan	1	2	3	4	5
02. Başkalarında hata arayan	1	2	3	4	5
03. İşini tam yapan	1	2	3	4	5
04. Bunalmı, melankolik	1	2	3	4	5
05. Orijinal, yeni görüşler ortaya koyan	1	2	3	4	5
06. Ketum/vakur	1	2	3	4	5
07. Yardımsever ve çıkarıcı olmayan	1	2	3	4	5
08. Biraz umursamaz	1	2	3	4	5
09. Rahat, stresle kolay baş eden	1	2	3	4	5
10. Çok değişik konuları merak eden	1	2	3	4	5
11. Enerji dolu	1	2	3	4	5
12. Başkalarıyla sürekli didişen	1	2	3	4	5
13. Güvenilir bir çalışan	1	2	3	4	5
14. Gergin olabilen	1	2	3	4	5
15. Maharetli, derin düşünen	1	2	3	4	5
16. Heyecan yaratabilen	1	2	3	4	5
17. Affedici bir yapıya sahip	1	2	3	4	5
18. Dağınık olma eğiliminde	1	2	3	4	5
19. Çok endişelenen	1	2	3	4	5
20. Hayal gücü yüksek	1	2	3	4	5
21. Sessiz bir yapıda	1	2	3	4	5
22. Genellikle başkalarına güvenen	1	2	3	4	5
23. Tembel olma eğiliminde olan	1	2	3	4	5
24. Duygusal olarak dengeli, kolayca keyfi kaçmayan	1	2	3	4	5
25. Keşfeden, icat eden	1	2	3	4	5
26. Atılgan bir kişiliğe sahip	1	2	3	4	5
27. Soğuk ve mesafeli olabilen	1	2	3	4	5
28. Görevi tamamlanıncaya kadar sebat edebilen	1	2	3	4	5
29. Dakikası dakikasına uymayan	1	2	3	4	5
30. Sanata ve estetik değerlere önem veren	1	2	3	4	5
31. Bazen utangaç, çekingen olan	1	2	3	4	5
32. Hemen hemen herkese karşı saygılı ve nazik olan	1	2	3	4	5
33. İşleri verimli yapan	1	2	3	4	5
34. Gergin ortamlarda sakin kalabilen	1	2	3	4	5
35. Rutin işleri yapmayı tercih eden	1	2	3	4	5
36. Sosyal, girişken	1	2	3	4	5
37. Bazen başkalarına kaba davranabilen	1	2	3	4	5
38. Planlar yapan ve bunları takip eden	1	2	3	4	5
39. Kolayca sinirlenen	1	2	3	4	5
40. Düşünmeyi seven, fikirler geliştirebilen	1	2	3	4	5
41. Sanata ilgisi çok az olan	1	2	3	4	5
42. Başkalarıyla işbirliği yapmayı seven	1	2	3	4	5
43. Kolaylıkla dikkati dağılan	1	2	3	4	5
44. Sanat, müzik ve edebiyatta çok bilgili	1	2	3	4	5

## Ek-8. Otantiklik Ölçeği ( Authenticity Scale)

Aşağıda kendinize ilişkin birtakım ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin doğru ya da yanlış yanıtının olması söz konusu değildir. Lütfen söz konusu ifadelerin size uygunluğunu aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak yanıtlama kağıdına işaretleyiniz.						1	2	3	4	5
Hiç Uygun Değil	Kısmen Uygun	Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun	Hiç Uygun Değil	Kısmen Uygun	Uygun	Oldukça Uygun	Tamamen Uygun	
1) Bence popüler olmaktansa kendin olmak daha iyidir.	1	2	3	4	5					
2) Gerçekte tam olarak ne hissettiğimi <u>bilemiyorum</u> .	1	2	3	4	5					
3) Başkalarının fikirlerinden güçlü bir şekilde etkilenirim.	1	2	3	4	5					
4) Genellikle diğer insanların bana yapmamı söyledikleri şeyi yaparım.	1	2	3	4	5					
5) Her zaman, başkalarının benden beklediklerini yapmam gerektiğini hissederim.	1	2	3	4	5					
6) Diğer insanlar beni fazlasıyla etki altında bırakır.	1	2	3	4	5					
7) Kendimi çok iyi <u>tanımadığımı</u> hissederim.	1	2	3	4	5					
8) Her zaman inandığım şeyin arkasında dururum (savunurum).	1	2	3	4	5					
9) Birçok durumda kendime karşı dürüstümdür.	1	2	3	4	5					
10) “Gerçek ben”den kopmuş gibi hissediyorum.	1	2	3	4	5					
11) Kendi değerlerime ve inançlarıma göre yaşarım.	1	2	3	4	5					
12) Kendime yabancılaşmış gibi hissediyorum.	1	2	3	4	5					

Ek-9. Tüm Değişkenler Arası Korelasyonlar (Tablo 3.10'a ek olarak)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1 BKÖ Toplam Puan	1																
2 BKÖ İçsel-kişisel	.91**	1															
3 BKÖ Dışsal-kişisel	.87**	.60**	1														
4 NFU	.38**	.32**	.36**	1													
5 SoU	.56**	.53**	.47**	.45**	1												
6 İyi-oluş	.57**	.54**	.47**	.17*	.40**	1											
7 Öz-kontrol	.21**	.18*	.20**	-.05	.16*	.34**	1										
8 Duygusalılık	.11	.08	.11	.04	.13	.17*	.30**	1									
9 Sosyalilik	.44**	.42**	.36**	.15*	.35**	.37**	.28**	.12	1								
10 Dışa-dönüklük(Extr.)	.45**	.42**	.37**	.09	.28**	.31**	.06	.13	.28**	1							
11 Uzlaşabilirlik(Agreea.)	.04	.06	.00	-.09	-.01	.12	.16*	.23**	-.00	.12	1						
12 Öz-disiplin(Conscien.)	.21**	.20**	.17*	.01	.24**	.40**	.45**	.29**	.30**	.15*	.23**	1					
13 Nevrotiklik(Neurotic.)	-.23**	-.21**	-.20**	-.06	-.15*	-.43**	-.52**	-.15*	-.17*	-.19*	-.33**	-.24**	1				
14 Açıklık(Openness)	.45**	.39**	.21**	.23**	.46**	.29**	.10	.13	.26**	.33**	.11	.17*	-.19**	1			
15 Otantik-yaşam	.28**	.31**	.18*	.02	.33**	.39**	.24**	.25**	.27**	.18*	.25**	.36**	-.17*	.31**	1		
16 Dış etkiyi kabullenme	-.31**	-.27**	-.29**	-.02	-.32**	-.28**	-.35**	-.29**	-.41**	-.29**	-.06	-.21**	.24**	-.34**	-.30**	1	
17 Kendine yabancılaşma	-.28**	-.23**	-.28**	.00	-.26**	-.42**	-.52**	-.36**	-.29**	-.14	-.18*	-.40**	.45**	-.10	-.34**	.46**	1

Notlar: 187. \* p<0.5. \*\* p<0.01.

## ÖZGEÇMİŞ

### KİŞİSEL BİLGİLER

Adı-Soyadı: Berk KİRİŞTAŞ

Doğum yeri- yılı: Konak - 1989

Medeni Hali: Bekar

Adres(Ev): Tülay Aktaş Cad. No4./5 Narlıdere/İzmir

E-Mail: berkkiristas@hotmail.com

Telefon: (536) 375 86 81

### EĞİTİM DURUMU

(2013-2014/2016-2017) İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Klinik (Tezli) Psikoloji Yüksek Lisansı.

(2013) İstanbul Arel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü.

(2006) İzmir Özel Fatih Koleji Lisesi

(2003) Mustafa Şık İ.Ö.O

### YABANCI DİL

İngilizce

### İŞ TECRÜBESİ

(2015) Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesi- Stajyer Psikolog.

(2014) Türkiye Omurilik Felçlileri Derneği- Özel Hüsnü Ayık Bakım Merkezi-  
Psikolog.

(2010) İstanbul Bakırköy R.A.M- Stajyer Öğrenci.