



T.C.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**NARSİSİZM İLE DÜRTÜSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİDE
DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ VE BİLİŞSEL ESNEKLİĞİN
ARACI ROLÜ**

FEYZA NUR KALIN

KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üye. Hande GÜNDOĞAN

İSTANBUL-2020



T.C.

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**NARSİZM İLE DÜRTÜSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİDE
DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ VE BİLİŞSEL ESNEKLİĞİN
ARACI ROLÜ**

FEYZA NUR KALIN

KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

DANIŞMAN

Dr. Öğr. Üye. Hande GÜNDOĞAN

İSTANBUL-2020

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	iii
BEYAN	iv
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vi
TABLolar	viii
ŞEKİLLER	x
ÖZET	xi
ABSTRACT	xii
BÖLÜM 1	1
GİRİŞ VE AMAÇ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	3
1.2. Araştırma Temel Hipotezleri	3
1.3. Araştırma Alt Hipotezleri	4
BÖLÜM 2	5
KAVRAMLAR	5
2.1. Narsisizm	5
2.1.1. Narsisizm Kavramının Tarihçesi	5
2.1.2. Normal Narsisizm ve Patolojik Narsisizm	7
2.1.3. Narsisistik Kişilik Bozukluğu	8
2.1.4. Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm	9
2.2. Dürtüsellik	11
2.3. Duygu Düzenleme	12
2.3.1. Duygu Düzenleme Güçlüğü	14
2.4. Bilişsel Esneklik	16
BÖLÜM 3	20
LİTERATÜRDE NARSİSİZM, DÜRTÜSELLİK, DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ VE BİLİŞSEL ESNEKLİK İLİŞKİLERİ	20
3.1. Narsisizm ile Dürtüsellik İlişkisi	20
3.2. Narsisizm ile Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi	22
3.3. Narsisizm ile Bilişsel Esneklik İlişkisi	24
3.4. Dürtüsellik ile Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi	25

3.5. Dürtüsellik ile Bilişsel Esneklik İlişkisi	27
BÖLÜM 4	30
GEREÇ ve YÖNTEM.....	30
4.1. Araştırmanın Katılımcıları.....	30
4.2. Veri Toplama Araçları.....	30
4.2.1 Ölçekler.....	31
BÖLÜM 5	35
SONUÇLAR	35
5.1. Bulgular	35
5.1.1. Demografik Bilgiler.....	35
5.1.2. Ölçek Bilgileri.....	36
5.1.3. Temel Hipotezler	38
5.1.4. Alt Hipotezler	48
BÖLÜM 6	52
TARTIŞMA	52
6.1. Sonuçlar ve Klinik Önem	59
6.2. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler	60
KAYNAKLAR	62
EKLER.....	77
EK 1 - GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU	77
EK 2 - DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU	78
EK 3 – BEŞ FAKTÖR NARSİZM ÖLÇEĞİ-KISA FORM (FFNI-SF)	80
EK 4 – BİLİŞSEL ESNEKLİK ENVANTERİ (BEE)	83
EK 5 – DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ÖLÇEĞİ (DDGÖ)	85
EK 6 – BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ (BDÖ-11)	88
ETİK KURUL ONAYI.....	90

KISALTMALAR

APA	: Amerikan Psikiyatri Birliği
BDÖ-11	: Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11
BEE	: Bilişsel Esneklik Envanteri
bknz.	: Bakınız
DDGÖ	: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği
DSM	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı
FFNI-SF	: Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form
SPSS	: Sosyal Bilimler için İstatistik Programı

TABLÖLAR

Tablo 5. 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Tablo 5.2. Ölçeklerin geçerlik analiz puanları

Tablo 5.3. Cronbach's Alpha Değerleri İçin Bir Sınıflama

Tablo 5.4. Ölçek ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizi Sonuçları

Tablo 5.5. FFNI-SF ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.6. . Büyüklenmeci Narsisizm ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.7. Kırılgan Narsisizm ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.8. FFNI-SF ve DDGÖ puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.9. Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm, DDGÖ puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.10. Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm, BEE puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.11. DDGÖ ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.12. BEE ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Tablo 5.13. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi

Tablo 5.14. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi

Tablo 5.15. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi

Tablo 5.16. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi

Tablo 5.17. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi

Tablo 5.18. Cinsiyete Göre FFNI-SF Ölçeği-Büyüklenmeci Narsisizm Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları

Tablo 5.19. Cinsiyete Göre FFNI-SF Ölçeği-Kırılgan Narsisizm Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları

Tablo 5.20. Cinsiyete Göre BDÖ-11 Ölçeği Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları

Tablo 5.21. Cinsiyete Göre DDGÖ Ölçeği Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları

Tablo 5.22. Cinsiyete Göre BEE Ölçeği Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları



ŞEKİLLER

Şekil 1.1. Araştırmanın ana hipotezi

Şekil 1.2. Araştırmanın ana hipotezi

Şekil 5.1. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model

Şekil 5.2. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model

Şekil 5.3. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model

Şekil 5.4. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model

Şekil 5.5. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model

ÖZET

NARSİZİZM İLE DÜRTÜSELLİK ARASINDAKİ İLİŞKİDE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ VE BİLİŞSEL ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜ

Bu araştırmada narsisizm alt boyutları (büyüklenmeci ve kırılan narsisizm) ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rolünün incelenmesi hedeflenmektedir. Araştırmaya farklı üniversitelerde eğitim gören 18-43 yaş arası 546 öğrenci katılım sağlamıştır. Narsisizmin ölçülmesi amacıyla Glover ve diğerleri (2012) tarafından geliştirilen ve Sherman ve diğerleri (2015) tarafından kısa formu oluşturulan Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form (FFNI-SF) kullanılmıştır. Dürtüsellik düzeyini ölçmek için Patton ve diğerleri (1995) tarafından geliştirilen Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) kullanılmıştır. Duygu düzenleme güçlüğüne ölçülmesi için Gratz ve Roemer (2004) tarafından geliştirilen Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ), bilişsel esneklik için Dennis ve Vander Wal (2010) tarafından geliştirilen Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) kullanılmıştır. Araştırmada yapılan analizler sonucunda narsisizm alt boyutları ile dürtüsellik arasında, narsisizm alt boyutları ile duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esneklik arasında ve dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esneklik arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yapılan mediatör analizleri sonucunda narsisizm alt boyutları ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rol oynadığı görülmüştür. Araştırma sonucunda ulaşılan bulgular literatür çerçevesinde tartışılmış ve ileride yapılacak olan çalışmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: narsisizm, dürtüsellik, duygu düzenleme güçlüğü, bilişsel esneklik

ABSTRACT

THE MEDIATOR ROLE OF EMOTION REGULATION DIFFICULTIES AND COGNITIVE FLEXIBILITY IN RELATION BETWEEN NARCISSISM AND IMPULSIVITY

The aim of this study is to examine the mediator role of emotion regulation difficulties and cognitive flexibility in the relationship between subdimensions of narcissism (grandiose and vulnerable narcissism) and impulsivity. 546 students whose ages between 18 and 43 from different universities were participated in the study. To measure narcissism, Five Factor Narcissism Scale-Short Form (FFNI-SF) which was developed by Glover et al. (2012) and short form was developed by Sherman et al. (2015) was used. To measure impulsivity level, Barratt Impulsivity Scale-11 (BIS-11) which was developed by Patton et al. (1995) was used. To measure emotion regulation difficulties, Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) which was developed by Gratz and Roemer (2004) and for cognitive flexibility, Cognitive Flexibility Inventory (CFI) which was developed by Dennis and Vander Wal (2010) were used. The results of this study demonstrated that there were significant relationships between subdimensions of narcissism and impulsivity, subdimensions of narcissism, emotion regulation difficulties and cognitive flexibility, impulsivity, emotion regulation difficulties and cognitive flexibility. The results of mediator analysis demonstrated that emotion regulation difficulties and cognitive flexibility play a mediating role in the relationship between subdimensions of narcissism and impulsivity. Results of the study were discussed according to literature and were given suggestions for future studies.

Key Words: narcissism, impulsivity, emotion regulation difficulties, cognitive flexibility

BÖLÜM 1

GİRİŞ VE AMAÇ

Narsisizm kavramı kişinin kendisine karşı duyduğu abartılı sevgi, büyüklenmecilik, kibirlilik ve benmerkezcilik özellikleri ile karakterizedir (Budak, 2003; Kubarych, Deary ve Austin, 2004). Birçok araştırmacı narsisizmin hem normal hem de patolojik formunun bulunduğunu düşünmektedir (Kernberg 1998; Kohut 1977; Pincus, 2005). Narsisistik kişilik özellikleri gibi görünen beğenilme, sevilme ve onaylanma ihtiyaçları her insanda belli miktarda bulunmaktadır (Özmen, 2011). Bu özelliklerin kişide yeterli derecede bulunması normal narsisizmi göstermektedir (Foster, 2007; Rozenblatt, 2002). Patolojik narsisizmde kişinin tanınma, ilgi görme, onaylanma gibi ihtiyaçları yoğun ve abartılı bir düzeydedir. Patolojik narsisizm özelliklerine sahip kişiler kendilerinin başkalarından daha üstün ve ayrıcalıklı olduğuna inanırlar (Kernberg, 1975). Literatürde yapılan çok sayıda çalışma patolojik narsisizmin büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm olmak üzere iki ana boyuta sahip olduğunu göstermiştir (Akhtar ve Thompson, 1982; Gabbard, 1989; Wink, 1991; Rathvon ve Holmstrom, 1996; Rose, 2002). Büyüklenmeci narsisizm dikkat çekme arzusu, büyüklenmecilik, kibirlilik ve hak sahibi olma hissi ile kırılğan narsisizm ise başkalarının değerlendirmelerine karşı aşırı duyarlılık, aşırı mütevazilik ve yoğun kaygı düzeyi ile karakterizedir (Akhtar ve Thomson, 1982; Wink, 1991).

Dürtüsellik kavramı kişinin eylemlerinin sonuçlarını düşünmeden ani bir şekilde davranma eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Carver, 2005). Sabırsızlık, risk alma, heyecan arama ve risk değerlendirilmesinde yetersizlik gibi özellikler ile karakterizedir (Hollander ve Evers, 2001). Dürtüsel bireylerin yapılan bir plana bağlı kalamadığı ve gerekli risk değerlendirmesini yapamadıkları saptanmıştır (Patton, Stanford ve Barratt, 1995). Dürtüsellik hem normal hem de klinik örneklemede görülebilmektedir. Kişilerin yaşam kalitesini ve işlevselliğini bozan düzeyde olduğunda patolojik bir durum olarak değerlendirilmektedir (Moeller ve diğerleri,

2001). Yüksek düzeyde dürtüsellüğün birçok psikiyatrik bozukluğun temel belirtilerinden birisi olarak kabul edilmiştir (Hollander ve Evers, 2001).

Duygu düzenleme kavramı kişinin bir duyguyu azaltmak, sürdürmek veya arttırmak amacıyla kullandığı stratejileri ifade etmektedir (Gross, 1998). Duygu düzenleme hem olumlu hem de olumsuz duyguları kapsamaktadır. Duygu düzenleme süreci ilk olarak bilinçli bir şekilde başlasa da sonraki aşamada bilinçli farkındalığın dışında ilerlemektedir (Gross ve Thompson 2007). Duyguların uyumlu bir şekilde düzenlenememesi durumunda duygu düzenleme güçlüğü oluşmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü'nün oluşma nedeni duygunun kendisi olarak değerlendirilmemiştir. Duygu düzenleme güçlüğü'nde duyguların fark edilmesi ve kabul edilmesinde, olumsuz duygular içerisindeyken dürtülerin kontrol edilmesinde ve amaca uygun davranışlar sergilenmesinde güçlük yaşanmaktadır (Gratz ve Roemer, 2004). Duygu düzenleme güçlüğü kişinin işlevselliğini ve sosyal yaşamını olumsuz yönde etkilemektedir (Gross ve Munoz, 1995).

Bilişsel esneklik kişinin bulunduğu çevreden gelen uyaranlara uyum sağlamak amacıyla düşünce sistemini düzenleyebilme becerisidir (Dennis ve Vander Wal, 2010). Stevens (2009) tarafından bilişsel esneklik kişinin içinde bulunduğu koşullara uyum sağlayabilmesi, sahip olduğu bir düşünceden başka bir düşünceye geçebilmesi ya da karşılaşılan problemleri farklı açılardan ele alabilmesi becerisi olarak açıklanmıştır. Bilişsel esnekliğin üç temel özelliği olduğu vurgulanmıştır. Bunlar; kişinin sahip olduğu seçeneklerin farkında olması, esneklik ve uyum sağlama konusunda isteğinin olması ve esnek olma becerisi konusunda kendisine inanmasıdır (Anderson, 1998). Bilişsel esnekliğe sahip kişiler değişimlere açıktır, çevrelerine dikkatli bir şekilde odaklanabilir, karşılaştıkları problemleri çözüme kavuşturmak ister, sorumluluklarının farkındadır ve sosyal ilişkiler konusunda kendisine güvenir (Jonassen ve Grabowski, 1993; Martin ve Anderson, 1998). Bilişsel esnekliğe sahip olmayan kişiler yenilikler karşısında tam olarak nasıl bir tavır sergileyeceklerini belirleyemez ve değişimler karşısında dirençlidir (Jonassen ve Grabowski, 1993).

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı üniversite lisans öğrencilerinde narsisizm alt boyutları ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rolünün incelenmesidir. Yapılan araştırma, Malesza ve Kaczmarek (2018) tarafından narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmadan yola çıkarak yapılmıştır. Bu çalışmada narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide aracı rol oynayan değişkenlerin araştırılması önerilmiştir. Bu doğrultuda yapılan bu araştırmada ilk olarak katılımcıların narsisizm ve dürtüsellik düzeyleri araştırılacaktır. Sonrasında bu iki kavram arasında bulunan ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ile bilişsel esnekliğin aracı rolü incelenecektir.

1.2. Araştırma Temel Hipotezleri

- H1. Narsisizmin alt boyutları ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki beklenmektedir.
- H2. Narsisizm alt boyutları ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.
- H3. Narsisizm alt boyutları ile bilişsel esneklik arasında anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.
 - a. Büyüklenmeci narsisizm alt boyutu ile bilişsel esneklik pozitif yönde ilişkilidir.
 - b. Kırılgan narsisizm alt boyutu ile bilişsel esneklik negatif yönde ilişkilidir.
- H4. Dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.
- H5. Dürtüsellik ile bilişsel esneklik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olması beklenmektedir.
- H6. Narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin, duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esneklik tarafından açıklanması beklenir. (Şekil 1.1., Şekil 1.2.)



Şekil 1.1. Araştırmanın temel hipotezi



Şekil 1.2. Araştırmanın temel hipotezi

1.3. Araştırma Alt Hipotezleri

1. Narsisizm alt boyutları açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık olması beklenmektedir.
 - a. Büyüklenmeci narsisizmin erkek katılımcılarda kadınlara göre daha yüksek olması beklenmektedir.
 - b. Kırılgan narsisizmin kadın katılımcılarda erkek katılımcılara göre daha yüksek olması beklenmektedir.
2. Dürtüsellik düzeyinin erkek katılımcılarda kadınlara göre daha yüksek olması beklenmektedir.
3. Duygu düzenleme güçlüğü kadınlarda erkeklere göre daha yüksek düzeyde olması beklenmektedir.
4. Bilişsel esneklik açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık beklenmemektedir.

BÖLÜM 2

KAVRAMLAR

2.1. Narsisizm

2.1.1. Narsisizm Kavramının Tarihçesi

Narsisizm kavramı ismini Yunan mitolojisindeki durgun suda kendi yansımasına aşık olan ve kendini ondan alamayarak sonunda tükenen Narcissus'tan almıştır (Akhtar ve Thompson, 1982). Psikoloji literatüründe uzun bir tarihe sahip olan narsisizm kavramının ortaya çıkışı 1800'lü yılların sonlarına kadar uzanmaktadır. İlk kez İngiliz cinsel bilimci Havelock Ellis (1898) tarafından cinsel duyguların kendiliğe yönlendirilmesi durumu ile bahsi geçen mitolojik öykü ilişkilendirilerek narsisizm teriminin psikoloji literatüründe yer alması sağlanmıştır. Paul Näcke (1899) ise Ellis'in yaklaşımından yola çıkarak kişinin kendi bedenine karşı cinsel obje şeklinde davranmasını ilk kez 'narsisizm' kelimesini kullanarak açıklamıştır. Freud narsisizm kavramını ilk kez 1910 yılında makalesine ilave ettiği bir dipnotta kullanmıştır. Narsisizm kavramı ile ilgili ilk psikanalitik makale Rank (1911) tarafından yayımlanmıştır. Makalede narsisizm kişinin benliğini tensel olarak sevmesi, kibir ve kendine hayranlık ile ilişkilendirilmiştir. Ernest Jones (1913) tarafından 'Tanrı Kompleksi' adlı makalede büyülenmeci narsisistik özelliklere sahip kişiler tanımlanmıştır. Teşhircilik, tümgüçlülük fantazileri, diğer insanlar ile ilişkilerde duygusal olarak mesafeli ve yargılayıcı olma bu kişilerin özellikleri olarak ifade edilmiştir (McWilliams, 1994). Narsisizm kavramı, Freud 'un (1914) 'Narsisizm Üzerine Bir Giriş' makalesinde psikanalitik kuramla bütünleştirilmiştir (Kızıltan, 2006). Freud (1914) narsisizm kavramını libidinal enerjinin tamamıyla benliğe yöneltmesi olarak ifade etmiştir. Narsisizmi birincil ve ikincil narsisizm olarak iki şekilde açıklamıştır. Birincil narsisizm sağlıklı bir psikoseksüel gelişim sürecindeki normal bir evre olarak kabul edilmiştir. Bu dönem çocuğun gelişiminin ilk yıllarında kendi bedenini sevgi nesnesi olarak gördüğü, benmerkezci olduğu ve libidosunu tümüyle benliğine yönelttiği bir evredir. İlerleyen gelişim sürecinde çocuğun sahip olduğu libidinal enerji kendisinden ayrılarak dış dünyadaki diğer nesnelere

yönelmektedir. Fakat bu süreçte çocuk tarafından arzulanan sevgi nesnesinin olmaması libidinal enerjinin tekrardan kişinin benliğine yönelmesine sebep olur. Libidonun dış dünyadan ayrılarak yeniden benliğe yönelmesi durumu Freud tarafından ikincil narsisizm olarak tanımlanmıştır.

Kohut (1977) ve Kernberg (1975) tarafından yapılan çalışmalar narsisizmin doğası, kavramsallaştırılması ve tedavisinde önemli bir role sahip olmuştur (Atay, 2009). Kohut (1971) narsisizm kavramını normal ve beklenen bir gelişimsel süreç, patolojik narsisizmi ise normal gelişimsel süreçte oluşan bir takılma olarak tanımlamıştır. Kohut (1971), narsisistik gelişimde ‘büyüklenmeci kendilik’ (grandiose self) ve ‘idealleştirilmiş ebeveyn imagosu’ (idealized parental imago) başlıklı iki narsisistik evre tanımlamıştır. Süreçte birbirine paralel şekilde geliştiği düşünülen bu iki hattın ilerleyen zamanda bireyin değer ve ideallerinin oluşmasını sağladığı öne sürülmüştür. Sağlıklı bir gelişimsel süreçte büyüklenmeci kendilik, anne tarafından uygun şekilde ehlileştirilmektedir. Fakat süreçte anne tarafından döneme uygun teşhircilik ve büyüklenmecilik gereksinimleri aynalanmayan çocuğun travmatik hayal kırıklığı ‘büyüklenmeci kendilik’ hattında oluşur. Bu durumda yetişkinlikte kişi ‘kendilik değerinin gerçekdışı olarak değerlendirilmesi’ ile ‘aşağılık duyguları’ arasında gidip gelme yaşar. Bu iki durum arasında gidip gelme yaşayan kişi dışarıdan yoğun bir kendilik değerine sahip görünür fakat içinde derin güvensizlik ve aşağılık duyguları bulundurulur. Kişinin içinde bulunduğu bu durum narsisistik kişilik özelliklerinin temelidir (Anlı ve Bahadır, 2007).

Kernberg (1975), narsisistik kişiliği temelde nesne ilişkilerindeki belirgin problemler ile bağlantılı olarak ortaya çıkan benlik saygısındaki bozulmalar ile açıklamıştır. Narsisistik kişilerin dışarıdan bakıldığında genellikle kibirli, kendini beğenmiş, mesafeli ve çekici bir duruşları olduğu ifade edilmiştir. Kernberg bu kişilerin başka insanlarla iletişim içindeyken fark edilir düzeyde kendilerinden bahsettiklerini belirtmiştir. Büyüklenmecilik, aşırı bencillik, diğer insanların onayına ve takdirine aşırı ihtiyaç bu kişilerin temel özellikleri olarak tanımlanmıştır. Narsisistik kişilerin diğer insanları idealleştirme veya küçük görme eğiliminde oldukları ve insanlarla kurdukları iletişimin sömürüye dayalı olduğu belirtilmiştir. Kernberg’e göre bu kişiler başka bir insana bağımlı olmaktan oldukça çekinirler çünkü bağımlı

oldukları zaman kötü muamele edilebilir, sömürülebilir ve engellenebilir durumuna gelebilirler. Ayrıca bu kişilerin duygusal hayatlarının sığ olduğu ve diğer insanların ne hissettiğini anlama konusunda iyi olmadıkları düşünülmüştür. Kendi duygulanımlarında da önemli farklılıklar olmadığı ve derin üzüntü veya depresif duygular deneyimlemedikleri ifade edilmiştir. Kernberg narsistik kişilerin geçmişinde sıklıkla duygusal açıdan yoksun bırakıldığı ve örtük saldırganlık gösteren soğuk ebeveyn figürü bulunan ailelerde büyüdüklarini ifade etmiştir (Kernberg, 1975).

2.1.2. Normal Narsisizm ve Patolojik Narsisizm

Beğenilme, önemsenme, sevilme ve onaylandığını hissetme ihtiyaçları tüm insanlar için ortaktır. Kişilerin kendilerine yönelik olumlu değerlendirmeleri ise sağlıklı olarak kabul edilir (Masterson, 2006). Aynı zamanda tüm kişiler için ne kadar değerli olduklarına dair sahip oldukları duygu bazı kırılganlıklar barındırmaktadır. İnsanların hayatlarında önem verdikleri kişiler tarafından onaylanmaları özsaygılarını güçlendirirken onaylanmamaları ise özsaygılarını zedelemektedir. Bazı kişilerde ise diğer insanların onayı ve destekleri ile ilgili kaygılar oldukça yoğundur ve kendileri ile oldukça meşguldürler. ‘Narsistik kişilik veya patolojik narsisizm’ kavramları kendisi ile aşırı meşguliyeti olan bu kişileri tanımlamak için kullanılmaktadır (McWilliams, 1994).

Patolojik narsisizm süreğenliği, şiddeti ve kişinin işlevselliğine olan olumsuz etkileri bakımından sağlıklı narsisizmden ayrılır (Vaknin, 1999). Masterson (1993) sağlıklı narsisizm ile patolojik narsisizm ayrımını belirten araştırmacılarından birisidir. Masterson’a göre bu ayrım açıklanırken kendilik algısı ve kendiliğin nesne ile olan ilişki göz önünde bulundurulmalıdır. Kişinin yeterliliğine dair gerçekçi değerlendirmelerinin olması sağlıklı narsisizmi gösterirken gerçeklikten uzak fantezisine dayalı bir kendilik algısı olması ve rahatsız edici duygulardan kendini korumak için yoğun biçimde savunma mekanizmalarını kullanması narsisizmin patolojik olduğuna işaret eder (Masterson, 1993). Patolojik narsisizmde kişi kusursuz bir görünüm sergilemek ister ve kendisi hakkında gerçekçi olmayan, abartılı söylemlerde bulunur. Patolojik narsisizme sahip kişilerin kendilik değeri olumsuz

eleştiriler karşısında zedelenir ve bu kişilerin böyle durumlara tepkisinde yoğun öfke ve saldırganlık gözlemlenir (Kernberg, 1975).

2.1.3. Narsisistik Kişilik Bozukluğu

Narsisizm araştırmaları uzun bir geçmişe sahip olmasına rağmen, bir kişilik bozukluğu olarak ilk kez Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından 1980 yılında yayınlanan Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabının 3. baskısında (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders- DSM III) yer almıştır. İlerleyen yıllarda yayınlanan DSM-III-R, DSM-IV ve DSM-IV-TR üzerinde ufak bazı değişiklikler yapılmış olsa da tanı ölçütleri genel olarak büyüklenmecilik, başkalarının hayranlığına duyulan arzu ve empati yetersizliği temalarını içermiştir (APA, 1987, 1994, 2000). DSM-5 (2013) ile de Narsisistik Kişilik Bozukluğu genç yetişkinlik döneminde başlayan ve birçok durumda kendini gösteren büyüklenmecilik (hayalde veya davranışta), takdir ihtiyacı, empati yoksunluğu ile aşağıda belirtilen kriterlerden en az beş tanesinin görüldüğü yaygın bir örüntü olarak tanımlanmıştır.

1. Kişinin kendi önemine dair büyüklenmeci bir duyguya sahip olması
2. Sınırsız başarı, güç, zeka, güzellik veya ideal sevgi ile ilgili fanteziler ile meşgul olması
3. Kişinin ‘özel’ biri olduğuna ve kendisinin yalnızca diğer özel insanlar (kurumlar) tarafından anlaşılabilceğine veya ilişki içinde olabileceğine inanması
4. Aşırı takdir edilme ihtiyacı
5. Hak sahibi olduğuna inanıyor olmak
6. Kişilerarası ilişkilerinde sömürücü olmak
7. Empati yoksunluğu: başkalarının duygularını ve ihtiyaçlarını anlamakta gönülsüzlük
8. Çoğu zaman başkalarına haset etmek veya diğer insanların kendilerine haset ettiklerine inanmak

9. Kibirli, küstah davranış veya tutum sergilemek (DSM-5, Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

2.1.4. Büyüklenmeci ve Kırılgan Narsisizm

Narsisistik kişilerin bazılarında büyüklenmecilik ve kibirlilik gibi tipik narsisistik özellikler görülürken bazılarında utangaçlık ve alçak gönüllülük gibi özelliklerin ön planda olduğu daha örtük bir narsisistik yapı olduğu fark edilmiştir (Ronningstam, 2009). Narsisizm kavramı sahip olduğu bu çok boyutlu yapı sebebiyle araştırmacılar tarafından çeşitli şekillerde kategorize edilmiştir. Son 40 yılda, narsisizm ve narsisistik kişilik patolojisi konusunda artan çalışmalarda da narsisizmin ifadesindeki farklılıkları tanımlayan çok sayıda etiket kullanıldığı görülmüştür (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Cain ve diğerleri, (2008) tarafından yapılan çalışmada narsisizmin fenotipik ifadesindeki değişkenliği tanımlayan 50’den fazla farklı etiket olduğu saptanmıştır ve bu tanımlamaların iki yaygın tema etrafında toplandığı görülmüştür. Temalardan biri narsisizmin büyüklenmeci yönlerine diğeri ise narsisizmin kırılgan yönlerine vurgu yapmaktadır (Cain ve diğerleri, 2008).

Birçok araştırmada narsisizm kırılgan ve büyüklenmeci narsisizm olmak üzere iki tür üzerinden açıklamıştır (Wink, 1991; Dickinson ve Pincus, 2003; Pincus ve Lukowitsky, 2010). Jones (1913), büyüklenmeci narsisizm türünün analitik olarak açıklamasını yapan ilk kişidir. Bu tanımda büyüklenmeci narsisizm büyüklenmecilik fantezileri, teşhircilik, soğukluk/ilgisizlik, eleştirelilik ve duygusal olarak ulaşılmazlık özellikleri ile açıklanmıştır. Büyüklenmeci narsisizm temelde teşhirci ve sömürücü davranışlar, şişirilmiş kendilik değeri ve kibirlilik ile karakterizedir (Pincus ve Lukowitsky, 2010). Büyüklenmeci narsisizm özelliklerine sahip bireyler kendilerini başkalarından daha üstün ve farklı olarak değerlendirir ve kendilerine dair bu inançlarını sürdürebilmek için diğer insanları değersizleştirici davranışlar sergiler (Campbell ve diğerleri, 2000). Bu bireyler eksiklik ve zayıflıklarını kabul etmezler, ilişkilerinde taleplerinin karşılanmamasına öfke ile karşılık verirler ve öz saygılarını tehdit altında hissettiren kişilerin değerlerini zedeleyici davranışlar gösterirler (Dickinson ve Pincus, 2003). Çevrelerindeki insanların hayranlığı ve ilgisine yoğun

bir ihtiyaç duymalarına rağmen diğer insanların ihtiyaçlarına karşı duyarsızdırlar (Gabbard, 1989; Rohmann, Neumann, Herger ve Bierhoff, 2012). Büyüklenmeci narsisizmde şişirilmiş kendilik değeri, g ve başarıya yönelik güçlü fanteziler olmasına rağmen sahip olunan bu incinmezlik gerçek değildir (Akhtar ve Thomson, 1982).

Narsisizmin bir diğer alt boyutu olarak kabul edilen kırılğan narsisizm birçok açıdan büyüklenmeci narsisizmden farklı özellikler göstermektedir. Kırılğan narsisizm özelliklerine sahip bireyler temelde aşırı mütevazı, reddedilme ve eleştiriye karşı oldukça hassas ve kaygılıdır. z saygılarını sürdürebilmek için dışarıdan aldıkları geri bildirimler onlar için oldukça önemlidir (Dickinson ve Pincus, 2003). Bu kişiler diğer insanların ilgi ve dikkatlerinin odağında olmayı hedeflemezler çünkü olası eleştiri ve reddedilmeye karşı oldukça hassastırlar (Gabbard, 1989). Kırılğan narsisizmde kişiye dışarıdan bakıldığında utangaçlık ve empati becerisi görülebilir. Fakat bu görünümden ziyade bu kişilerin içsel dünyalarında grandiyöz beklentiler ve haklı olduklarına dair düşünceler bulunduğu düşünülmektedir (Dickinson ve Pincus, 2003).

Literatürde büyüklenmeci ve kırılğan narsisizmin cinsiyete göre nasıl farklılaştığını inceleyen çeşitli çalışmalar bulunmaktadır. Yapılan alışmalar büyüklenmeci narsisizm özelliklerinin erkeklerde daha fazla kırılğan narsisizm özelliklerinin ise kadınlarda daha fazla olduğunu göstermiştir (Carroll, 1989; Wright, O'Leary ve Balkin, 1989; Tschanz, Morf ve Turner, 1998; Foster, Campbell ve Twenge, 2003). Büyüklenmeci narsisizmin özellikleri olarak değerlendirilen hak görme, kibirlilik ve diğer insanların ihtiyaçlarına karşı duyarsızlık daha maskülen davranışlar olarak değerlendirilirken aşırı mütevazılık ve hassas olmak gibi kırılğan narsisizm özellikleri daha feminen olmak ile ilişkilendirilmiştir (Wink, 1991; Dickinson ve Pincus, 2003).

2.2. Dürtüsellik

Birçok insan bazı zamanlarda bir içki daha içmek, süpermarketten fazladan ürün satın almak veya beklemediği bir anda arkadaşıyla karşılaştığı zaman caddenin ortasında durup sohbet etmek gibi dürtüsel davranışlar sergileyebilmektedir. Dürtüsel davranış örneklerini tanımlamak kolay olsada, dürtüsellik tanımlanırken sosyal olarak kabul gören dürtüsel davranışları kabul görmeyen davranışlardan tam olarak ayırmak güç olmaktadır (Evenden, 1999). Yapılan bazı dürtüsel seçimler ve davranışlar kişi üzerinde çok az veya hiçbir olumsuz etkiye sahip olmayabilir fakat tıknırcasına yeme, yasadışı ilaç kullanımı ve kumar gibi örnekler kişilerin hem fiziksel hem de zihinsel sağlığını olumsuz olarak etkilemektedir (Knezevic, 2013). Günlük yaşamda sergilenen dürtüsel davranışlar ve özellikler kişinin sağlığına ve sosyal ilişkilerine zarar vermeye başladığı durumlarda dürtüsellik kontrol edilmesinin önemi ortaya çıkmaktadır (Gaznick, 2015).

Dürtüsellik kavramı tek, bütün bir dürtüsellik veya tek çeşit dürtüsel davranış ile açıklanamamaktadır. Dürtüsellik, çeşitli ilişkili olguların bir araya gelmesi ile oluştuğu düşünülmektedir (Evenden, 1999). Yani dürtüsellik sabit ve doğrusal bir yapıdan ziyade çok yönlü bir yapıya sahiptir (Dickman, 1990). Dürtüsellik birçok araştırmacı tarafından tanımlanmıştır. Eysenck ve Eysenck (1977), dürtüsellik risk alma, plan yapmada yetersizlik ve kişinin aklına geleni hemen yapması ile ilişkilendirmiştir. Dickman (1990), dürtüsellik hem olumlu hem de olumsuz sonuçları olabilen bir kavram olarak değerlendirmiş ve işlevsel ve işlevsel olmayan dürtüsellik şeklinde sınıflandırma yapmıştır. Patton ve diğerleri, (1995) tarafından dürtüsellik anlık akla gelen şekilde hareket (motor aktivasyon), yapılan işe odaklanmama (dikkat), dikkatli düşünmeme ve plan yapmama (plan yapmada yetersizlik) şeklinde üç bölümde açıklanmıştır. Dürtüsellik, Kalenscher ve diğerleri (1999) tarafından ödül kavramı kullanılarak ele alınmıştır. Kişinin küçük ama hemen elde edilen ödülü, büyük ama daha ileride elde edilecek ödül yerine tercih etmesi dürtüsel bir seçim olarak ifade edilmiştir. Gündelik hayatta dürtüsellik, sabırsızlık, dikkatsizlik, risk alma ve dışadönüklük gibi farklı şekillerde kendini göstermektedir (Hollander ve Evers, 2001). Dürtüsellik kişinin tepkilerinin kendisi veya başkaları için olan olumsuz sonuçlarına

bakmaksızın içsel ve dışsal uyaranlara hızlı ve plansız tepki verme eğilimi olarak tanımlanabilir (Moeller ve diğerleri, 2001).

Dürtüsellik hem bilişsel hem de davranışsal özellikleri kapsayan bir yapıdır. ‘Dürtüsel’ olarak değerlendirilecek bir eylemde iki unsurun bulunması gerekmektedir: Harekete geçmek için bir dürtü, motivasyon veya arzu ve bu dürtünün engellenmesi, kısıtlanması veya kontrol edilmesinde yetersizlik (De Young, 2013). Dürtüsellik içinde bulunulan duruma uygunsuz, kötü planlanmış ve çoğu zaman olumsuz sonuçlara neden olan davranışları içerir. Dürtüsel davranışların üç boyutu olduğundan bahsedilmiştir. 1) davranışın sonuçlarını yansıtan bilgiyi kullanamamak, 2) ilerideki büyük ödül için, eldeki küçük ödülün vazgeçememek ve 3) yerleşik sağlam motor tepkileri engelleyememek (Chamberlain ve Sahakian, 2007). Bu boyutların beraber değerlendirilmesi sonucunda, dürtüsellik, değişen çevresel koşullar altında, belirli bir hedef veya sonuç arayışındayken esnek bir şekilde değerlendirme yapma ve tepki verme becerisindeki aksaklığı yansıttığı ifade edilebilir (Torregrossa ve diğerleri, 2008).

Dürtüsellik düzeyinin kadın ve erkeklerde nasıl farklılaştığı çeşitli çalışmalarda incelenmiştir. Dürtüsellik düzeyinin erkek katılımcılarda kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Cross ve diğerleri, 2011; Silverman, 2003). Erkeklerde dürtüsellik düzeyinin neden daha yüksek olduğu çeşitli şekillerde açıklanmaya çalışılmıştır. Archer (2006) testosteron ile ilişkili saldırganlık üzerine yapmış olduğu bir literatür incelemesi sonucunda testosteron düzeyinin dürtüsellik düzeyinin önemli bileşenlerinden olan heyecan arama ve kısa-vadeli hedeflerin önceliklendirilmesi ile ilişkili olduğunu bulmuştur. Zuckerman ve Kuhlman (2000) ise erkeklerde daha fazla görülen heyecan aramanın sahip oldukları reaktif dopaminerjik sistem ile açıklanabileceğini belirtmiştir.

2.3. Duygu Düzenleme

Tüm insanlar günlük yaşamlarında çeşitli duygular deneyimliyor olmalarına rağmen, duygu net olarak tanımlanması güç bir kavramdır. Bunun nedeni, duygunun çok çeşitli şekillerde tepkiler içeriyor olmasıdır (Werner ve Gross, 2010). İnsan

hayatında duyguların temel işlevinin kişinin doğaya ve topluma uyum sağlaması olduğu düşünülmüştür. Kişiler yaşamlarının devamı için bir motivasyon kaynağı ve kaliteli bir yaşam sürdürebilmek amacıyla duygulara ihtiyaç duyarlar (Dökmen, 2000). Duygular hem kişisel hem de kişilerarası alanda önemli işlevlere hizmet eder (Keltner ve Gross, 1999). Kişilerin hem kendi yaşamlarını hem de iletişim içerisinde olduğu diğer kişilerin yaşamlarını anlamlandırır (Greenberg, 2004). Fakat duygular, kişilerin içinde bulunduğu ortamla uyumlu olmadığında, çok yoğun veya çok uzun süreli olarak ortaya çıktığında zarar verici olabilir. Duyguların kimi zaman kişiler için zarar verici olabileceği görüşü, duyguların bir ya da daha fazla yönünü azaltmaya, sürdürmeye ya da arttırmaya hizmet eden süreçlere atıfta bulunan duygu düzenleme kavramına götürür (Werner ve Gross, 2010).

Duygu düzenleme, kişilerin hangi duygulara sahip oldukları ve ne zaman bu duyguları yaşadıkları, bu duyguları nasıl deneyimledikleri ve nasıl ifade ettiklerini etkileyen süreçleri ifade eder. Bu süreçler otomatik veya denetimli, bilinçli veya bilinçdışı olabilirler (Gross, 1998b). Başka bir ifade ile duygu düzenleme kişilerin hedefledikleri sonuca ulaşabilmek için deneyimledikleri duygular (bilinçli veya bilinçdışı) üzerinde değişim sağlamasını ifade eden bir mekanizma olarak tanımlanmaktadır (Aldao ve diğerleri, 2010). Duyguların düzenlenmesinde kişinin deneyimlediği duygunun süresinde, boyutunda ve büyüklüğünde değişim meydana gelmektedir (Gross, 1998b). Duygu düzenleme hem olumlu hem de olumsuz duyguların artması ya da azalması şeklinde gerçekleşebilmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Duygu düzenleme yalnızca kişiye sıkıntı veren durumun ortadan kaldırılması anlamına gelmemektedir, kişinin yaşamında ki hem anlık hem de süregelen koşullara uyum sağlamasında da önemli bir rol oynamaktadır (Cole ve diğerleri, 1994). Duygu düzenleme stratejileri çoğu zaman bilinçli bir çaba ile ortaya çıksa da sonrasında bu sürecin kişilerin bilinçli farkındalığının dışında geliştiği düşünülmektedir (Gross ve Thompson, 2007). Kişilerin rahatsızlık duydukları bir konuyu değiştirme çabası veya sinirlendikleri zamanlarda dudakları ile oynama davranışı bilinçli olarak yapılan duygu düzenleme davranışlarına örnek olabilir. Diğer yandan verilen bir hediye karşısında kişinin beğenmediği halde abartılı bir sevinç sergilemesi bilinçli farkındalık dışındaki duygu düzenlemeye örnek olabilir (Cole, 1986).

Gross (1998b) durum seçimi, durum değişimi, dikkat yayılması, bilişsel değişim ve tepki düzenleme olmak üzere beş farklı duygu düzenleme aşaması tanımlamıştır. Bu aşamaların ilk dördü öncül odaklı duygu düzenleme stratejilerini oluşturur. Sonuncusu tepki odaklı duygu düzenleme stratejisini oluşturur. Öncül odaklı strateji, duygusal tepki öncesinde aktive olarak hem fizyolojik yanıtları hem de davranışı etkilemektedir. İş görüşmesi için bir şirkete giden kişinin görüşmesini bir başarısızlık testi olarak değerlendirmesi yerine gittiği şirketi daha iyi tanıma fırsatı olarak değerlendirmesi öncül odaklı bir duygu düzenleme stratejisine örnek olabilir (Gross, 2002). Tepki odaklı stratejiler, duygunun ortaya çıkmasının ardından yapılanların düzenlenmesini ifade etmektedir. Kişinin kendini yatıştırması, yaşanan duygunun bastırılması ve dikkatin dağıtılması tepki odaklı stratejilere örnek sayılabilir (John ve Gross 2004, Gross, 1998). Öncül odaklı stratejiler ise duygu yönergesini önceden değiştirirken, tepki odaklı stratejiler ise tepki oluştuktan sonra aktive olurlar. Bu iki duygu düzenleme stratejisinin zamanlama açısından farklı olması, farklı sonuçlar oluşturmalarına neden olmaktadır (Gross,1998b).

Öncül odaklı ve tepki odaklı stratejiler kapsamında duygu düzenlemede bilişsel yeniden değerlendirme ve bastırma olmak üzere iki belirgin strateji temel alınmıştır (Gross ve John, 2003). Bilişsel yeniden değerlendirme, kişinin bir durumu duygusal tepkiyi değiştirecek şekilde düşünmeye çalıştığı öncül odaklı bir stratejidir. Bastırma ise kişinin duygusal olarak uyarıldığı zamanda, duygusal dışavurumunu azaltmaya yönelik yaptığı tepki odaklı bir stratejidir (Gross, 2014). Gross ve John (2003), bilişsel yeniden değerlendirme stratejisini daha sık kullanan kişilerin daha çok olumlu duygu deneyimlediklerini ve dışı vurduklarını göstermişlerdir. Bastırma stratejisini daha yoğun kullanan kişilerin ise daha fazla olumsuz duygu ve acı hissi deneyimlediklerini saptamışlardır.

2.3.1. Duygu Düzenleme Güçlüğü

Duygu düzenleme çoğu zaman yaşanan olumsuz duyguların azaltılması olarak düşünülmektedir. Ancak duygu düzenlemenin temel amacı deneyimlenen duygunun kişinin bulunduğu bağlam içerisindeki hedeflerine uygun olarak azalması ya da

artması şeklinde düzenlenmesidir. Kişilerin kullandıkları duygu düzenleme stratejileri bulundukları çevresel koşulların değişimi karşısında esneklik göstermediğinde uyum bozucu olmaktadır (Bridges ve diğerleri, 2004).

Gratz ve Roemer'e (2004) göre duygu düzenlemeyi tanımlarken dört farklı alandaki beceriden bahsetmek mümkündür. Bunlar; duygunun farkında olma ve anlama, duygunun kabulü, negatif bir duygu deneyimlendiği zaman dürtüsel davranışları kontrol ederek hedef odaklı davranışlar sergileyebilme ve kişinin bulunduğu durumun taleplerine ve kişisel hedeflerine uygun olarak duygu düzenleme stratejilerini ayarlayabilmesidir. Bu becerilerin varlığı uyumlu bir duygu düzenlemenin var olduğunu göstermektedir. Bu alanlardaki becerilerden herhangi birinin eksikliği ise duygu düzenleme güçlüğü olarak tanımlanmıştır.

Linehan (1993) duygu düzenleme güçlüğünü duygusal tepkilerin düzenlenmesinde yaşanan problemler, duygusal uyaranlara karşı aşırı hassasiyet ve bu uyaranlar karşısında daha uzun ve güçlü tepkilerin verilmesinin birleşimi şeklinde açıklamıştır. Leahy ve diğerleri (2011) ise duygu düzenleme güçlüğünü kişinin deneyimlediği duygu ile baş etmesinde yaşadığı zorluk veya yetersizlik şeklinde tanımlamıştır. Duygu düzenleme güçlüğünde problem oluşturan unsurun duygunun kendisi olmadığı düşünülmüştür. Kişinin deneyimlediği duyguyu fark etmesi, kabul etmesi, kullanması ve duygunun varlığına rağmen işlevselliğini sürdürebilmesi konusunda beceri eksikliğinin olması bu konuda vurgulanan nokta olmuştur (Leahy ve diğerleri, 2011).

Yapılan çalışmalar duygu düzenleme güçlüğünün kadınlarda erkeklere göre daha yüksek düzeyde olduğunu göstermiştir. Yani kadınların daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları düşünülmektedir (Hampel and Petermann, 2006; Anderson ve diğerleri, 2016). Malesza (2019) tarafından yapılan bir çalışmanın sonucunda kadınların genel olarak daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadıkları bulunmuştur. Kadınlar üzgün hissettikleri zaman duygu düzenleme stratejilerine ulaşmakta ve hedef odaklı davranışlar sergilemekte erkeklerden daha fazla zorluk yaşamaktadırlar.

2.4. Bilişsel Esneklik

Kişiler gündelik yaşamlarında karşılaştıkları çeşitli problemlere çözüm üretmek ve değişen şartlara uyum sağlamak zorunda kalmaktadırlar. Kişilerin karşılaştıkları hızlı değişimlere uyum sağlama becerileri birbirlerinden farklı düzeyde olmaktadır. Bazı kişiler yaşanan bu değişimlere çok daha hızlı adapte olabilirken bazıları bu konuda zorluk yaşayabilmektedir. Kişilerin uyum sağlama süreçlerindeki önemli bir faktör, çevresel koşullara adapte olabilmeye yönelik bir düşünceden diğerine geçme becerisi olarak da açıklanan bilişsel esnekliktir (Dennis ve Vander Wal, 2010). Bilişsel esneklik kavramı literatürde çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Scott (1962) bilişsel esnekliği, kişinin düşüncelerini çevresel koşullara uygun olacak şekilde düzenleme yapabilme becerisi olarak tanımlamıştır. Jacobson ve Spiro (1995) ise bilişsel esnekliği kişilerin içinde bulundukları duruma uygun olarak düşünceleri arasında geçiş yapabilmeleri ve eş zamanlı olarak var olan iki düşünceyi değerlendirebilmeleri şeklinde açıklamışlardır. Kişilerin düşünce sistemlerini değişen çevresel koşullara uyum sağlayacak şekilde değiştirebilme becerisi birçok bilişsel esneklik tanımının çekirdek bir bileşeni olarak görülmüştür (Dennis ve Vander Wal, 2010).

Bilişsel esneklik kişilerin yaşamında yalnızca olay ve zamanla kısıtlı değildir. Bu beceri gündelik yaşamdaki kişilerarası iletişimde, problemlerin çözümünde genel olarak kişinin yaratıcılığını kullanması gereken her durumda gerekmektedir (Sapmaz ve Doğan, 2013). Canas ve diğerleri (2003) bilişsel esnekliği, kişinin bilişsel işlem stratejilerini çevresinde meydana gelen yeni ve beklenmedik koşullar karşısında uyarlama becerisi olarak açıklamıştır. Bu tanım bilişsel esnekliğin üç önemli özelliğini belirtmektedir. Bu özelliklerden ilki; bilişsel esneklik öğrenme sürecini ifade eden ve deneyim ile kazanılabilecek bir beceridir. İkinci olarak bilişsel esneklik bilişsel işlem stratejilerinin adaptasyonunu içerir. Üçüncüsü ise bir kişinin görevi belli bir zaman diliminde bitirdikten sonra çevrede oluşan yeni ve beklenmedik değişimlere uyum sağlamasıdır.

Martin ve Rubin'de (1995) bilişsel esnekliği kişilerarası iletişim ve problem çözme boyutlarından incelemişlerdir. Bilişsel esnekliği kişinin a) içinde bulunulan durum karşısında sahip olduğu alternatiflerin farkında olması, b) esnek olma

konusunda kararlı olması ve c) esnek olma konusunda kendisini yeterli hissetmesi şeklinde açıklamışlardır. Bilişsel esneklik temelde kişilerin içinde bulundukları durumdaki alternatiflerin farkında olmalarını gerektirir de aynı zamanda sahip olunan alternatiflerin kontrol edilebilmesi konusunda kendilerini yetkin hissetmelerini de gerektirmektedir (Maltby ve diğerleri, 2004). Bilişsel esneklik kavramının çeşitli çalışma alanlarındaki tanımlamaları değerlendirildiğinde, çeşitli düşüncelere ve alternatiflere sahip olma ile içinde bulunulan duruma uygun şekilde bu düşünceler arasında geçiş sağlayabilme becerisinin yapılan tanımlamaların ortak noktası olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, kişilerin bilişsel esneklik düzeyinin, problem çözme becerisi, kişilerarası iletişim, kendilik algısı ve çevreye dair algısı ve başa çıkma yöntemleri ile ilişkili olduğu düşünülebilir (Altunkol, 2017).

Günlük yaşamın karmaşıklığının kişilerin bilişsel olarak esnek olma ihtiyaçlarını güçlendirdiği savunulmuştur (Martin ve Anderson, 1998). Kişilerin bilişsel esnekliğe sahip olması diğer insanlar ile ilişkilerinde alternatif yolların farkında olmalarına ve sosyal durumlara daha iyi uyum sağlayabilmelerine olanak tanımaktadır (Maltby ve diğerleri, 2004). Bilişsel olarak esnek olan kişiler insanlarla olan iletişimlerinde kendilerini daha yeterli ve güvende hissederler. Bu kişiler sorumluluk sahibi, ilgili ve yaşantılarını anlamlandırabilen bireylerdir (Martin ve Anderson, 1998). Ayrıca bilişsel esnekliği yüksek olan kişiler hem kendilerine hem de çevrelerine ve yaşantılarına karşı daha olumlu bir bakış açısına sahiptirler (Diril, 2011). Bilişsel esneklik düzeyinin artması ile beraber kişilerin yaşam doyumu da artmakta ve daha sağlıklı ilişkiler kurabilmektedirler. Bilişsel esneklik kişilerin karşılaşılan olaylara daha geniş açıdan ve gerçekçi bir gözle bakmalarına olanak sağlamaktadır (Ellis ve Dryden, 2007).

Bilişsel yaklaşıma göre bilişsel esneklik, kişinin içinde bulunduğu durumu farklı açılardan değerlendirerek o ortamın gereklerine uygun şekil alabilmesidir (Bochner ve Kelly, 1974). Bireyin bilişsel olarak esnek olmaması durumu ise bilişsel katılık olarak kabul edilir. Bilişsel katılık kişinin genellikle sabit bir düşünce sürecine, özelliğe veya ilişkiye devam etmesini ifade eder (Scott, 1962). Dogmatik, katı ve ısrarcı davranışlar esnek olan bir bilişsel yapının tam karşıtı durumundadır (Bochner ve Kelly, 1974). Bilişsel yaklaşımın kurucusu olan Beck'e (1995) göre düşünce

yapısının esnek olmaması işlevsel olmayan bilişsel yapıların oluşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Katı bir bilişsel tarza sahip olmak kişilerde hem işlevsel olmayan düşüncelere hem de çeşitli psikolojik problemlere sebep olmaktadır (Dağ ve Gülüm, 2013). Bilişsel esnekliğe sahip kişiler, zorlayıcı ve uyumsuz düşünceler deneyimledikleri zaman bunların yerine daha uyumlu düşünceler koyabilmektedirler. Karşılaştıkları problemler karşısında ise farklı çözüm yolları oluşturabilmektedirler (Gülüm ve Dağ, 2012; Hill, 2008). Bilişsel yaklaşımda temel amaç kişinin işlevselliğini ve uyumunu bozan düşünce kalıplarını daha işlevsel ve uyumlu olan yaklaşımlar ile değiştirmektir (Beck, 1995).

Bilişsel esnekliğe sahip kişilerle sahip olmayan kişilerin kişisel özelliklerinin farklılaştığı bazı noktalar olduğu düşünülmektedir. Bilişsel esnekliğe sahip kişilerin içinde bulundukları duruma odaklanabildikleri, değişimlere açık oldukları ve var olan problemleri çözmek konusunda motivasyona sahip oldukları ifade edilmiştir. Diğer yandan bilişsel olarak esnek olmayan kişilerin ise dikkatlerini toplama konusunda zorluklar yaşayabildikleri, değişimler karşısında direnç gösterdikleri ve karşılaşılan yeni durumlarda tam olarak nasıl davranmaları gerektiği konusunda problemler yaşadıkları belirtilmiştir (Jonassen ve Grabowski, 1993). Kişilerin değişen koşullar ve olaylar karşısında alternatif çözümler üretememesi, kendi fikirleri konusunda ısrarcı olması ve diğer tüm olasılıkları görmezden gelmesi yaşamlarında çeşitli sorunlara sebep olabilir. Yaşadıkları problemler karşısında alternatif çözümler oluşturamayan veya bu problemlere farklı açılardan bakamayan kişiler problemlerini çözmekte zorlanabilirler ve bu durum onların daha umutsuz olmasına neden olabilir. Ayrıca kişiler kendi düşüncelerini ve inançlarını çevrelerine dayattıkları zaman kişilerarası ilişkilerinde sıkıntılar ile karşılaşabilirler (Altunkol, 2017). Bu sebeplerden dolayı kişilerin bilişsel esneklik düzeyi hayatlarında ve karşılaştıkları problemlerin çözümünde önemli bir role sahiptir (Elen ve diğerleri, 2011).

Bilişsel esnekliğin kadın ve erkeklerde farklılaşıp farklılaşmadığı konusu literatürde çeşitli çalışmalarda incelenmiştir. Bu çalışmalardan biri Kercood ve diğerleri (2017) tarafından yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda kadın ve erkek katılımcılar arasında bilişsel esneklik düzeyi açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yapılan bazı çalışmalarda ise bilişsel esnekliğin kadın ve erkek

katılımcılarda farklı düzeylerde olduğu görölmüştür (Hamtiaux ve Houssemand, 2012; Roothman, Kirsten ve Wissing, 2015). Bilişsel esnekliğin cinsiyet ile ilişkisi konusunda literatürde farklı sonuçlar olduğu görölmüştür. Bu konuda araştırmaya açık bir konumda olduğu düşünölmektedir.



BÖLÜM 3

LİTERATÜRDE NARSİZM, DÜRTÜSELLİK, DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ VE BİLİŞSEL ESNEKLİK İLİŞKİLERİ

3.1.Narsisizm ile Dürtüsellik İlişkisi

Literatür incelendiğinde narsisizm ve dürtüsellik arasındaki ilişkinin çeşitli araştırmalarda ele alındığı görülmüştür. Dürtüsellik, DSM tanı sistemi içerisinde bulunan çok sayıda rahatsızlığın temel belirtilerinden biri olarak kabul edilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013). Dürtüsellüğün yüksek seviyede olmasının kişilik bozukluklarına, madde kullanım bozukluklarına ve suça yol açarak kişiler için uyum bozucu bir duruma geldiği gösterilmiştir (Jones ve Paulhus, 2011). Narsisistik kişilik bozukluğu da dürtüsellüğün yer aldığı psikolojik rahatsızlıklardan birisidir. Bu sebeple narsisizm kavramının daha iyi ve net anlaşılabilmesi için yapılan çalışmalarda dürtüsellüğün de rolünün incelenmesi önerilmiştir (Hollander ve Rosen, 2000).

Vazire ve Funder (2006) tarafından yapılan meta-analiz çalışmasında narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışma sonucunda narsisizm ile dürtüsellik arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğu gösterilmiştir. Narsisist kişiler dürtüsel, sabırsız, hazzı erteleyemeyen ve yetersiz kişisel kontrole sahip bireyler olarak tanımlanmıştır. Yapılan bir başka araştırmada narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişki Dickman (1990) tarafından oluşturulan ve dürtüsellliği işlevsel ve işlevsel olmayan dürtüsellik şeklinde sınıflandıran ölçek kullanılarak incelenmiştir. Araştırma 193 katılımcı üzerinde yürütülmüştür. Bu araştırmanın sonucunda narsisizmin hem işlevsel hem de işlevsel olmayan dürtüsellliği anlamlı ve pozitif yönde etkilediği bulunmuştur (Foster ve Trimm, 2008).

Literatürde dürtüsellüğün karanlık üçlü olarak adlandırıldığı narsisizm, psikopati ve Makyavelizm ile ilişkisini inceleyen çeşitli araştırmalar bulunmaktadır. Bu çalışmalardan biri Jones ve Paulhus (2011) tarafından 142 üniversite öğrencisi ve 329 yetişkin üzerinde yapılmıştır. Çalışmada dürtüsellik hem işlevsel hem de işlevsel

olmayan dürtüsellik bağlamında değerlendirilmiştir. Araştırmanın sonucunda narsisizmin genel dürtüsellik düzeyi ile anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkisi olduğu görülmüştür. İşlevsel ve işlevsel olmayan dürtüsellik bağlamında değerlendirme yapıldığında ise narsisizmin her ikisi ile anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkisi olduğu bulunsa da ağırlıklı olarak işlevsel dürtüsellik ile ilişkili olduğu görülmüştür. Dürtüsellğin narsisizm, psikopati ve Makyavelizm ile ilişkisini inceleyen diğer çalışmaların sonucunda da narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür ve bu sonuçlar önceki çalışmaları destekler nitelikte olmuştur (Crysel ve diğerleri, 2013; Malesza ve Ostaszewski, 2016).

Literatürde büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi inceleyen çeşitli araştırmalar (Foster ve Trimm, 2008; Jones ve Paulhus, 2011; Crysel ve diğerleri, 2013; Malesza ve Ostaszewski, 2016) bulunmasına rağmen narsisizmin bir diğer boyutu olan kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişki detaylı olarak ele alınmamıştır. Malesza ve Ostaszewski (2018) tarafından literatürdeki bu eksiklikten yola çıkarak narsisizmin iki boyutu olan büyüklenmeci ve kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışma yapılmıştır. Çalışma 338 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Yapılan çalışmanın sonucunda hem büyüklenmeci hem de kırılğan narsisizmin dürtüsellik ile anlamlı ve pozitif yönde bir ilişkisi olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Yani kişilerin narsisizm düzeyleri arttıkça dürtüsellik düzeyleri de artış göstermektedir (Vazire ve Funder, 2006; Foster ve Trimm, 2008; Jones ve Paulhus, 2011; Crysel ve diğerleri, 2013; Malesza ve Ostaszewski, 2016). Çalışmalarda büyük çoğunlukla narsisizmin büyüklenmeci yönü ele alınmıştır. Malesza ve Ostaszewski (2018) tarafından yapılan çalışmada ise öncekilerden farklı olarak narsisizm hem büyüklenmeci hem de kırılğan boyutu ile beraber ele alınmıştır. Bu çalışmanın sonucunda da dürtüsellik ile pozitif yönde olan ilişki desteklenmiştir. Sonuç olarak, kişilerde büyüklenmeci veya kırılğan narsisizm düzeyi arttıkça dürtüsellğinde artış göstermesi beklenebilir.

3.2. Narsisizm ile Duygu Düzenleme G  l   İlişkisi

Etkili duygu düzenlemenin psikolojik sa lı ın temel gerekliliklerinden biri olduğu düşünülmektedir. Kişilerin zorlayıcı duygular ile ba  etmede yaşadığı g     ler ise psikolojik rahatsızlıklar için hem bir semptom hem de risk faktörü olarak değerlendirilmektedir (Berking ve Wupperman, 2012; Gross ve Munoz, 1995). Sıklıkla duygu düzenleme g  l   yaşayan kişiler, hem psikolojik rahatsızlıklara hem de kişilik bozukluklarına karşı daha savunmasızdırlar (Dwivedi, 2004).

Narsisizm literatürde duygu düzenleme g  l   ile ilişkisi araştırılan psikolojik rahatsızlıklardan birisidir. Zhang ve diğerleri (2015) tarafından yapılan bir çalışmada narsisizmin iki boyutu olarak değerlendirilen büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm ile duygu düzenleme g  l   arasındaki ilişki detaylı olarak incelenmiştir. Çalışma 227  niversite   rencisi üzerinde yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda kırılgan narsisizmin duygu düzenleme g  l  n n tüm alt boyutları ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Büyüklenmeci narsisizmin ise duygu düzenleme g  l  n n verilen duygusal tepkilerin farkındalığı ve netli i konusunda yaşanan g     leri ifade eden alt boyutları (farkındalık ve açıklık alt boyutları) ile negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Yapılan çalışmada büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme g  l   arasında negatif yönde bir ilişki bulunmuş olsa da bu sonuç büyüklenmeci narsisizmin tam olarak sağlıklı bir süreci ifade ettiği şeklinde yorumlanmamı tır. Literatürde büyüklenmeci narsisizmin çeşitli uyum bozucu davranışlar ile ilişkisini gösteren çalışmalarda bulunmaktadır (Foster, 2008; Rhodewalt ve diğerleri, 1998; Rose, 2002). Çalışmanın sonucunda kırılgan narsisizmin temelde uyum bozucu özellikler içerdiği fakat büyüklenmeci narsisizmde bazı açılardan kişiler için olumlu olabilecek özellikler bulunduğu yargısına varılmıştır (Zhang ve diğerleri, 2015).

Narsisizm ile duygu düzenleme g  l   ilişkisinin incelendiği bir diğer  alı ma Akıncı (2015) tarafından yapılmıştır. Bu  alı ma 559 katılımcı üzerinde yürütülmüştür. Çalışmada büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm ile duygu düzenleme g  l  n n alt boyutları arasındaki ilişki detaylı olarak ele alınmıştır. Bu çalışmanın

sonucunda büyüklenmeci narsisizmin duygusal tepkilerdeki netlik ve duyguların farkındalığı konusunda yaşanan güçlükleri ifade eden açıklık ve farkındalık alt boyutları ile negatif yönde, dürtüler ve stratejiler alt boyutlarıyla pozitif yönde ilişkili olduğu, kabullenememe ve hedefler alt boyutlarıyla ise ilişkili olmadığı bulunmuştur. Büyüklenmeci narsisizm özelliklerine sahip bireylerin dürtülerini kontrol etmekte ve duygularını uygun şekilde düzenleyecek stratejileri bulmakta güçlük yaşadıkları görülmüştür. Çalışmanın sonucunda kırılğan narsisizmin ise tüm alt boyutlar ile (açıklık, farkındalık, kabullenememe, dürtüler, hedefler ve stratejiler) pozitif yönde ilişkili olduğu yani bu özelliklere sahip bireylerin duygu düzenleme güçlüğü yaşamaya çok daha yatkın oldukları tespit edilmiştir (Akıncı, 2015). Bir başka çalışma Zhang ve diğerleri (2017) tarafından 426 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Bu çalışmanın sonucunda büyüklenmeci narsisizmin duygu düzenleme güçlüğüne negatif yönde, kırılğan narsisizmin ise pozitif yönde etkilediği görülmüştür.

Büyüklenmeci ve kırılğan narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin araştırıldığı başka bir çalışma Di Pierro ve diğerleri (2017) tarafından 293 katılımcı üzerinde yapılmıştır. Çalışmanın sonucunda kırılğan narsisizm özelliklerine sahip bireylerin olumsuz duyguların yoğunluğunu ve süresini düzenleme konusunda etkili stratejiler kullanma konusunda güçlük yaşadıkları görülmüştür. Bu kişiler olumsuz duygular deneyimledikleri zamanlarda çoğunlukla buna tahammül edemezler bu sebeple kendilerini üzebilirler, suçlu ve utanmış hissedebilirler. Kırılğan narsisizm özelliklerine sahip kişiler duygularını anlama ve duyguları hakkında net olma konusunda güçlük yaşarlar bu yüzden çoğu zaman zihinleri karışır ve olanları anlamlandıramayabilirler. Yapılan bu çalışmada büyüklenmeci narsisizm ve duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı herhangi bir ilişki bulunmamıştır (Di Pierro ve diğerleri, 2017).

Yapılan çalışmalar incelendiğinde kırılğan narsisizmin tüm çalışmalarda benzer şekilde duygu düzenleme güçlüğü ile pozitif yönde ilişkili olduğu yani bu özelliklere sahip kişilerin duygu düzenlemede güçlük yaşadıkları tespit edilmiştir. Büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaların sonucunda genel anlamda negatif yönde ilişki bulunsa da duygu düzenleme güçlüğüne alt boyutları ile yapılan detaylı çalışmaların

sonuçlarında bazı açılardan farklılıklar olduğu görülmüştür. Zhang ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmanın sonucunda büyüklenmeci narsisizmin yalnızca duygu düzenleme güçlüğünün farkındalık ve açıklık alt boyutları ile negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutları ile anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Akıncı (2015) tarafından yapılan bir diğer çalışmada ise büyüklenmeci narsisizm duygu düzenleme güçlüğünün açıklık ve farkındalık alt boyutları ile negatif yönde ilişkili bulunurken dürtü ve stratejiler alt boyutları ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Kabullenememe ve hedefler alt boyutları ile ilişki bulunamamıştır. Di Pierro ve diğerleri (2017) ise yaptıkları çalışmanın sonucunda büyüklenmeci narsisizm ve duygu düzenleme güçlüğünün birbirleriyle anlamlı bir ilişkisini bulamamışlardır. Sonuç olarak, yapılan çalışmaların sonuçları duygu düzenleme güçlüğünün kırılğan narsisizm ile ilişkisinde oldukça benzer sonuçlar verse de büyüklenmeci narsisizm ile olan ilişkisi daha detaylı araştırılmaya açık bir konumdur.

3.3. Narsisizm ile Bilişsel Esneklik İlişkisi

Literatür incelendiğinde narsisizm ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin doğrudan incelendiği çalışmalara ulaşılamamıştır. Bu alan ile ilişkili çalışmalardan biri Ng ve diğerleri (2014) tarafından yapılmıştır. Yapılan bu çalışmanın amacı narsisizmin iki boyutu olan büyüklenmeci ve kırılğan narsisizm ile psikolojik sağlık arasındaki ilişkide başa çıkma esnekliğinin aracı rolünün incelenmesidir. Başa çıkma esnekliği etkin olmayan bir başa çıkma stratejisini durdurma ve alternatif bir başa çıkma stratejisi üretme ve uygulama yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Kato, 2012). Hedef odaklı davranışlarda mevcut alternatifler arasında geçiş yapabilme yeteneği olarak da tanımlanan bilişsel esneklik kavramı (Murdock ve diğerleri, 2013) stres ile başa çıkmada esnek olunabilmesinde oldukça önemlidir (Kato, 2012).

Yapılan çalışmalarda büyüklenmeci narsisizmin tecrübelerle açıklık kişilik özelliği ile pozitif yönde ilişkili olduğu (Ames ve diğerleri, 2006), kırılğan narsisizmin ise negatif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Hendin ve Cheek, 1997). Tecrübelerle açıklık kişilik özelliği bilişsel esnekliğin temel özelliklerinden olan bilgiyi işlemede

esneklik ve farklı alternatiflerin farkında olunması özelliklerini kapsamaktadır (Murdock ve diğerleri, 2013). Yapılan başka çalışmalarda büyüklenmeci narsisizmin yaklaşma motivasyonu ile kırılğan narsisizmin ise kaçınma motivasyonu ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Foster ve Trimm, 2008; Ng ve diğerleri, 2011). Yaklaşma motivasyonun kişilerin problem çözme sürecinde alternatif çözümler üretmesini kolaylaştırdığı görülmüştür (Roskes ve diğerleri, 2012). Kaçınma motivasyonun ise mevcut çözüm karşısında dikkatin daralmasına ve bilişsel olarak katı bir tutum sergilenmesine yol açtığı bulunmuştur (Baas ve diğerleri, 2011).

Ng ve diğerleri (2014) yapılan tüm bu çalışmalardan yola çıkarak büyüklenmeci narsisizme sahip bireylerin bilişsel olarak daha esnek olduklarını ve başa çıkma esnekliklerinin kırılğan narsisizme sahip bireylere göre daha yüksek olduğunu varsaymışlardır. Yapmış oldukları çalışma 179 üniversite öğrencisi üzerinde yürütülmüştür. Çalışmanın sonucunda hipotezlerini destekler bulgulara ulaşmışlardır. Büyüklenmeci narsisizmin başa çıkma esnekliğini pozitif yönde etkilediği kırılğan narsisizmin ise negatif yönde etkilediği görülmüştür. Genel anlamda büyüklenmeci narsisizm özelliklerine sahip bireylerin başa çıkma esnekliğinin kırılğan narsisizm özelliklerine sahip bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Narsisizm ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin doğrudan incelendiği çalışmalara ulaşamamıştır. Bu sebeple ilişkileri hakkında yorum yapabilmek amacıyla literatürde konuya ilişkin yer alan başka çalışmalar incelenmiştir (Ames ve diğerleri, 2006; Hendin ve Cheek, 1997; Foster ve Trimm, 2008; Ng ve diğerleri, 2011). Yapılan çalışmalar incelendiğinde, büyüklenmeci narsisizm ve bilişsel esnekliğin negatif yönde, kırılğan narsisizm ve bilişsel esnekliğin ise pozitif yönde ilişkili olması öngörülmektedir.

3.4. Dürtüsellik ile Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi

Literatür incelendiğinde, dürtüsellik ve duygu düzenleme güçlüğü kavramları arasındaki ilişkinin birçok farklı çalışmada incelendiği görülmüştür. Duygu düzenleme güçlüğüne travma sonrası stres bozukluğu, yeme bozuklukları ve sınır kişilik bozukluğu yaşayan kişilerde dürtüsel davranışların artmasına yol açabileceği

bulunmuştur (Messman-Moore ve diğerleri, 2010; Weiss ve diğerleri, 2012; Williams ve diğerleri, 2006). Duygu düzenleme güçlüğü ve dürtüsellik kavramlarının kişilik bozukluklarının gelişimi ve özellikleri arasındaki ilişkinin anlaşılması konusunda da oldukça önemli bir yere sahip olduğu düşünülmektedir (Linehan, 1993; Livesley ve Jang, 2000).

Dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalardan biri Schreiber ve diğerleri (2012) tarafından 194 genç yetişkin üzerinde yürütülmüştür. Yapılan bu çalışmanın sonucunda duygu düzenleme güçlüğü ile dürtüsellik alt boyutları olan dikkatte dürtüsellik ve plan yapmama arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Dikkatte dürtüsellik alt boyutu kişinin sürmekte olan göreve odaklanmasında yetersizlik yaşaması ve dikkatinin hızlı yön değiştirmesi ile açıklanmaktadır. Plan yapmama alt boyutu ise kişinin gelecek yöneliminin eksikliği şeklinde tanımlanmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğü ile düşünmeden anlık olarak yapılan eylemleri ifade eden motor dürtüsellik alt boyutu arasında ise anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Çalışmada anlamlı düzeyde yüksek dürtüsel davranışlar bulunamamasının olası bir nedeni Eksen I bozukluklara sahip kişilerin çalışmaya dahil edilmemiş olmasıyla açıklanmıştır. Bir diğer çalışma Velotti ve diğerleri, (2016) tarafından çeşitli psikiyatri servislerinde yatan 257 hasta ve psikolojik rahatsızlığa sahip olmayan 617 kişi üzerinde yapılmıştır. Çalışmanın amacı her iki örnekleme aleksitimi, duygu düzenleme güçlüğü, dürtüsellik ve agresyon arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yapılan bu çalışmanın sonucunda iki örneklem grubunda da duygu düzenleme güçlüğü ile genel dürtüsellik puanı ve tüm alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Yapılan bir başka çalışma kişilik bozukluklarındaki bireysel farklılıkları duygu düzenleme güçlüğü çerçevesinde incelemek amacıyla Garofalo ve diğerleri (2018) tarafından klinik olmayan bir örneklem üzerinde yapılmıştır. Çalışmada duygu düzenleme güçlüğü ve dürtüsellik alt boyutları ile olan ilişkisi de incelenmiştir. 399 katılımcı üzerinde yürütülen çalışmanın sonucunda, dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Babaç (2018) tarafından madde kullanım bozukluğu tedavisi alan kişilerde dürtüsellik ve duygu düzenleme güçlüğü ilişkisinin incelenmesi

amacıyla çalışmanın sonuçları önceki çalışmaların bulgularını kısmen destekler nitelikte olmuştur. Yapılan bu çalışmada madde kullanım bozukluğu olan 62 katılımcı ile psikolojik olarak sağlıklı olan 62 kişi karşılaştırılmıştır. Çalışmanın sonucunda her iki grupta dürtüsellik ve duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu bulunmuştur. Çalışmada dürtüsellik alt boyutları ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki de detaylı olarak incelenmiştir. Duygu düzenleme güçlüğü ile dürtüsellik dikkatte dürtüsellik ve motor dürtüsellik alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunurken, plan yapmama boyutuyla bir ilişki bulunamamıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü'nün genel anlamda pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Schreiber ve diğerleri, 2012; Velotti ve diğerleri, 2016; Garofalo ve diğerleri, 2018; Babaç, 2018). Alt boyutlar ile beraber değerlendirildiğinde ise çalışmaların sonuçlarının bazı farklılıklar içerdiği saptanmıştır. Schreiber ve diğerleri (2012) tarafından yapılan çalışmada duygu düzenleme güçlüğü ile yalnızca motor dürtüsellik alt boyutu arasında ilişki bulunamazken, Babaç (2018) tarafından yapılan çalışmada yalnızca plan yapmama alt boyutu ile ilişki bulunamamıştır. Çalışma sonuçları dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki pozitif yönde ilişkiyi destekler niteliktedir. Alt boyutlar değerlendirildiğinde çıkan bazı farklı sonuçların olası nedenleri ise tartışılmaya devam eden bir konudur.

3.5. Dürtüsellik ile Bilişsel Esneklik İlişkisi

Kişinin içinden gelenleri olası sonuçlarını düşünmeden yapması dürtüsellik olarak açıklanmıştır (Patton ve diğerleri, 1995). Bilişsel bakış açısı, dürtüsellik kişinin davranışsal dürtü ve düşüncelerini engelleme konusunda yaşadığı yetersizlik şeklinde tanımlanmıştır. Dürtü kontrolünün kişinin sosyal ve kişisel yaşamında önemli bir yere sahip olduğu ifade edilmiştir (Chudasama, 2011).

Literatür incelendiğinde dürtüsellik'in direkt olarak bilişsel esneklik ile olan ilişkisinin incelendiği çalışmaya ulaşılamamıştır. Dürtüsellik bilişsel model çerçevesinde ele alan çok az sayıda çalışma olduğu görülmüştür. Dürtüsellik düzeyi yüksek olan kişilerde bilişsel yetiyi kullanmada yetersizlik olduğu öne sürülmüştür.

Bu kişilerin yapılan bir plana sadık kalamadıkları ve gerekli risk değerlendirmesini yapamadıkları görülmüştür (Patton ve diğerleri, 1995). Beck'in bilişsel teorisine göre yüksek düzeyde dürtüsellikçe sahip bireyler çevrelerinde gelişen olayları değerlendirmede bazı hatalar yaparlar ve bu durum kişilerin hızlı ve düşünmeden hareket etmesine yol açabilir.

Bilişsel esneklik kişinin değişen çevresel faktörler karşısında sahip olduğu düşüncesini değiştirebilmesi ve yeni çözümler üretebilmesi becerisi olarak tanımlanmaktadır (Schotte ve Clum, 1987). Bilişsel esneklik katı ve uzlaşmaz davranışların tam zıttı konumundadır. Bilişsel yaklaşımlara göre, kişinin düşüncelerinin esnek olmaması çeşitli psikolojik bozukluklara ve işlevsel olmayan bilişsel yapıların ortaya çıkmasına sebep olmaktadır. Bilişsel çarpıtmalar olarak adlandırılan uyum bozucu ve katı düşünceler kişilerin zihinlerinden çok hızlı şekilde geçerek olumsuz duygu ve davranışlara yol açmaktadır. (Bochner ve Kelly, 1974). Bilişsel çarpıtmalara meydan okunarak düşüncelerde dengenin sağlanması bilişsel esnekliği artırarak kişilerin yaşadığı psikolojik problemleri azaltmaktadır (Dennis ve Vander Wal, 2009).

Dürtüsellik ile bilişsel esnekliğin karşıt tarafında olan bilişsel çarpıtmalar arasındaki ilişki çeşitli çalışmalarda incelenmiştir. Bu çalışmalardan biri Mobini ve diğerleri (2006) tarafından 100 üniversite öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Yapılan bu çalışmanın sonucunda yüksek dürtüsellik düzeyine sahip kişilerde bilişsel çarpıtmaların daha fazla görüldüğü bulunmuştur. Mobini ve diğerleri (2007) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise Barratt Dürtüsellik Ölçeği ile ölçülen dürtüsellik düzeyi ile bilişsel çarpıtmalar arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Aynı çalışmada dürtüsellik hem işlevsel hem de işlevsel olmayan dürtüsellik şeklinde de incelenmiştir ve bilişsel çarpıtmalar ile ilişkine bakılmıştır. Bilişsel çarpıtmalar ile işlevsel olmayan dürtüsellik arasında pozitif yönde işlevsel dürtüsellik ile arasında ise negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Beck'in (1976) bilişsel yaklaşımına paralel olarak bu sonuçlar, işlevsel olmayan dürtüsellik düzeyi yüksek olan bireylerin çevrelerindeki olayları uyum bozucu değerlendirmeye daha yatkın oldukları görüşünü desteklemektedir. Bu durum bireylerin geleceği yeteri olarak düşünmeden daha plansız ve hızlı hareket etmelerine yol açmaktadır.

Literatür incelendiğinde dürtüsellik ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin doğrudan incelendiği çalışmalara ulaşamamıştır. Bilişsel esnekliğin zıttı konumunda olan bilişsel katılık ve bilişsel çarpıtmalar ile dürtüsellikğin incelendiği sınırlı sayıda çalışmaya ulaşılmıştır. Bu çalışmaların sonucunda yüksek dürtüsellik düzeyi ile bilişsel çarpıtmalar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür (Mobini ve diğerleri, 2006; Mobini ve diğerleri, 2007). Bu sonuçlardan yola çıkarak bilişsel esneklik ve dürtüsellik arasında negatif doğrultuda anlamlı ilişki olması beklenmektedir. Bulunan sonuçların literatürdeki bu açıklığa katkı sağlaması beklenmektedir.



BÖLÜM 4

GEREÇ ve YÖNTEM

4.1. Araştırma Katılımcıları

Araştırmanın örneklemini 18-43 yaş aralığındaki lisans öğrencilerinden oluşmuştur. Araştırmaya katılımda gönüllülük esas alınmıştır. Katılımcılar n=405 kadın (yaş ort.: 21.01) ve n=141 erkek (yaş ort.: 21.61) olmak üzere toplamda n=546 (yaş ort.: 21.17) kişiden oluşmuştur. Katılımcıların %30.2'si birinci sınıfa, %28.9'u ikinci sınıfa, %25.5'i üçüncü sınıfa ve %15.4'ü dördüncü sınıfa devam etmektedir.

4.2. Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri İstanbul Medipol Üniversitesi Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'ndan gerekli iznin alınmasının ardından toplanmıştır. Veri toplama aşaması 2019 yılı Nisan ayında başlamış ve 2019 yılı Mayıs ayında sonlandırılmıştır. Ölçekler farklı bölümlerde okuyan lisans öğrencilerine online veya yazılı olarak verilmiştir. Katılımcılara olasılıksız örnekleme yöntemlerinden olan kolayda örnekleme yolu kullanılarak ulaşılmıştır. Araştırmanın başında tüm katılımcılara yazılı olarak Gönüllü Katılım Formu verilerek onayları alınmıştır (EK 6'da verilmiştir). Araştırmaya katılmayı onaylamayan katılımcılara ölçekler verilmemiştir. Katılımcılardan ad-soyad gibi kimlik belirleyici bilgiler gizlilik gereği alınmamıştır. Katılımcılara sırasıyla, Demografik Bilgi Formu, Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form (FFNI-SF), Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) verilmiştir. Ölçeklerin yanıtlanması ortalama olarak 15 dakika sürmüştür. Verilerin istatistik analizi SPSS 23 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

4.2.1. Ölçekler

Araştırmada katılımcıların kişisel bilgilerini edinmek için Demografik Bilgi Formu, narsisizmin ölçülmesi amacıyla Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form (FFNI-SF), bilişsel esneklik düzeylerinin belirlenmesi amacıyla Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE), duygu düzenleme güçlüğüünün değerlendirilmesi için Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) ve dürtüsellik düzeyinin belirlenmesi amacıyla Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları ile ilgili detaylı bilgiler aşağı kısımda yer almaktadır.

4.2.1.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların kişisel bilgilerinin toplanması amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Bu formda katılımcıların yaşı, cinsiyeti, kaçınıcı sınıf olduğu, bölümü, nerede ikamet ettikleri, anne ve babalarının sağ olup olmadıkları ve beraber yaşıyıp yaşamadıkları, kardeşlerinin olup olmadığı ve geçmişte herhangi bir psikiyatrik rahatsızlık yaşıyıp yaşamadıkları sorulmuştur.

4.2.1.2. Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form (FFNI-SF)

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği (FFNI), Glover ve diğerkleri, (2012) tarafından beş faktörlü kişilik modelinin temelinde narsisizm ile ilişkili farklı kişilik özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Geliştirilen bu ölçek 148 maddeden oluşmuştur. Sonrasında Sherman ve diğerkleri, (2015) tarafından 60 maddeden oluşan kısa form hali geliştirilmiştir. 5’li likert tipi 1 (kesinlikle katılmıyorum)- 2 (Katılmıyorum)- 3 (Kararsızım)- 4 (Katılıyorum)- 5 (kesinlikle katılıyorum) derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir.

Ölçek Eksi (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Ölçekte orijinal halindeki gibi toplam 60 madde bulunmaktadır ve 5’li likert tipi 1 (kesinlikle katılmıyorum)- 2 (Katılmıyorum)- 3 (Kararsızım)- 4 (Katılıyorum)- 5 (kesinlikle katılıyorum) derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Yapılan çalışmada

ölçeğin Türkçe versiyonu için toplam puan Cronbach alfa değeri .87 olarak bulunmuştur. Alt boyutların değerinin ise .56 ile .79 arasında değiştiği saptanmıştır. Ölçeğin örneği EK 2’de yer almaktadır.

Ölçekte, Kibir, Onay Arayıcılık, Güvensizlik, Liderlik/Otorite, Teşhircilik, Hak İddia Etme, Sömürücülük, Umursamazlık, Büyüklenme Hayalleri, Empati Eksikliği, Hayranlık İhtiyacı, Manipülatiflik, Utanç, Tepkisel Öfke/Öfke, ve Maceraperestlik olmak üzere toplamda 15 alt boyut bulunmaktadır. Her alt boyut 4 maddeden oluşmaktadır. Toplam ölçek puanı, 15 alt boyutun toplanması yoluyla oluşturulmaktadır. Bu toplam puan, DSM'nin Narsistik Kişilik Bozukluğu tanımındaki narsisizme denk gelmektedir. Ölçek sonucu kavramsal olarak iki ayrı boyut olarak da puanlanabilmektedir: Kırılgan Narsisizm ve Büyüklenmeci Narsisizm. Kırılgan Narsisizm puanı, Hayranlık İhtiyacı, Utanç ve Tepkisel Öfke/Öfke alt boyutlarının toplanması ile belirlenmektedir. Büyüklenmeci Narsisizm puanı ise diğer 12 boyutun toplanması ile hesaplanmaktadır.

4.2.1.3. Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE)

Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE), Dennis ve Vander Wal (2010) tarafından kişilerin bilişsel esneklik düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. 20 maddeden oluşmaktadır ve 1 (Hiç Uygun Değil)- 5 (Tamamen Uygun) arasında değişen 5’li likert tipi derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan puanlar 20 ile 100 arasında değişmektedir ve alınan puanın artması bilişsel esneklik düzeyinin de yükseldiği anlamına gelmektedir. Ölçekte Alternatifler (13 madde) ve Kontrol (7 madde) olmak üzere iki alt boyut bulunmaktadır (Dennis ve Vander Wal, 2010).

Ölçeğin Türkçe’ye uyarlama çalışması Gülüm ve Dağ (2012) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe formu orijinali ile aynı şekilde 20 madde ve iki alt boyuttan oluşmaktadır. Orijinal formu ile aynı şekilde 5’li likert tipi 1 (Hiç Uygun Değil)- 5 (Tamamen Uygun) derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Türkçe formunda ölçek toplam puanı için Cronbach alfa değeri .90, alternatifler alt boyutu için .90 ve kontrol alt boyutu için .84 olarak bulunmuştur.

4.2.1.4. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ)

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ), Gratz ve Roemer (2004) tarafından duygu düzenleme güçlüklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek toplam 36 maddeden oluşmaktadır ve 1 (neredeyse hiçbir zaman) – 5 (neredeyse her zaman) arası 5’li likert tipi derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçek duygusal farkındalık eksikliği (6 madde), duygusal açıklık eksikliği (5 madde), duygusal tepkileri kabul etmeme (6 madde), duygu düzenleme stratejilerini sınırlı kullanma (8 madde), dürtü kontrol güçlükleri (6madde) ve amaçlı davranışları gerçekleştirmede zorluklar (5 madde) olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 180, en düşük puan ise 36’dır. Alınan yüksek puanlar, duygu düzenlemede güçlüklerin arttığını göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özellikleri ilk olarak Rugancı ve Gençöz (2010) tarafından yapılmıştır. 36 maddeden oluşan ölçek 1 (neredeyse hiçbir zaman) – 5 (neredeyse her zaman) arası 5’li likert tipi derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçeğin Cronbach’s alpha iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .94, açıklık için .82, amaçlar için .90, dürtü için .90, kabul etmeme için .83, stratejiler için .89 ve farkındalık için .75 olarak bulunmuştur.

4.2.1.5. Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11)

Barratt Dürtüsellik Ölçeği (BDÖ-11), Patton ve diğerleri, (1995) tarafından dürtüsellliği ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek 30 maddeden oluşmaktadır. 1‘Nadiren/Hiçbir zaman’, 2‘Bazen’, 3‘Sıklıkla’ ve 4‘Hemen Her zaman/Her zaman’ olmak üzere 4’lü likert tipi derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan toplam puan ne kadar yüksekse, dürtüsellik düzeyi o kadar yüksek anlamına gelmektedir. Ölçekte dikkatte dürtüsellik (8 madde), motor dürtüsellik (11 madde) ve plan yapmama (11 madde) olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır.

Ölçeğin Türkçe uyarlaması Güleç ve diğerleri, (2008) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin Türkçe versiyonu da 30 maddeden oluşmaktadır ve 4’lü likert tipi 1 (Nadiren/Hiçbir zaman)- 2 (Bazen)- 3 (Sıklıkla)- 4 (Hemen Her zaman/Her zaman)

derecelendirme üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonunda da dikkatte dürtüsellik (14 madde), motor dürtüsellik (7 madde) ve plan yapmama (9 madde) olmak üzere 3 alt boyut bulunmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılık Cronbach alfa katsayısı tüm ölçek için öğrenci grubunda .78, hasta grubunda .81, dikkatte dürtüsellik alt boyutu için öğrenci ve hasta grubunda .76, motor dürtüsellik alt boyutu için öğrenci grubunda .38, hasta grubunda .27 ve plan yapmama alt boyutu için öğrenci grubunda .23, hasta grubunda .43 bulunmuştur.



BÖLÜM 5

SONUÇLAR

5.1. Bulgular

Bu kısımda araştırmadaki istatistiksel analizlerin sonuçları açıklanmıştır. Yapılan analizlerin tümü SPSS 23 programı ve Sobel Test yardımıyla yapılmıştır. Aracı rol analizlerinde ilk olarak ilgili değişkenler arasında SPSS programı yardımıyla regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizinden sonra bulunan değerler Sobel Teste yazılarak aracı rol olup olmadığına bakılmıştır.

5.1.1. Demografik Bilgiler

Araştırmadaki 546 katılımcının yaş ortalaması 21.17 ± 2.38 'dir ve yaş aralıkları 18-43 arasında değişmektedir. Katılımcıların %74'ünü kadınlar ($n = 405$) ve %25'ini ise erkekler oluşturmaktadır ($n = 141$). Katılımcıların %30.2'si birinci sınıf ($n = 165$), %28.9'u ikinci sınıf ($n = 158$), %25.5'i üçüncü sınıf ($n = 139$) ve son olarak %15.4'ü dördüncü sınıf ($n = 84$) öğrencileridir. Katılımcıların %90.6'sı ($n = 493$) psikiyatrik bir rahatsızlık yaşamadıklarını, %9.4'ü ($n = 51$) ise yaşadıklarını bildirmiştir. Psikiyatrik bozukluk olduğunu ifade eden katılımcılardan hiçbiri psikotik bozukluk tanısı ifade etmemiştir.

Tablo 5. 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Özellikler	N	%	Ortalama	Standart Sapma
Yaş	546	100	21.17	2.38
Cinsiyet				
Kadın	405	74		
Erkek	141	26		
Sınıf				
1. Sınıf	165	30.2		
2. Sınıf	158	28.9		
3. Sınıf	139	25.5		
4. Sınıf	84	15.4		
Psikiyatrik Tanı				
Yok	493	90.6		
Var	51	9.4		

5.1.2. Ölçek Bilgileri

5.1.2.1. Ölçeklerin Normallik Dağılımları

Analizlerden önce verilerin standart normal dağılıma uygun olup olmadığı test edilmiştir. Yapılan normallik testi sonuçlarından elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri esas alınmıştır. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.0 ve +1.0 arasında yer alması normal dağılıma uygun olarak kabul edilmektedir (Hair ve diğerleri, 2013). Araştırmada kullanılan FFNI-SF, BEE, DDGÖ ve BDÖ-11 ölçekleri için yapılan normallik testi sonucunda çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.0 ve +1.0 arasında olduğu saptanmıştır. Bu sebeple ölçeklerdeki puanların dağılımının, normal dağılıma uygun olduğu kabul edilmiştir. Yapılan analizlerde parametrik testler kullanılmıştır.

Tablo 5. 2. Ölçeklerin geçerlik analiz puanları

ÖLÇEKLER		İstatistikler	Standart Hata
FFNI-SF	Çarpıklık	.103	.110
	Basıklık	.839	.220
BEE	Çarpıklık	-.018	.106
	Basıklık	-.110	.212
DDGÖ	Çarpıklık	.203	.107
	Basıklık	-.337	.214
BDÖ-11	Çarpıklık	.426	.107
	Basıklık	.252	.214

5.1.2.2. Ölçeklerin Güvenirlilikleri

Araştırmada kullanılan Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form (FFNI-SF), Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE), Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11'nin (BDÖ-11) güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizlerinde Cronbach's Alpha modeli kullanılmıştır. Cronbach's Alpha sorular arasındaki korelasyonla ilişkili uyum değeri olarak ifade edilir. Cronbach's Alpha değeri faktör altındaki soruların toplamdaki güvenilirlik seviyesini göstermektedir (Bademci, 2006).

Tablo 5. 3. Cronbach's Alpha Değerleri İçin Bir Sınıflama

Cronbach's Alpha	Yorumu
0.80-1.00 Arası	Yüksek Güvenilirlik
0.60-0.80 Arası	Oldukça güvenilir
0.40-0.60 Arası	Güvenilirlik düşük
0.40 ve aşağısı	Güvenilir değil

Tablo 3'te Cronbach's Alpha değerlerinin sınıflandırılması verilmiştir. Güvenilirlik düzeyleri değişse de literatürde Cronbach's Alpha değerinin 0.70 ve üzeri bulunması ölçeğin güvenli olduğu anlamına gelir (Snyder, 1996). Madde sayısı azaldığında 0.60 değerinin de kabul edilebileceği bilinmektedir.

Analiz sonucunda Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form'un (FFNI-SF) Cronbach's α değeri .88; ölçeğin Hayranlık İhtiyacı, Tepkisel Öfke/Öfke ve Utanç alt boyutlarının (12 madde) toplanması ile oluşan kavramsal boyutu Kırılgan Narsisizmin Cronbach's α değeri .69; bu alt boyutlar dışında kalan 12 alt boyutun (48 madde) toplanması ile oluşan bir diğer kavramsal boyut olan Büyüklenmeci Narsisizmin Cronbach's α değeri .80 bulunmuştur. Bilişsel Esneklik Envanteri'nin (BEE) Cronbach's α değeri .88, Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği'nin (DDGÖ) Cronbach's α değeri .93 ve Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11'nin (BDÖ-11) Cronbach's α değeri .82 bulunmuştur (Tablo 4).

Tablo 5. 4. Ölçek ve Alt Boyutları Güvenilirlik Analizi Sonuçları

ÖLÇEKLER	Boyut	Cronbach's Alpha	Madde Sayısı
FFNI-SF	Kırılgan Narsisizm	.69	3
	Büyüklenmeci Narsisizm	.80	12
	Total	.88	60
BEE	Total	.88	20
DDGÖ	Total	.93	36
BDÖ-11	Total	.82	30

5.1.3. Temel Hipotezler

5.1.3.1. Narsisizm ve Dürtüsellik İlişkisi

Bütüncül olarak bakıldığında zaman Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.228**). Sonuca göre, katılımcılarda narsisizm özellikleri artış

gösterdikçe dürtüsellik düzeyi de artmaktadır. Bu sonuç yapılan araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 5. FFNI-SF ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	FFNI-SF	BDÖ-11
FFNI-SF	1	
BDÖ-11	.228**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.1.1 Büyüklenmeci Narsisizm ve Dürtüsellik Arasındaki İlişki

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) alt boyutlarından olan büyüklenmeci narsisizm ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.194**). Katılımcıların büyüklenmeci narsisizm özellikleri arttıkça dürtüsellik düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 6. Büyüklenmeci Narsisizm ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	Büyüklenmeci N.	BDÖ-11
Büyüklenmeci N.	1	
BDÖ-11	.194**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.1.2. Kırılgan Narsisizm ve Dürtüsellik Arasındaki İlişki

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) alt boyutlarından olan kırılgan narsisizm ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.164**). Katılımcıların kırılgan narsisizm özellikleri arttıkça dürtüsellik düzeylerinin de arttığı görülmüştür. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 7. Kırılğan Narsisizm ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	Kırılğan N.	BDÖ-11
Kırılğan N.	1	
BDÖ-11	.164**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.2. Narsisizm ve Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi

Bütüncül olarak bakıldığında zaman Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.276**). Bu sonuca göre narsisizm özellikleri arttıkça duygu düzenleme güçlüğü de artış göstermektedir. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 8. FFNI-SF ve DDGÖ puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	FFNI-SF	DDGÖ
FFNI-SF	1	
DDGÖ	.276**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.2.1. Büyüklenmeci ve Kırılğan Narsisizm ile Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) alt boyutlarından olan büyüklenmeci narsisizm (.108*) ve kırılğan narsisizm (.550**) ile Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Katılımcıların büyüklenmeci narsisizm ve kırılğan narsisizm özellikleri arttıkça duygu

düzenleme güçlüğü düzeyleri de artış göstermektedir. Bu sonuç araştırmanın hipotezini doğrulamaktadır.

Tablo 5. 9. Büyüklenmeci ve Kırılğan Narsisizm, DDGÖ puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	DDGÖ	Büyüklenmeci Narsisizm	Kırılğan Narsisizm
DDGÖ	1		
Büyüklenmeci Narsisizm	.108*	1	
Kırılğan Narsisizm	.550**	-	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.3. Büyüklenmeci Narsisizm ve Kırılğan Narsisizm ile Bilişsel Esneklik İlişkisi

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği-Kısa Form (FFNI-SF) alt boyutlarından olan büyüklenmeci narsisizm ile Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.168**). Katılımcıların büyüklenmeci narsisizm özellikleri arttıkça bilişsel esneklik düzeyleri de artış göstermektedir. Kırılğan narsisizm ile Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (-.296**). Bu sonuca göre, katılımcıların kırılğan narsisizm özellikleri arttıkça bilişsel esneklik düzeyleri düşmektedir. Bu sonuçlar araştırmanın hipotezlerini doğrulamaktadır.

Tablo 5. 10. Büyüklenmeci ve Kırılğan Narsisizm, BEE puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	BEE	Büyüklenmeci Narsisizm	Kırılğan Narsisizm
BEE	1		
Büyüklenmeci Narsisizm	.168**	1	
Kırılğan Narsisizm	-.296**	-	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.4. Dürtüsellik ve Duygu Düzenleme Güçlüğü İlişkisi

Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (.430**). Bu sonuca göre, katılımcılarda duygu düzenleme güçlüğü arttıkça dürtüsellik düzeyi de artmaktadır. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 11. DDGÖ ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	DDGÖ	BDÖ-11
DDGÖ	1	
BDÖ-11	.430**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.5. Dürtüsellik ve Bilişsel Esneklik İlişkisi

Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) ile Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (-.377**). Bu sonuca göre, katılımcılarda bilişsel esneklik düzeyi arttıkça dürtüsellik düzeyi azalmaktadır. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir.

Tablo 5. 12. BEE ve BDÖ-11 puanları arasındaki korelasyon

Değişkenler	BEE	BDÖ-11
BEE	1	
BDÖ-11	-.377**	1

**p<0.01 *p<0.05

5.1.3.6. Narsisizm ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü

Şekil 5.1. Araştırmada Test Edilen Mediator Model



Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda narsisizm bağımsız değişkeninin dürtüsellik bağımlı değişkeni üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta=.209$; $p<0.05$). Narsisizmin duygu düzenleme güçlüğü üzerinde ($\beta=.455$; $p<0.05$) ve duygu düzenleme güçlüğü'nün de dürtüsellik üzerinde ($\beta=.239$; $p<0.05$) pozitif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Regresyon analizlerinin ardından narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesi amacıyla Sobel test kullanılmıştır. Sobel test, ilgili değişkenlere ait düzeltilmemiş regresyon katsayıları (β) ve bunlara ait standart hata değerleri kullanılarak hesaplanır (Sobel, 1982). Yapılan analizler sonucunda, Sobel test p değeri ($p<0.05$) bulunduğundan duygu düzenleme güçlüğü değişkeninin narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 5. 13. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi						
Model No	Bağımsız	Etki	Bağımlı	Un.Std. β	SD	p
1	Narsisizm	→	Duygu Düzenleme	0.455	0.073	0.0000008**
	Duygu Düzenleme	→	Dürtüsellik	0.239	0.022	

1: Sobel Test P value * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

5.1.3.6.1. Büyüklenmeci Narsisizm ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü

Şekil 5. 2. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model



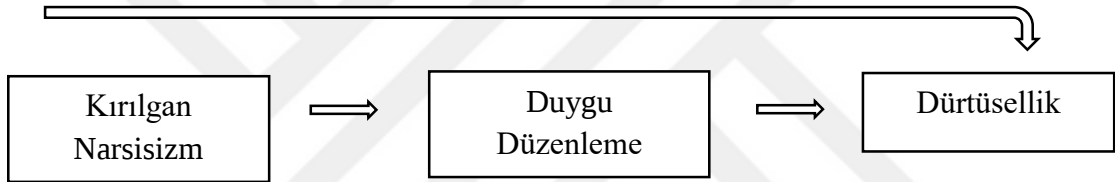
Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda büyüklenmeci narsisizm bağımsız değişkeninin dürtüsellik bağımlı değişkeni üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta=.158$; $p<0.05$). Büyüklenmeci narsisizmin duygu düzenleme güçlüğü üzerinde ($\beta=.157$; $p<0.05$) ve duygu düzenleme güçlüğü'nün de dürtüsellik üzerinde ($\beta=.239$; $p<0.05$) pozitif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Regresyon analizlerinin ardından büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesi amacıyla Sobel test kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Sobel test p değeri ($p<0.05$) bulunduğundan duygu düzenleme güçlüğü değişkeninin büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 5. 14. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi						
Model No	Bağımsız	Etki	Bağımlı	Un.Std. β	SD	p
1	Büyükleme N.	→	Duygu Düzenleme	0.157	0.066	0.02013985*
	Duygu Düzenleme	→	Dürtüsellik	0.239	0.022	

1: Sobel Test P value * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

5.1.3.6.2. Kırılğan Narsisizm ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkide Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü

Şekil 5. 3. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model



Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda kırılğan narsisizm bağımsız değişkeninin dürtüsellik bağımlı değişkeni üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta=.095$; $p<0.05$). Kırılğan narsisizmin duygu düzenleme güçlüğü üzerinde ($\beta=.566$; $p<0.05$) ve duygu düzenleme güçlüğü'nün de dürtüsellik üzerinde ($\beta=.239$; $p<0.05$) pozitif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Regresyon analizlerinin ardından kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü'nün aracı rolünün incelenmesi amacıyla Sobel test kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Sobel test p değeri ($p<0.05$) bulunduğundan duygu düzenleme güçlüğü değişkeninin kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 5. 15. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi						
Model No	Bağımsız	Etki	Bağımlı	Un.Std. β	SD	p
1	Kırılğan N.	→	Duygu Düzenleme	0.566	0.038	0**
	Duygu Düzenleme	→	Dürtüsellik	0.239	0.022	

1: Sobel Test P value * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

5.1.3.7 Büyüklenmeci Narsisizm ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkide

Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü

Şekil 5. 4. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model



Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda büyüklenmeci narsisizm bağımsız değişkeninin dürtüsellik bağımlı değişkeni üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta = .158$; $p < 0.05$). Büyüklenmeci narsisizmin bilişsel esneklik üzerinde ($\beta = .200$; $p < 0.05$) pozitif yönde bilişsel esnekliğin de dürtüsellik üzerinde ($\beta = -.261$; $p < 0.05$) negatif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Regresyon analizlerinin ardından büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide bilişsel esnekliğin aracı rolünün incelenmesi amacıyla Sobel test kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Sobel test p değeri ($p < 0.05$) bulunduğundan bilişsel esneklik değişkeninin büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 5. 16. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi						
Model No	Bağımsız	Etki	Bağımlı	Un.Std. β	SD	p
1	Büyükleme N.	→	Bilişsel Esneklik	0.200	0.054	0.00061474**
	Bilişsel Esneklik	→	Dürtüsellik	-0.261	0.029	

1: Sobel Test P value * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

5.1.3.8. Kırılğan Narsisizm ile Dürtüsellik Arasındaki İlişkide Bilişsel Esnekliğin Aracı Rolü

Şekil 5. 5. Araştırmada Test Edilen Mediatör Model



Yapılan regresyon analizlerinin sonucunda kırılğan narsisizm bağımsız değişkeninin dürtüsellik bağımlı değişkeni üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu saptanmıştır ($\beta = .095$; $p < 0.05$). Kırılğan narsisizmin bilişsel esneklik üzerinde ($\beta = -.248$; $p < 0.05$) ve bilişsel esnekliğin de dürtüsellik üzerinde ($\beta = -.261$; $p < 0.05$) negatif yönde anlamlı bir etkisi olduğu görülmüştür. Regresyon analizlerinin ardından kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide bilişsel esnekliğin aracı rolünün incelenmesi amacıyla Sobel test kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda, Sobel test p değeri ($p < 0.05$) bulunduğundan bilişsel esneklik değişkeninin kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı etkisi olduğu anlaşılmıştır.

Tablo 5. 17. Modelde yer alan mediatör ilişkinin Sobel test ile anlamlılık incelemesi						
Model No	Bağımsız	Etki	Bağımlı	Un.Std. β	SD	p
1	Kırılgan N.	→	Bilişsel Esneklik	-0.248	0.035	0.0008**
	Bilişsel Esneklik	→	Dürtüsellik	-0.261	0.029	

1: Sobel Test P value * $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

5.1.4. Alt Hipotezler

5.1.4.1. Büyüklenmeci Narsisizm ile Cinsiyet İlişkisi

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form'un alt boyutlarından olan Büyüklenmeci Narsisizm düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla uygulanan t testi sonucunda kadın katılımcıların puan ortalaması ($\bar{X}=2.76$), erkek katılımcıların puan ortalaması ($\bar{X}=3.01$) olarak bulunmuştur. Büyüklenmeci Narsisizmin erkek katılımcılarda kadın katılımcılara göre anlamlı olarak daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 5. 18. Cinsiyete Göre FFNI-SF Ölçeği-Büyüklenmeci Narsisizm Bağımsız Örneklemeler T Testi Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	S	sd	t	P
Kadın	378	2.76	0.41	494	-5.58	0.00**
Erkek	118	3.01	0.46			

** $p < 0.01$ * $p < 0.05$

5.1.4.2. Kırılğan Narsisizm ile Cinsiyet İlişkisi

Beş Faktör Narsisizm Ölçeği- Kısa Form'un alt boyutlarından olan Kırılğan Narsisizm düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kadın katılımcıların puan ortalaması ($\bar{X}$ =3.19) ve erkek katılımcıların puan ortalaması ($\bar{X}$ =2.86) arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Kırılğan narsisizm kadın katılımcılarda erkek katılımcılara göre daha fazla görülmüştür ($t(534) = 5.51, p<0.05$).

Tablo 5. 19. Cinsiyete Göre FFNI-SF Ölçeği-Kırılğan Narsisizm Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	S	Sd	t	p
Kadın	399	3.19	0.60	534	5.51	0.00**
Erkek	137	2.86	0.59			

**p<0.01 *p<0.05

5.1.4.3. Dürtüsellik ile Cinsiyet İlişkisi

Dürtüsellik düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek amacıyla t testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kadın katılımcıların Barratt Dürtüsellik Ölçeği-11 (BDÖ-11) ortalama puanı ($\bar{X}$ =2.03) ile erkek katılımcıların ortalama puanı ($\bar{X}$ =2.14) arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur ($t(516) = -3.11, p<0.05$). Dürtüsellik düzeyinin erkek katılımcılarda kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5. 20. Cinsiyete Göre BDÖ-11 Ölçeği Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	S	sd	t	P
Kadın	391	2.03	0.35	516	-3.11	0.02*
Erkek	127	2.14	0.35			

**p<0,01 *p<0,05

5.1.4.4. Duygu Düzenleme ile Cinsiyet İlişkisi

Duygu Düzenleme Güçlüğü düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kadın katılımcıların Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği (DDGÖ) ortalama puanı ($\bar{X}$ =2.60) ile erkek katılımcıların ortalama puanı ($\bar{X}$ =2.46) arasında anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur (t (519) = 2.06, p<0.05). Duygu düzenleme güçlüğü düzeyinin kadın katılımcılarda erkek katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 5. 21. Cinsiyete Göre DDGÖ Ölçeği Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Kadın	389	2.60	0.65	519	2.06	0.03*
Erkek	132	2.46	0.56			

**p<0.01 *p<0.05

5.1.4.5. Bilişsel Esneklik ile Cinsiyet İlişkisi

Bilişsel esneklik düzeyinin cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda kadın katılımcıların Bilişsel Esneklik Envanteri (BEE) ortalama puanı ($\bar{X}$ =3.71) ile erkek katılımcıların ortalama puanı ($\bar{X}$ =3.78) arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ($t(525) = -1.40, p > 0.05$).

Tablo 5. 22. Cinsiyete Göre BEE Ölçeği Bağımsız Örneklem T Testi Sonuçları

Grup	N	$\bar{X}$	S	sd	t	p
Kadın	394	3.71	0.50	525	-1.40	0.16
Erkek	133	3.78	0.54			

**p<0.01 *p<0.05

BÖLÜM 6

TARTIŞMA

Yapılan araştırmada narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğü ve bilişsel esnekliğin aracı rolü incelenmiştir. Araştırma sonuçları bulgular bölümünde detaylı şekilde aktarılmıştır. Bu kısımda yapılan araştırmanın sonuçları literatürdeki çalışmalar ile karşılaştırılacaktır. Araştırmanın sınırlılıkları ele alınacak ve ileride yapılabilecek yeni çalışmalar için önerilerde bulunulacaktır.

Yapılan analizler sonucunda kişilerde narsisizm özellikleri artış gösterdikçe dürtüsellik düzeyinde de artış beklenmesi hipotezi doğrulanmıştır. Narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Narsisistik özelliklerin daha fazla görüldüğü kişilerde dürtüsellik düzeyi daha yüksektir. Vazire ve Funder (2006) tarafından yapılan meta-analiz çalışması bu araştırmanın sonucunu desteklemektedir. Yapılan bir başka çalışmada ise narsisizm hem işlevsel hem de işlevsel olmayan dürtüsellik ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (Foster ve Trimm, 2008).

Yapılan araştırmanın sonucunda narsisizmin alt boyutlarından olan büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuç araştırmanın hipotezini doğrulamıştır. Büyüklenmeci narsisizm özelliklerine sahip bireylerin iyi bir ilk izlenim oluşturmak amacıyla çok çeşitli dürtüsel davranışlar gösterme eğilimde oldukları bulunmuştur. Bu kişiler iyilik hallerinin devamı ve sosyal statüleri için uzun vadede olumsuz sonuçları olabilecek anlık haz sağlayan davranışlarda bulunabilirler (Vazire ve Funder, 2006). Malesza ve Kaczmarek (2018) tarafından yapılan çalışmada da büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuçlar yapılan araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Yapılan analizler sonucunda narsisizmin alt boyutlarından olan kırılğan narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir. Teorik olarak, kırılğan narsisizme

sahip bireyler savunmacı ve kendi belirledikleri yolda ilerlemek konusunda ısrarcı kişiler olarak tanımlanmaktadır (Wink, 1991). Bu sebeple kırılan narsisizm ile kişinin kendi bildirimine dayalı dürtüsellik düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olması beklenmiştir. Literatüre bakıldığında kırılan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkiyi açıklayan sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür. Yapılan bir çalışmada kırılan narsisizm ile dürtüsellik arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Malesza ve Kaczmarek, 2018). Bu sonuç yapılan araştırmanın bulguları ile örtüşmektedir.

Yapılan araştırmanın sonucunda narsisizm alt boyutları (büyüklenmeci ve kırılan narsisizm) ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu sonuç araştırmanın hipotezini desteklemektedir. Kişilerin duygular ile etkili biçimde baş etmede yaşadığı zorluk kişilik bozuklukları için hem bir semptom hem de bir risk faktörü olarak değerlendirilmiştir (Berkin and Wupperman, 2012). Duygu durumundaki aşırılıklar ve değişimler ise araştırmacılar tarafından narsisizmin prototipik bir özelliği olarak kabul edilmiştir (Kernberg, 1980; Kohut, 1971).

Literatür incelendiğinde büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin net olarak ortaya konamadığı ve araştırmaya açık bir konumda olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmaların sonuçları bazı farklılıklar göstermektedir. Bu araştırmanın bulguları literatürdeki farklı sonuçlara özgün bir katkı sağlamıştır.

Wolven (2015) tarafından yapılan bir çalışmada araştırma bulguları ile benzer şekilde patolojik narsisizm ve alt boyutları olan büyüklenmeci ve kırılan narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Di Pierro ve diğerleri (2017) tarafından yapılan çalışmada büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken Zhang ve diğerleri (2015) tarafından yapılmış bir çalışmada büyüklenmeci narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutları ile olan ilişki detaylı olarak incelendiğinde ise büyüklenmeci narsisizm ile yalnızca farkındalık ve açıklık alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlar ile arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Akıncı (2015) tarafından yapılan başka bir

çalışmada benzer şekilde duygu düzenleme güçlüğü'nün alt boyutlarından olan farkındalık ve açıklık ile büyüklenmeci narsisizm arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Büyüklenmeci narsisizm ile dürtüler ve stratejiler alt boyutları arasında ise pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu çalışmaların sonuçlarına bakıldığında büyüklenmeci narsisizme sahip bireylerin duygularını anlama konusunda problem yaşama olasılıklarının daha az olduğu söylenebilir. Fakat dürtülerin kontrol edilmesi ve duygunun uygun şekilde düzenlenebilmesi bu kişiler için zorlayıcı olabilmektedir.

Literatür incelendiğinde kırılman narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmaların birbirlerini destekler sonuçlara ulaştıkları görülmüştür. Kırılman narsisizm ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (Zhang ve diğerleri, 2015; Akıncı, 2015; Zhang ve diğerleri, 2017; Di Pierro ve diğerleri, 2017). Kırılman narsisizm özelliklerine sahip kişiler için olumsuz duyguların yoğunluğunu ve süresini doğru stratejiler kullanarak yönetebilmek oldukça zorlayıcı olmaktadır. Bu kişiler olumsuz duygularına genellikle tahammül edemezler bu sebeple kendilerini üzebilir ve suçlayabilirler. Ayrıca bu kişilerin duygularını anlamak konusunda yaşadıkları zorluk kafalarını karıştırabilir ve deneyimledikleri duygudan anlam çıkarmalarını engelleyebilir (Di Pierro ve diğerleri, 2017). Ulaşılan sonuçlar yapılan araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Büyüklenmeci narsisizm özellikleri artış gösterdikçe bilişsel esneklik düzeyinde artış beklenmesi hipotezi ile kırılman narsisizm özellikleri artış gösterdikçe bilişsel esneklik düzeyinin azalması hipotezi yapılan analizler sonucunda doğrulanmıştır. Büyüklenmeci narsisizm ile bilişsel esneklik arasında pozitif yönde, kırılman narsisizm ile bilişsel esneklik arasında ise negatif yönde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Literatür incelendiğinde büyüklenmeci ve kırılman narsisizm ile bilişsel esneklik arasındaki ilişkinin doğrudan incelendiği çalışmaya ulaşılamamıştır. Ng ve diğerleri (2014) tarafından yapılan bir çalışmada büyüklenmeci narsisizmin başa çıkma esnekliğini pozitif yönde kırılman narsisizmin ise negatif yönde etkilediği bulunmuştur. Başa çıkma esnekliği Kato (2012) tarafından kişinin karşılaştığı farklı stresli durumlarda duruma uygun başa çıkma stratejilerini kullanabilme becerisi olarak

tanımlanmıştır. Başa çıkma esnekliğinde bulunulan durumda etkili olmayan başa çıkma stratejisinden vazgeçilip yeni ve etkili olan başka bir stratejiye geçiş yapılabilir. Bilişsel esnekliğine sahip olmak, başa çıkma esnekliği için bir gereklilik olarak değerlendirilmiştir.

Yapılan çalışmalarda tecrübelerle açıklığı ifade eden kişilik özelliği ile büyülenmeci narsisizmin pozitif yönde kırılan narsisizmin ise negatif yönde ilişkili olduğu gösterilmiştir (Ames ve diğeri, 2006; Hendin ve Cheek, 1997). Tecrübelerle açıklık kişinin bilgiyi işlemede esnek olmasını ve farklı alternatifleri keşfetme eğilimi olmasını içermektedir. Bu özellikler bilişsel esneklik kavramının da temel özellikleri olarak kabul edilmektedir (Murdoch ve diğeri, 2013).

Yapılan çalışmaların sonuçları bu araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir. Bu çalışmada ulaşılan bulgulara göre büyülenmeci narsisizme sahip bireyler içinde bulundukları durumlar karşısında alternatif çözüm yollarının farkına varabilir ve bu yolları uygulamak konusunda kendilerini daha yetkin hissederler. Kırılan narsisizmde ise kişi alternatiflerin farkına varma ve uygulama konusunda zorluklar yaşamaktadır.

Yapılan araştırmanın sonuçları dürtüsellik düzeyi artış gösterdikçe duygu düzenleme güçlüğüne de artış göstermesi hipotezini doğrulamıştır. Dürtüsellik ile duygu düzenleme güçlüğü arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu araştırmanın bulguları yapılmış olan birçok çalışmanın sonuçları ile aynı doğrultudadır (Schreiber ve diğeri, 2012; Velotti ve diğeri, 2016; Garofalo ve diğeri, 2018; Babaç, 2018).

Dürtüsellik artış gösterdikçe bilişsel esneklik düzeyinin azalması hipotezi yapılan analizler sonucunda doğrulanmıştır. Dürtüsellik ile bilişsel esneklik arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Literatür incelendiğinde dürtüsellik ile bilişsel esneklik ilişkisinin doğrudan incelendiği herhangi bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bilişsel çarpıtmalar ile dürtüsellik ilişkisinin incelendiği sınırlı sayıda çalışma olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalarda bilişsel esnekliğe karşıt bir durumda sayılabilecek bilişsel çarpıtmalar ile dürtüsellik arasında pozitif yönde

anlamli bir ilişki bulunmuştur (Mobini ve diğerleri, 2006; Mobini ve diğerleri, 2007). Bu sonuçlar yapılan araştırmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin, duygu düzenleme güçlüğü tarafından açıklanması hipotezi yapılan araştırmanın ana hipotezlerindendir. Ulaşılan bulgular bu hipotezi destekler nitelikte olmuştur. Duygu düzenleme güçlüğü narsisizm ile dürtüsellik arasında aracı role sahiptir. Bu değişkenlerin ilişkisinin daha önceden literatürde araştırılmadığı görülmüştür. Aracı değişken, bağımlı ile bağımsız değişken arasındaki ilişkiyi açıklar. Yapılan araştırma incelendiğinde, bağımsız bir değişken olan narsisizm ve bağımlı değişken olan dürtüsellik arasındaki ilişkide duygu düzenleme güçlüğünün aracı rol oynadığı görülmüştür. Yani duygu düzenleme güçlüğü aracı olarak, narsisizm ve dürtüsellik ilişkisinde nedenselliği arttırmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre narsisizm özellikleri artış gösterdikçe, duygu düzenleme güçlüğü de artmaktadır. Duygu düzenleme güçlüğünün artış göstermesi drtselliliğin de artmasına sebep olmaktadır.

Büyüklenmeci narsisizm ve kırılgan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin, duygu düzenleme güçlüğü tarafından açıklanması hipotezi yapılan araştırmanın bir diğer ana hipotezidir. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin daha önceden literatürde araştırılmadığı görülmüştür. Ulaşılan bulgular bu hipotezi destekler nitelikte olmuştur. Duygu düzenleme güçlüğünün bağımsız bir değişken olan büyüklenmeci narsisizm ve kırılgan narsisizm ile bağımlı bir değişken olan dürtüsellik arasında bulunan ilişkide aracı rol oynadığı görülmüştür. Aracı değişken, bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi açıklamaktadır. Bu araştırmada duygu düzenleme güçlüğü aracı olarak, büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide nedenselliği arttırmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, büyüklenmeci ve kırılgan narsisizm özellikleri arttııka duygu düzenleme güçlüğü artış göstermektedir ve duygu düzenleme güçlüğünün artması drtselliliğin artmasına sebep olmaktadır.

Araştırmanın ana hipotezlerinden biri olan kırılgan narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin bilişsel esneklik tarafından açıklanması hipotezi analizler sonucunda doğrulanmıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin literatürde başka bir çalışmada incelenmediği görülmüştür. Bilişsel esnekliğin bağımsız bir değişken olan kırılgan narsisizm ile bağımlı bir değişken olan dürtüsellik arasında aracı rol oynadığı

görülmüştür. Aracı değişken, bağımsız ve bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi açıklar. Bu araştırmada bilişsel esneklik aracı olarak, kırılman narsisizm ve dürtüsellik ilişkisinde nedenselliği arttırmaktadır. Bu sonuçlar doğrultusunda, kırılman narsisizm özellikleri artış gösterdikçe bilişsel esneklik azalmaktadır ve bilişsel esnekliğin azalması dürtüsellik de azalmasına sebep olmaktadır.

Yapılan analizler sonucunda büyüklenmeci narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkinin bilişsel esneklik tarafından açıklanması hipotezi doğrulanmıştır. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin literatürde başka bir çalışmada incelenmediği görülmüştür. Bilişsel esnekliğin bağımsız bir değişken olan büyüklenmeci narsisizm ve bağımlı bir değişken olan dürtüsellik ilişkisinde aracı rolü olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarına göre büyüklenmeci narsisizm artış gösterdikçe bilişsel esneklik ve dürtüsellik düzeyi artış göstermektedir. Bilişsel esneklik düzeyi arttıkça dürtüsellik azalmaktadır.

Araştırma sonucunda bilişsel esnekliğin hem büyüklenmeci hem de kırılman narsisizm ile dürtüsellik arasındaki ilişkide aracı role sahip olduğu bulunmuştur. Fakat bilişsel esnekliğin bu iki durumda birbirinden farklı rollere sahip olabileceği düşünülmüştür. Kırılman narsisizmde bilişsel esneklik azalmaktadır yani bu kişilerin bilişsel olarak daha katı oldukları düşünülmektedir. Bilişsel olarak daha katı olan bu kişilerde dürtüsellik düzeyi de yüksek bulunmuştur. Bu durumda bilişsel esneklik kırılman narsisizm ile dürtüsellik ilişkisini net olarak açıklayan bir değişken olarak değerlendirilmektedir. Büyüklenmeci narsisizmde ise bilişsel esnekliğin arttığı görülmüştür fakat aynı zamanda büyüklenmeci narsisizm arttıkça dürtüsellikte artmaktadır. Bu sonuç neticesinde, bilişsel esnekliğin büyüklenmeci narsisizm özelliklerine sahip kişilerde kırılman narsisizmdeki süreçten daha farklı olarak bir baş etme stratejisi gibi kullanılıyor olabileceği düşünülmüştür. Sonraki bölümde, demografik değişkenler ile ilgili bulgular ele alınacaktır.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde, büyüklenmeci narsisizm özelliklerinin erkek katılımcılarda kadın katılımcılardan daha fazla görüldüğü saptanmıştır. Bu sonuç araştırmanın hipotezini doğrulamaktadır. Literatür incelendiğinde yapılan çalışmaların araştırma bulguları ile benzer sonuçlara ulaştıkları görülmüştür (Carroll, 1989; Wright, O'Leary ve Balkin, 1989; Tschanz, Morf ve Turner, 1998; Foster,

Campbell ve Twenge, 2003). Haaken (1983) narsisizmde ki cinsiyet etkisini, erkeklerin içinde bulunulan kültürde daha özel bir muamele görmeye yatkın oldukları sosyalleşme deneyimlerinin bir ürünü olabileceği şeklinde açıklamıştır. Bu konu ile ilgili bir diğer açıklama narsisizmin değerlendirilmesinde kullanılan envanterler üzerinden yapılmıştır. Envanterlerde sömürücü davranışlar ve liderlik takıntısı gibi narsisizmin erkek ifadesini daha fazla temsil eden davranışların ölçüldüğü belirtilmiştir. Kadınların narsisizmi erkeklere göre daha ince ve örtük bir biçimde sergiliyor olabilecekleri düşünülmektedir. Kadınlar narsisizmi ilişkiye olan bağımlılık tarzında daha ilişkisel bir stilde gösterebilirler (Philipson, 1985).

Kırılgan narsisizm özelliklerinin kadın katılımcılarda erkek katılımcılara göre daha fazla olduğu hipotezi yapılan analizler sonucunda doğrulanmıştır. Elde edilen bulgular literatürdeki sonuçlar ile uyumlu olmuştur. Yapılan çalışmalarda kırılgan narsisizm özellikleri ile kadınsı özellikler arasında bir ilişki olduğu görülmüştür. Kırılgan narsisizmde görülen alçak gönüllülük, utanç ve hassasiyet gibi özellikler daha fazla kadınsılıkla ilişkilendirilmiştir (Wink, 1991). Bunun yanı sıra kırılgan narsisizm toplumda genel olarak kadınsı özellikler olarak atfedilen endişe, bağılılık ve itaat gibi özellikleri de içermektedir. Kırılgan narsisizm özellikleri daha fazla görülen kişilerde bu özelliklerin daha yüksek seviyede olduğu saptanmıştır (Kramarsky, 2008).

Dürtüsellik düzeyinin erkek katılımcılarda kadınlara göre daha yüksek olması hipotezi analizler sonucunda doğrulanmıştır. Dürtüsellik açısından erkek katılımcılar ile kadın katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Cross ve diğerleri (2011) tarafından yapılan bir meta-analiz çalışmasında yapılan araştırmanın bulguları ile benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Barratt Dürtüsellik Ölçeği ile değerlendirilen dürtüsellik düzeyinde erkek katılımcıların kadınlara göre daha dürtüsel oldukları gösterilmiştir. Silverman (2003) tarafından yapılan kapsamlı bir meta-analiz çalışması sonucunda hazzın ertelenmesi konusunda erkek ve kadınlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadın katılımcıların hazzın ertelenmesi konusunda erkeklerden daha başarılı oldukları görülmüştür. Bu çalışma sonucu kadınların erkeklerden daha fazla öz kontrole sahip oldukları görüşünü desteklemiştir.

Yapılan araştırmanın bulguları incelendiğinde, kadınların erkeklerden daha fazla duygu düzenleme gücüne sahip oldukları görülmüştür. Bu sonuç araştırmanın

hipotezini desteklemiştir. Malesza (2019) tarafından yapılan bir çalışmada kadınların erkeklerden daha fazla duygu düzenleme güçlüğü yaşadığı bulunmuştur. Yapılan başka çalışmalar kadınların erkeklerden daha fazla uyum bozucu başa çıkma stratejileri kullandıklarını ve uygunsuz olarak algılanan duygular karşısında daha yüksek düzeyde suçluluk, utanç ve kendi kendine yöneltilen düşmanlık yaşadıklarını göstermiştir (Hampel and Petermann, 2006; Anderson ve diğerleri, 2016). Bu sonuçlar araştırma bulgularını destekler niteliktedir.

Yapılan araştırma sonucunda erkek ve kadınlar arasında bilişsel esneklik düzeyi açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bu sonuç araştırma hipotezini desteklemektedir. Literatür incelendiğinde bilişsel esneklik ile cinsiyet değişkenini ele alan çalışmaların farklı sonuçlara ulaştıkları görülmüştür. Bazı çalışmalar bilişsel esneklik düzeyinin erkeklerde kadınlardan daha yüksek olduğunu göstermiştir (Hamtaux ve Houssemand, 2012; Roothman, Kirsten ve Wissing, 2015). Yapılan başka çalışmalarda ise bilişsel esneklik açısından kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı saptanmıştır (Kim ve Omizo, 2006; Kercood ve diğerleri, 2017). Bu çalışmada da bilişsel esneklik cinsiyete göre farklılaşan bir değişken olarak değerlendirilmemiştir. Elde edilen bulgular farklı sonuçların yer aldığı literatüre önemli bir katkı sağlamıştır.

6.1.Sonuçlar ve Klinik Önem

Yapılan çalışmada, dürtüsellik düzeyi yüksek olan kişilerin tedavi sürecinde önem verilmesi gereken konulardan birinin narsisistik özellikler olduğu gösterilmiştir. Dürtüsel davranışların fazla, kişi ve çevresindekiler için zarar verici olduğu durumlarda kişilerin sahip oldukları narsisistik özelliklerin incelenmesi ve detaylandırılması önem kazanmaktadır.

Yapılan çalışmada, duygu düzenleme güçlüğünün narsisistik özelliklerin yanı sıra kişilerin yüksek dürtüsellik düzeyine sahip olmalarını etkileyen unsurlardan biri olduğu saptanmıştır. Tedavi sürecinde narsisistik özellikler ile çalışmaya ek olarak,

kişilerin yaşamış olduğu duygu düzenleme güçlüğüne odaklanmak dürtüsellik düzeyinin daha düşük seviyelere indirgenmesi için kullanılabilecek yöntemlerden biri olarak değerlendirilebilir.

Yapılan araştırmada dürtüsellik düzeyine etki eden bir diğer faktörün düşük bilişsel esneklik olduğu saptanmıştır. Klinik ortamda, kişilerin sahip oldukları narsisistik özellikler ile çalışılırken aynı zamanda bilişsel esneklik düzeyinin geliştirilip artırılması için gerekli yöntemlerin izlenmesi yüksek olan dürtüsellik seviyesinin azaltılmasına katkı sağlayacaktır.

Araştırmada bahsedilen kavramlar aynı zamanda klinik ortamda psikolojik bozukluk olarak kabul edilmektedir. Yapılan araştırmanın sonuçları bu özelliklerin normal olarak kabul edilen popülasyonda da yüksek oranlarda bulunabileceğini göstermiştir. Bu sebeple araştırmanın hem klinik ortamda hem de normal popülasyonda yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Ayrıca araştırma literatürde ilk olması bakımından büyük önem taşımaktadır. İleride yapılacak olan daha detaylı ve kapsamlı çalışmalar için bir rehber olması beklenmektedir.

6.2. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler

Yapılan araştırmanın sınırlılıklarından birisi yalnızca özbildirim ölçekleri kullanılmış olmasıdır. Özbildirim ölçekleri kişilerin kendileri hakkındaki öznel beyanlarına dayanmaktadır. Bu ölçeklerde kişilerin kendilerini olduklarından farklı yansıtmış olma ihtimalleri bulunmaktadır. Bu sebeple özbildirim ölçekleri araştırma için bir sınırlılık olarak düşünülmüştür. Bu araştırmada katılımcıların doğru beyanda bulundukları kabul edilmiştir. Özbildirim ölçeklerinin neden olduğu sınırlılık ileride yapılacak olan çalışmalarda niteliksel bir çalışma yapılarak ortadan kaldırılabilir. Niteliksel çalışmada katılımcılar bu araştırmada ele alınan kavramları bireysel olarak anlamlandırabilirler.

Kadın ve erkek katılımcı sayıları arasında çok fark olması bu araştırmanın bir diğer sınırlılığı olarak düşünülmüştür. Yapılacak olan çalışmalarda kadın ve erkek

katılımcıların sayılarındaki büyük farklılık ele alınabilir ve sayı olarak denkleştirilebilir.

Son olarak katılımcıların yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşmuş olması araştırmanın bir sınırlılığıdır. Bu çalışmada incelenen aracı değişkenler klinik bir popülasyon üzerinde tekrarlanabilir. Sonuçların normal popülasyon ile farklılık ve benzerlikleri tartışılabilir.



KAYNAKLAR

- Akhtar, S. ve Thomson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *The American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20. doi:10.1176/ajp.139.1.12
- Akıncı, İ. (2015). *The relationship between the types of narcissism and psychological well-being: the roles of emotions and difficulties in emotion regulation*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ortadoğu Teknik Üniversitesi/Psikoloji Bölümü, Ankara.
- Aldao, A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48, 974-983.
- Altunkol, F. (2017). *Bilişsel esneklik eğitim programının lise öğrencilerinin bilişsel esneklik ile algılanan stres düzeylerine ve stresle başa çıkma tarzlarına etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- American Psychiatric Association (APA). (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed.). Washington, DC.
- American Psychiatric Association (APA). (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3. baskı/revizyon.). Washington, DC.
- American Psychiatric Association (APA). (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC.
- American Psychiatric Association (APA). (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4. baskı/revizyon). Washington, DC.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.) Washington, DC.
- Ames, D. R., Rose, P. ve Anderson, C. P. (2006). The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of Research in Personality*, 40, 440–450.

- Ames, D. R., Rose, P. ve Anderson, C. P. (2006). The NPI-16 as a short measure of narcissism. *Journal of Research in Personality*, 40, 440–450.
- Anderson, L. M., Reilly, E. E., Gorrell, S. ve Schaumberg, K. (2006). Gender-based differential item function for the difficulties in emotion regulation scale. *Personality and Individual Differences*, 92, 87-91.
- Anlı, İ. ve Bahadır, G. (2007). Kendilik psikolojisine göre narsistik ve sınır kişilik bozukluğu. *İstanbul Üniversitesi Psikoloji Çalışmaları Dergisi*, 27, 1-12.
- Archer, J. (2000). Sex differences in aggression between heterosexual partners: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 126, 651-680.
- Atay, S. (2009). Narsistik Kişilik Envanteri'nin Türkçe'ye standardizasyonu. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11, 181-196.
- Baas, M., DeDreu, C. K. W. ve Nijstad, B. A. (2011). When prevention promotes creativity: The role of mood, regulatory focus, and regulatory closure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 100, 794–809.
- Babaç, A. B. (2018). *Madde kullanım bozukluğu tedavisi alan hastalarda dürtüsellik ve duygu düzenleme güçlüğü arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Beck, A. T. (1976). Cognitive therapy and the emotional disorders. International Universities Press.
- Beck, J. S. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: The Guilford Press.
- Berking, M. ve Wupperman, P. (2012). Emotion regulation and mental health: recent findings, current challenges, and future directions. *Current Opinion in Psychiatry*, 25, 128–134.
- Bochner, A. P. ve Kelly, C. W. (1974). Interpersonal competence rationale, philosophy and implementation of a conceptual framework. *Speech Teacher*, 23, 279-301. doi: 10.1080/03634527409378103.

- Bridges, L. J., Denham, S. A. ve Ganiban, J. M. (2004). Definitional issues in emotion regulation research. *Child Development*, 75, 340-345.
- Budak, S. (2003). Psikoloji sözlüğü. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları
- Cain, N. M., Pincus, A. L. ve Ansell, E. B. (2008). Narcissism at the crossroads: Phenotypic description of pathological narcissism across clinical theory, social/personality psychology, and psychiatric diagnosis. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 638-656. doi: 10.1016/j.cpr.2007.09.006
- Campbell, W. K., Reeder, G. D., Sedikides, C. ve Elliot, A. J. (2000). Narcissism and comparative self-enhancement strategies. *Journal of Research in Personality*, 34, 329-347.
- Canas, J. J., Quesada, F. J., Antoli, A. ve Fajardo, I. (2003). Cognitive flexibility and adaptability to environmental changes in dynamic complex problem-solving tasks. *Ergonomics*, 46, 482-501.
- Carroll, L. (1989). A comparative study of narcissism, gender, and sex-role orientation among bodybuilders, athletes, and psychology students. *Psychological Reports*, 64, 999-1006.
- Chamberlain, S. R. ve Sahakian, B. J. (2007). The neuropsychiatry of impulsivity. *Current Opinion in Psychiatry*, 20, 255-261.
- Chudasama, Y. (2011). Animal models of prefrontal-executive function. *Behavioral Neuroscience*, 125, 327-343.
- Cole, P. M. (1986). Children's spontaneous control of facial expression. *Child development*, 1309-1321.
- Cole, P. M., Michel, M. K. ve Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59, 73-102.
- Cross, C. P., Copping, L. T. ve Campbell, A. (2011). Sex Differences in impulsivity: A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, 137, 97-130.

- Crysel, L. C., Crosier, B. S. ve Webster, G. D. (2013). The Dark Triad and risk behavior. *Personality And Individual Differences*, 54, 35-40.
- Dağ, İ. ve Gülüm, İ. V. (2013). Yetişkin bağlanma örüntüleri ile psikopatoloji belirtileri arasındaki ilişkide bilişsel özelliklerin aracı rolü: Bilişsel esneklik. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 240-247.
- De Young, C. G. (2013). Impulsivity as a personality trait. In K. D. Vohs ve R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (2 ed.). New York: Guilford Press.
- Dennis, J. P. ve Vander Wal, J. S., (2010). The cognitive flexibility inventory: instrument development and estimates of reliability and validity. *Cognitive Therapy Research*, 34, 241–253.
- Di Pierro, R., Di Sarno, M. ve Madeddu, F. (2017). Investigating the relationship between narcissism and emotion regulation difficulties: the role of grandiose and vulnerable traits. *Clinical Neuropsychiatry*, 14, 209-215.
- Dickinson, K. ve Pincus, A. (2003). Interpersonal analysis of grandiose and vulnerable narcissism. *Journal of Personality Disorders*, 17, 188-207. doi: 10.1521/pedi.17.3.188.22146
- Dickman, S. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: Personality and cognitive correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 95-102.
- Dickman, S. J. (1990). Functional and dysfunctional impulsivity: personality and cognitive correlates. *Journal of personality and social psychology*, 58, 95-102.
- Diril, A. (2011). *Lise öğrencilerinin bilişsel esneklik düzeylerinin sosyodemografik değişkenler ve öfke düzeyi ile öfke ifade tarzlar arasındaki ilişki açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Dökmen, Ü. (2000). *Varolmak gelişmek uzlaşmak*. İstanbul, Remzi Kitabevi.

- Dwivedi, K. N. (2004). Emotion regulation and mental health. In K. N. Dwivedi, ve P.B. Harper (Eds.), *Promoting the emotional well being of children and adolescents and preventing their mental ill health: a hand book* (pp. 69–84). London: JessicaKinsley Publishers.
- Eksi, F. (2016). The Short Form of the Five-Factor Narcissism Inventory: Psychometric Equivalence of the Turkish Version. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 16, 1081-1096.
- Elen, J., Stahl, E., Bromme, R. ve Clarebout, G. (2011). *Links between beliefs and cognitive flexibility: Lessons learned*. New York: Springer.
- Ellis, A. ve Dryden, W. (2007). *The practice of rational emotive behavior therapy*. NewYork: Springer.
- Ellis, H. (1898). Auto- eroticism: A psychological study. *Alienist and Neurologist*, 19, 260–299.
- Evenden, J. (1999). Varieties of impulsivity. *Psychopharmacology*, 146, 348-361.
- Eysenck, S. B. ve Eysenck, H. J. (1977). The place of impulsiveness in a dimensional system of personality description. *British Journal of Social & Clinical Psychology*, 16, 57-68.
- Foster, J. D. (2008). Incorporating personality into the investment model: probing commitment processes across individual differences in narcissism. *Journal of Social and Personal Relationships*, 25, 211–223.
- Foster, J. D. ve Trimm, R. F. (2008). On being eager and uninhibited: Narcissism and approach-avoidance motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1004–1017.
- Foster, J. D. ve Trimm, R. F. IV, (2008). On being eager and uninhibited: Narcissism and approach–avoidance motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 1004–1017.

- Foster, J., Campbell, W. K. ve Twenge, J. M. (2003). Individual differences in narcissism: Inflated self-views across the lifespan and around the World. *Journal of Research in Personality*, 37, 469-486.
- Freud, S. (1914). On narcissism: An Introduction. In Morrison, A.P. (Ed), *Essential Papers on Narcissism* (pp. 17-44). New York: New York University Press.
- Gabbard, G. O. (1989). Two subtypes of narcissistic personality disorder. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 53(6), 527-532.
- Garofalo, C., Velotti, P., Callea, A., Popolo, R., Salvatore, G., Cavallo, F. ve Dimaggio, G. (2018). Emotion dysregulation, impulsivity and personality disorder traits: A community sample study. *Psychiatry Research*.
- Gaznick, E. V. (2015). *The role of the striatum in impulsivity and self-awareness: neuropsychological and functional neuroimaging approaches*. Doctoral Dissertation, University of Iowa. Erişim adresi: <https://ir.uiowa.edu/etd/1603>. <https://doi.org/10.17077/etd.6vhy5rti>
- Glover N, Miller, J.D., Lynam, D.R., Crego, C. ve Widiger, T.A. (2012). The five-factor narcissism inventory: a five-factor measure of narcissistic personality traits. *Journal of Personality Assessment*, 94, 500-12.
- Gratz, K. L. ve Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-56.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion special issue. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 11, 1-2.
- Gross, J. J. (1998b). The emerging field of emotion regulation: an integrative review. *Review of General Psychology*, 2, 271-299.

- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39, 281-291.
- Gross, J. J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2nd ed., pp. 3-20). New York: Guilford Press.
- Gross, J. J. ve John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Gross, J. J. ve Munoz, R. F. (1995). Emotion regulation and mental health. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 2, 151-164.
- Gross, J. J. ve Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford Press.
- Güleç, H., Tamam, L., Yazıcı-Güleç ,M., Turhan, M., Karakuş, G., Zengin, M. ve Stanford, M. S. (2008). Psychometric properties of the Turkish version of The Barratt Impulsiveness Scale-11. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 18, 251-258.
- Gülüm, İ. V. ve Dağ, İ. (2012). Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 13, 216-223.
- Gülüm, İ. V. ve Dağ, İ. (2013). Yetişkin bağlanma örüntüleri ile psikopatoloji belirtileri arasındaki ilişkide bilişsel özelliklerin aracı rolü: Bilişsel esneklik. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24, 240-7.
- Haaken, J. (1983). Sex differences and narcissistic disorders. *The American Journal of Psychoanalysis*, 43, 315-324.
- Hampel, P. ve Petermann, F. (2006). Perceived stress, coping, and adjustment in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 38, 409,15.

- Hamtaux, A. ve Houssemand, C. (2012). Adaptability, cognitive flexibility, personal need for structure, and rigidity. *Journal of Psychology Research*, 2, 563-585.
- Hendin, H. M. ve Cheek, J. M. (1997). Assessing Hypersensitive Narcissism: A Re-Examination of Murray's Narcissism Scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599.
- Hendin, H. M. ve Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's narcissism scale. *Journal of Research in Personality*, 31, 588-599.
- Hill, A. (2008). *Predictors of Relationship Satisfaction: The Link Between Cognitive Flexibility, Compassionate Love and Level of Differentiation*. Unpublished Doctoral Dissertation, Alliant International University, Los Angeles, USA.
- Hollander, E. ve Evers, M. (2001). New developments in impulsivity. *Lancet*, 358, 949-950.
- Hollander, E. ve Rosen, J. (2000). Impulsivity. *Journal of Psychopharmacology*, 14, 39-44.
- Jacobson, M. J. ve Spiro, R. J. (1995). Hypertext learning environments, cognitive
- John, O. P. ve Gross, J. J. (2004). Healthy and unhealthy emotion regulation: personality processes, individual differences and life span development. *Journal of Personalized Medicine*, 72, 1301-1333.
- Jonassen, D. H. ve Grabowski, B. L. (1993). *Handbook of individual differences, learning and instruction*. Hillsdale, Lawrence Erlbaum Associates, Inc., NJ: US
- Jones, D. N. ve Paulhus, D. L. (2011). The role of impulsivity in the Dark Triad of personality. *Personality and Individual Differences*, 51, 679-682.
- Jones, E. (1913). The God complex. *Essays in Applied Psychoanalysis*, 2, 244-265.
- Journal of Educational Computing Research*, 12, 301-333.

- Kalenscher, T., Ohmann, T. ve Gunturkun, O. (2006). The neuroscience of impulsive and self-controlled decisions. *International Journal of Psychophysiology*, 62, 203-211.
- Kato, T. (2012). Development of the coping flexibility scale: Evidence for the coping flexibility hypothesis. *Journal of Counseling Psychology*, 59, 262–273.
- Keltner, D. ve Gross, J. J. (1999). Functional accounts of emotions. *Cognition and*
- Kercood, S., Lineweaver, T. T., Frank, C. C. ve Fromm, E. D. (2017). Cognitive flexibility and its relationship to academic achievement and career choice of college students with and without attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Postsecondary Education and Disability*, 30, 327-342
- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Jason Aronson.
- Kernberg, O. F. (1980). *Internal world and external reality: Object relations theory applied*. New York: Jason Aronson.
- Kızıltan, H. (2006). Narsisizm ve Psikopatolojisi. <http://www.psikomitoloji.com>
- Kim, B. S. ve Omizo, M. M. (2006). Behavioral acculturation and enculturation and psychological functioning among Asian American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 12, 245-58.
- Knezevic, B. (2013). *Modeling the Multidimensional Nature of Impulsivity and its Relation to Functional Outcomes*. Doctoral Dissertation, University of Windsor. Erişim adresi: <https://scholar.uwindsor.ca/etd/4948>
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self*. New York: International Universities Press.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International Universities Press.
- Kramarsky, A. (2008). *Engendering Narcissism: A Qualitative Study of the Experience of Gender in Men and Women with Narcissistic Pathology*. ProQuest: Newyork.

- Kubarych, T. S., Deary, I. J., ve Austin, E. J. (2004). The Narcissistic Personality Inventory: Factor Structure in a Non-Clinical Sample. *Personality and Individual Differences*, 36, 857-872.
- Leahy, R. L., Tirsch, D. ve Napolitano, L. A. (2011). *Emotion regulation in psychotherapy: A practitioner's guide*. Guilford Press.
- Levenson, R. W. (1994). Human emotion: A functional view. In P. Ekman ve R. J. Davidson (Eds.), *The nature of emotion: Fundamental questions* (pp. 123-126). New York: Oxford University Press.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive behavioral treatment of borderline personality disorder*, Guilford Press, New York.
- Livesley, W. J. ve Jang, K. L. (2000). Toward an empirically based classification of personality disorder. *Journal of Personality Disorders*, 14, 137-151.
- Malesza, M. (2019). The effects of potentially real and hypothetical rewards on effort discounting in a student sample. *Personality and Individual Differences*, 151.
- Malesza, M. ve Kaczmarek, M. C. (2018). The convergent validity between self- and peer-ratings of the Dark Triad personality. *Current Psychology*, 1-8.
- Malesza, M. ve Ostaszewski, P. (2016). Dark side of impulsivity- Associations between the Dark Triad, self-report and behavioral measures of impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 88, 197-201.
- Malesza, M. ve Ostaszewski, P. (2018). Grandiose narcissism versus vulnerable narcissism and impulsivity. *Personality and Individual Differences*, 126, 61-65.
- Maltby, J., Day, L., McCutcheon, L. E., Martin, M. M. ve Cayanus, J. L. (2004). Celebrity worship, cognitive flexibility and social complexity. *Personality and Individual Differences*, 37, 1475-1482.
- Martin, M. M. ve Anderson, C. M. (1998). The cognitive flexibility scale: Three validity studies. *Communication Reports*, 11, 1-9.

- Martin, M. M. ve Rubin, R. B. (1995). A new measure of cognitive flexibility. *Psychological Reports*, 76, 623-626.
- Masterson, J. F. (1993). *The emerging self: A developmental, self, and object relations approach to the treatment of the closet narcissistic disorder of the self*. Philadelphia: Brunner/Mazel.
- Masterson, J. F. (2006). *Narsistik ve borderline kişilik bozuklukları: Bir bütüncül gelişimsel yaklaşım*. (B. Açıl,Çev.) İstanbul: Litera Yayıncılık. (Orijinal çalışma basım tarihi 1981).
- McWilliams N. (1994). *Psychoanalytic diagnosis: Understanding personality structure in the clinical process*. New York: The Guilford Press.
- Messman-Moore, T. L., Walsh, K. L. ve DiLillo, D. (2010). Emotion dysregulation and risky sexual behavior in revictimization. *Child Abuse Negl*, 34, 967-976.
- Mobini, S., Pearce, M., Grant, A., Mills, J. ve Yeomans, M. R. (2006). The relationship between impulsivity, sensation seeking, and cognitive distortions in a sample of non-clinical population. *Personality and Individual Differences*, 40, 1153–1163.
- Mobini, S., Pearce, M., Grant, Kass, A. E. ve Yeomans, M. R. (2007). Relationships between functional and dysfunctional impulsivity, delay discounting and cognitive distortions. *Personality and Individual Differences*, 43, 1517-1528.
- Moeller, F. G., Barratt, E. S., Dougherty, D. M., Schmitz, J. M. ve Swann, A. C. (2001). Psychiatric aspects of impulsivity. *American Journal of Psychiatry*, 158, 1783-1793.
- Murdock, K. W., Oddi, K. B. ve Bridgett, D. J. (2013). Cognitive correlates of personality: Link between executive functioning and the big five personality traits. *Journal of Individual Differences*, 34, 97–104.
- Näcke, P. (1899). Die sexuellen perversitäten in der irrenanstalt. *Psychiatriche en Neurologische Bladen*, 3, 122–149.

- Ng, H. K. S., Cheung, R. Y. H. ve Tam, K. P. (2014). Unraveling the link between narcissism and psychological health: New evidence from coping flexibility. *Personality and Individual Differences*, 70, 7-10.
- Ng, H. K. S., Tam, K. P. ve Shu, T. M. (2011). The money attitude of vulnerable and grandiose narcissists. *Personality and Individual Differences*, 51, 160–165.
- Özmen, E. (2011). *Kendini Tanıma Rehberi*. İzmir: Meta Basım.
- Patton, J. H., Stanford, M. S. ve Barratt, E. S. (1995). Factor structure of the Barratt impulsiveness scale. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 768-774.
- Philipson, I. (1985). Gender and Narcissism. *Psychology of Women Quarterly*, 9, 213-228.
- Pincus, A. L. (2005). A Contemporary Integrative Interpersonal Theory of Personality Disorders. In M. F. Lenzenweger ve J. F. Clarkin (Eds.), *Major theories of personality disorder* (p. 282–331). Guilford Press.
- Pincus, A. L. ve Lukowitsky, M. R. (2010). Pathological narcissism and narcissistic personality disorder. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 421-446. doi:10.1146/annurev.clinpsy.121208.131215
- Rank, O. (1911). A contribution to narcissism. *Jahrbuch für Psychoanalytische und Psychopathologische Forschungen*, 3, 401–426.
- Rathvon, N. ve Holmstrom, R. W. (1996). An MMPI-2 portrait of narcissism. *Journal of Personality Assessment*, 66, 1–19.
- Rhodewalt, F., Madrian, J. C. ve Cheney, S. (1998). Narcissism, self-knowledge organization, and emotional reactivity: the effect of daily experiences on self-esteem and affect. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 75–87.
- Rohmann, E., Neumann, E., Herner, M. J. ve Bierhoff, H. W. (2012). Grandiose and vulnerable narcissism: Self-construal, attachment, and love in romantic relationships. *European Psychologist*, 17, 279-290.

- Ronningstam, E. (2009). Narcissistic personality disorder: Facing DSM-V. *Psychiatric Annals*, 39, 111–121. doi:10.3928/00485713-20090301-09
- Roothman, B., Kirsten, D. ve Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology*, 33, 212-218.
- Rose, P. (2002). The happy and unhappy faces of narcissism. *Personality and Individual Differences*, 33, 379–391.
- Roskes, M., DeDreu, C. K. W. ve Nijstad, B. A. (2012). Necessity is the mother of invention: Avoidance motivation stimulates creativity through cognitive effort. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103, 242–256.
- Rozenblatt, S. (2002). In Defence of Self: The relationship of self- esteem and narcissism to aggressive behavior long Island University, Psychology. Yayınlanmış Doktora Tezi, USA.
- Rugancı, R. N. ve Gençöz, T. (2010). Psychometric properties of a Turkish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Clinical Psychology*, 66, 442-455.
- Sapmaz, F. ve Doğan, T. (2013). Bilişsel esnekliğin değerlendirilmesi: Bilişsel esneklik envanteri Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 46, 143-161.
- Schotte, D. E. ve Clum, G. A. (1987). Problem-solving skills in suicidal psychiatric patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 55, 49–54.
- Schreiber, L., R., Grant, J. E. ve Odlaug, B. L. (2012). Emotion regulation and impulsivity in young adults. *Journal of Psychiatric Research*, 46, 651-658.
- Scott, W. A. (1962). Cognitive complexity and cognitive flexibility. *Sociometry*, 25, 405–414.
- Silverman, I. (2003). Gender differences in delay of gratification: A Meta-Analysis. *Sex Roles*, 49, 451-463.

- Stevens, A. D. (2009). *Social problem-solving and cognitive flexibility: Relations to social skills and problem behavior of at-risk young children*. Unpublished doctoral thesis Available from ProQuest Dissertations and Theses database. (UMI No. 3359050)
- Torregrossa, M. M., Quinn, J. J. ve Taylor, J. R. (2008). Impulsivity, compulsivity, and habit: The role of orbitofrontal cortex revisited. *Biological Psychiatry*, 63, 253-255.
- Tschanz, B. T., Morf, C. C. ve Turner, C. W. (1998). Gender differences in the structure of narcissism: A multi-sample analysis of the Narcissistic Personality Inventory. *Sex Roles: A Journal of Research*, 38, 863–870.
- Vaknin, S. (1999). Malignant self-love narcissism revisited: Narcissistic and psychopathic leaders. www.narcissistic-abuse.com/narcissistleader
- Vazire, S. ve Funder, D. C. (2006). Impulsivity and the self-defeating behavior of narcissists. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 154-165.
- Velotti, P., Garofalo, C., Petrocchi, C., Cavallo, F., Popolo, R. ve Dimaggio, G. (2016). Alexithymia, emotion dysregulation, impulsivity and aggression: A multiple mediation model. *Psychiatry Research*, 237, 296-303.
- Weiss, N. H., Tull, M. T., Viana, A. G., Anestis, M. D. ve Gratz, K. L. (2012). Impulsive behaviors as an emotion regulation strategy: examining associations between PTSD, emotion dysregulation, and impulsive behaviors among substance dependent inpatients. *J Anxiety Disord*, 26, 453-458.
- Werner, K. ve Gross, J. J. (2010). Emotion regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. Kring ve D. Sloan (Eds.), *Emotion regulation and psychopathology*. (pp. 13-37). New York: Guilford Press.
- Williams, L. M., Sidis, A., Gordon, E. ve Meares, R. A. (2006). "Missing links" in borderline personality disorder: loss of neural synchrony relates to lack of emotion regulation and impulse control. *J Psychiatry Neurosci*, 31, 181-188.

- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.
- Wolven, K. E. (2015). Grandiose and vulnerable narcissism: Where do the emotional differences lie? *USC Aiken Psychology Theses*. 18. https://scholarcommons.sc.edu/aiken_psychology_theses/18
- Wright, F., O'Leary, J. ve Balkin, J. (1989). Shame, guilt, narcissism, and depression: Correlates and sex differences. *Psychoanalytic Psychology*, 6, 217–230.
- Zhang, H., Luo, Y., Zhao, Y., Zhang, R. ve Wang, Z. (2017). Differential relations of grandiose narcissism and vulnerable narcissism to emotion dysregulation: Self-esteem matters. *Asian Journal of Social Psychology*, 20, 232-237.
- Zhang, H., Wang, Z., You, X., Lü, W. ve Luo, Y. (2015). Associations between narcissism and emotion regulation difficulties: Respiratory sinus arrhythmia reactivity as a moderator. *Biological Psychology*, 110, 1–11.
- Zuckerman, M., & Kuhlman, D. M. (2000). Personality and risk-taking: common biosocial factors. *Journal of personality*, 68, 999-1029.

EKLER

EK 1 - GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma Dr. Öğr. Üye. Hande GÜNDOĞAN ve klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisi Feyza Nur AKTAN tarafından tez çalışması kapsamında yürütülmektedir. Çalışmanın amacı, Kişilik Özelliklerinin Duygu Düzenleme ve Bilişsel Esneklik üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışmanın yürütülebilmesi için gerekli etik izinler alınmıştır. Araştırmaya dair sorularınız için aktanfeyzanur@gmail.com hesabından iletişime geçebilirsiniz.

Çalışmaya katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Ölçek setinde genel olarak, kişisel rahatsızlık verecek nitelikte sorular bulunmamaktadır. Ancak, katılım sırasında sorulardan ya da herhangi başka bir nedenden ötürü kendinizi rahatsız hissederseniz cevaplamayı istediğiniz anda bırakabilirsiniz. Çalışmayı yarıda kesmek size hiçbir sorumluluk getirmeyecektir. Verilen ölçeklerin hiçbirinin üzerine isminizi yazmayınız. Vereceğiniz bilgiler tamamen gizli tutulacak ve yalnızca bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır.

Bu ölçek setinde birden fazla ölçme aracı vardır. Tüm soruların yanıtlanması yaklaşık 15 dakika sürmektedir. Soruların doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Lütfen her bir ölçeğin başındaki yönergeyi dikkatlice okuyunuz ve sorulara sizi en iyi şekilde ifade eden cevabı vermeye çalışınız. Çalışmadan elde edilecek sonuçların güvenilirliği bakımından tüm soruları içtenlikle ve eksiksiz olarak yanıtlamanız önemlidir.

Bu çalışmaya tamamen gönüllü olarak katılıyorum ve istediğim zaman yarıda kesip çıkabileceğimi biliyorum. Verdiğim bilgilerin bilimsel amaçlı yayımlarda kullanılmasını kabul ediyorum.

Tarih

-----/-----/-----

İmza

EK 2 - DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcı;

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin bazı kavramlara ilişkin görüşlerinin ortaya konmasıdır. Sizden beklenen, sonraki bölümlerde yer alan **tüm cümleleri eksiksiz ve samimi bir şekilde işaretlemenizdir.** Cümlelerin tek bir doğru veya yanlış cevabı yoktur. **Verdiğiniz yanıtlar gizli kalacak** ve sonuçlar toplu olarak değerlendirilecektir. Verdiğiniz yanıtlarda kendinizi olduğunuz gibi yansıtmınız, araştırmanın sonuçları açısından büyük önem taşımaktadır. Araştırmaya katıldığınız ve ilginiz için teşekkür ederiz.

Demografik Bilgi Formu

1. Yaşınız:.....

2. Cinsiyetiniz: () Kadın () Erkek

3. Sınıfınız: () 1.sınıf () 2.sınıf () 3.sınıf () 4.sınıf

4. Bölümünüz:.....

5. Nerede Kalıyorsunuz: () Yurt () Ailemin Yanında () Diğer:
(Belirtiniz).....

6. Anne ve Babanız:

()Sağ

()Yalnızca Anne Sağ

()Yalnızca Baba Sağ

()İkisi de Sağ Değil

7. Anne ve Babanız:

()Birlikte Yaşıyor

()Boşanmış

()Diğer: (Belirtiniz).....

8. Kardeşiniz: ☐Yok ☐Var

9. Geçmişinizde psikiyatrik bir rahatsızlığınız oldu mu?

☐Hayır ☐Evet (Belirtiniz).....



EK 3- BEŞ FAKTÖR NARSİSİZM ÖLÇEĞİ- KISA FORM (FFNI-SF)

Değerli Katılımcı,

Bu ölçek 60 maddeden oluşmaktadır. Her bir madde 1 ile 5 arası puanlanmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi tanımlayan seçeneği işaretleyiniz. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Sizden beklenen içtenlikle cevap vererek bilimsel bir çalışmaya yardımcı olmanız. Lütfen bütün sorularla ilgili görüşlerinizi ifade ediniz.

Maddeler	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Aşırı hırslı biriyimdir.	1	2	3	4	5
2. Başkaları çok övündüğümü söylerler ama söylediğim her şey doğrudur.	1	2	3	4	5
3. Liderlik yapmak benim için kolaydır.	1	2	3	4	5
4. Birileri bana iyilik yaptığında, acaba benden ne istiyorlar diye merak ederim.	1	2	3	4	5
5. Özel muamele görmeyi hak ediyorum.	1	2	3	4	5
6. Başkalarını eğlendirmekten büyük zevk alırım.	1	2	3	4	5
7. İlerlemek için insanlardan yararlanmak iyi bir şeydir.	1	2	3	4	5
8. Sıklıkla ünlü olmak ile ilgili hayaller kurarım.	1	2	3	4	5
9. İnsanlar beni yargıladığında, bunu hiç umursamam.	1	2	3	4	5
10. Başkalarının ihtiyaçlarını konusunda kaygılanmam.	1	2	3	4	5
11. İnsanları manipüle etmede /kullanmada oldukça iyiyimdir.	1	2	3	4	5
12. Kendimden emin olmak için sık sık başkalarının iltifatlarına ihtiyacın varmış gibi hissederim.	1	2	3	4	5
13. Eleştirilmekten, o kadar nefret ederim ki, olduğunda öfkemi kontrol edemem.	1	2	3	4	5
14. Bir şeyde başarısız olduğumu fark ettiğimde kendimi küçük düşmüş hissederim.	1	2	3	4	5

15. Heyecan duymak için neredeyse her şeyi deneyebilirim.	1	2	3	4	5
16. Başarılı olmak için inanılmaz bir motivasyonuna sahibim.	1	2	3	4	5
17. Sadece kendi ayarımdaki insanlarla ilişki kurarım.	1	2	3	4	5
18. Otorite pozisyonu alma konusunda kendimi rahat hissedirim.	1	2	3	4	5
19. Diğer insanların bana karşı dürüst olacaklarına inanırım.	1	2	3	4	5
20. Kuralların başkaları için geçerli olduğu kadar benim için geçerli olduğunu düşünmüyorum.	1	2	3	4	5
21. Başkaları tarafından fark edilmekten hoşlanırım.	1	2	3	4	5
22. Kendi ilerlemem için insanları birer araç olarak kullanırım.	1	2	3	4	5
23. Sık sık çok başarılı ve güçlü olacağıma dair hayaller kurarım.	1	2	3	4	5
24. Başkalarının benim hakkımda ne düşündüğü gerçekten umursamam.	1	2	3	4	5
25. Başkalarının dertlerini genelde fazla ilgi göstermem.	1	2	3	4	5
26. İnsanları bir şeyler yaptırmak için yönlendirebilirim.	1	2	3	4	5
27. Benlik duygum istikrarlıdır.	1	2	3	4	5
28. Doğru muamele görmediğimde aşırı öfkelendiğim zamanlar olmuştur.	1	2	3	4	5
29. Başkalarının önünde küçük düşürüldüğümde berbat hissedirim.	1	2	3	4	5
30. Gözü pek biriymişimdir.	1	2	3	4	5
31. Büyük biri olmayı arzularım.	1	2	3	4	5
32. Benden daha aşağı kişilerle takılarak zamanımı boşa harcamam.	1	2	3	4	5
33. İnsanlar genellikle benim liderliğimi ve otoritemi takip ederler.	1	2	3	4	5
34. İnsanlara güvenme konusunda temkinliyimdir.	1	2	3	4	5
35. Adaletsiz gibi gözükebilir ancak ihtimam, imtiyaz ve ödül gibi ayrıcalıkları hak ediyorum.	1	2	3	4	5
36. Bir parti ya da toplantıda en popüler kişi olmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5
37. Başarıya ulaşmak için bazen diğer insanları kullanmanız gerekir.	1	2	3	4	5
38. Başarısıyla tanınmış biri olmayı nadiren hayal ederim.	1	2	3	4	5
39. Başkalarının eleştirilerine karşı oldukça kayıtsızımdır.	1	2	3	4	5
40. Sempati duygum zayıftır.	1	2	3	4	5

41. Eninde sonunda benim dediğim olur.	1	2	3	4	5
42. Hayatta yeterince başarıya ulaşip ulaşamayacağım hakkında kendimi oldukça güvensiz hissederim.	1	2	3	4	5
43. Hak ettiğim şeyi alamamak beni gerçekten çok öfkeliendirir.	1	2	3	4	5
44. İnsanlar beni yargıladığında utanırım.	1	2	3	4	5
45. Heyecan verici bir şey yapmak için yaralanmayı göze alabilirim.	1	2	3	4	5
46. Başarılı olmaya motiveyimdir.	1	2	3	4	5
47. Üstün bir insanım.	1	2	3	4	5
48. Çoğu durumda sorumluluk almaya eğilimliyimdir.	1	2	3	4	5
49. Sık sık diğerlerinin bana gerçeğin tamamını söylemediğini düşünürüm.	1	2	3	4	5
50. Özel muamele görmeyi hak ettiğime inanırım.	1	2	3	4	5
51. İnsanları eğlendirmeye bayılırım.	1	2	3	4	5
52. Kendi hedeflerime ulaşmada diğerlerini kullanmaya istekliyimdir	1	2	3	4	5
53. Bir gün benim adımları insanların çoğunun bileceğine inanıyorum.	1	2	3	4	5
54. Başkalarının benim hakkımdaki görüşlerini çok az umurumdadır.	1	2	3	4	5
55. Başkalarının acıları beni üzmez.	1	2	3	4	5
56. İnsanlara istediklerimi yaptırmam kolaydır.	1	2	3	4	5
57. Keşke başkalarının benim hakkımdaki düşüncelerini bu kadar umurumda olmasaydı	1	2	3	4	5
58. İnsanlar bana saygısızlık ettiğinde tepem atar.	1	2	3	4	5
59. Başkalarının önünde bir hata yaparsam kendimi aptal gibi hissederim.	1	2	3	4	5
60. Riskli ya da tehlikeli şeyler yapmaktan hoşlanırım.	1	2	3	4	5

EK 4- BİLİŞSEL ESNEKLİK ENVANTERİ (BEE)

Bu ölçek 20 maddeden oluşmaktadır ve her bir madde 1 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyunuz ve sizi en iyi yansıttığını düşündüğünüz seçeneği işaretleyiniz. Doğru ve yanlış cevap bulunmamaktadır.

Maddeler	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1. Durumları "tartma" konusunda iyiyimdir.	1	2	3	4	5
2. Zor durumlarla karşılaştığımda karar vermekte güçlük çekerim.	1	2	3	4	5
3. Karar vermeden önce çok sayıda seçeneği dikkate alırım.	1	2	3	4	5
4. Zor durumlarla karşılaştığımda kontrolümü kaybediyormuşum gibi hissederim.	1	2	3	4	5
5. Zor durumlara değişik açılardan bakmayı tercih ederim.	1	2	3	4	5
6. Bir davranışın nedenini anlamak için önce, elimdeki dışında ek bilgi edinmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
7. Zor durumlarla karşılaştığımda öyle strese girerim ki sorunu çözecek bir yol bulamam.	1	2	3	4	5
8. Olaylara başkalarının bakış açısından bakmayı denerim.	1	2	3	4	5
9. Zor durumlarla baş etmek için çok sayıda değişik seçeneğin olması beni sıkıntıya sokar.	1	2	3	4	5
10. Kendimi başkalarının yerine koymakta başarılıyım.	1	2	3	4	5
11. Zor durumlarla karşılaştığımda ne yapacağımı bilemem.	1	2	3	4	5
12. Zor durumlara farklı açılardan bakmak önemlidir.	1	2	3	4	5
13. Zor durumlarda nasıl davranacağıma karar vermeden önce birçok seçeneği dikkate alırım.	1	2	3	4	5
14. Durumlara farklı bakış açılarından bakarım.	1	2	3	4	5

15. Hayatta karşılaştığım zorlukların üstesinden gelmeyi becerebilirim.	1	2	3	4	5
16. Bir davranışın nedenini düşünürken mevcut bütün bilgileri ve gerçekleri dikkate alırım.	1	2	3	4	5
17. Zor durumlarda, şartları değiştirecek gücümün olmadığını hissedirim.	1	2	3	4	5
18. Zor durumlarla karşılaştığımda önce bir durup çözüm için farklı yollar düşünmeye çalışırım.	1	2	3	4	5
19. Zor durumlarla karşılaştığımda birden çok çözüm yolu bulabilirim.	1	2	3	4	5
20. Zor durumlara tepki vermeden önce birçok seçeneği dikkate alırım.	1	2	3	4	5



EK 5- DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜĞÜ ÖLÇEĞİ (DDGÖ)

Aşağıda insanların duygularını kontrol etmekte kullandıkları bazı yöntemler verilmiştir. Lütfen her durumu dikkatlice okuyunuz ve her birinin sizin için ne kadar doğru olduğunu içtenlikle değerlendiriniz. Değerlendirmenizi uygun cevap önündeki yuvarlak üzerine çarpı (X) koyarak İşaretleyiniz.

Maddeler	Neredeyse Hiçbir Zaman	Bazen	Yaklaşık Yarı Yarıya	Çoğu Zaman	Neredeyse Her Zaman
1. Ne hissettiğim konusunda netimdir.	1	2	3	4	5
2. Ne hissettiğimi dikkate alırım.	1	2	3	4	5
3. Duygularım bana dayanılmaz ve kontrolsüz gelir.	1	2	3	4	5
4. Ne hissettiğim konusunda net bir fikrim vardır.	1	2	3	4	5
5. Duygularıma bir anlam vermekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
6. Ne hissettiğime dikkat ederim.	1	2	3	4	5
7. Ne hissettiğimi tam olarak bilirim.	1	2	3	4	5
8. Ne hissettiğimi önemserim.	1	2	3	4	5
9. Ne hissettiğim konusunda karmaşa yaşarım.	1	2	3	4	5
10. Kendimi kötü hissettiğimde, bu duygularımı kabul ederim.	1	2	3	4	5
11. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için kendime kızarım.	1	2	3	4	5
12. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için utanırım.	1	2	3	4	5
13. Kendimi kötü hissettiğimde, işlerimi yapmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5

14. Kendimi kötü hissettiğimde, kontrolümü kaybederim.	1	2	3	4	5
15. Kendimi kötü hissettiğimde, uzun süre böyle kalacağıma inanırım.	1	2	3	4	5
16. Kendimi kötü hissettiğimde, sonuç olarak yoğun depresif duygular içinde olacağıma inanırım.	1	2	3	4	5
17. Kendimi kötü hissettiğimde, duygularımın yerinde ve önemli olduğuna inanırım.	1	2	3	4	5
18. Kendimi kötü hissettiğimde, başka şeylere odaklanmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
19. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi kontrolden çıkmış hissederim.	1	2	3	4	5
20. Kendimi kötü hissettiğimde, halen işlerimi sürdürebilirim.	1	2	3	4	5
21. Kendimi kötü hissettiğimde, bu duygumdan dolayı kendimden utanırım.	1	2	3	4	5
22. Kendimi kötü hissettiğimde, eninde sonunda kendimi daha iyi hissetmenin bir yolunu bulacağımı bilirim.	1	2	3	4	5
23. Kendimi kötü hissettiğimde, zayıf biri olduğum duygusuna kapılırım.	1	2	3	4	5
24. Kendimi kötü hissettiğimde, davranışlarımı kontrol altında tutabileceğimi hissederim.	1	2	3	4	5
25. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için suçluluk duyarım.	1	2	3	4	5
26. Kendimi kötü hissettiğimde, konsantre olmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5
27. Kendimi kötü hissettiğimde, davranışlarımı kontrol etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
28. Kendimi kötü hissettiğimde, daha iyi hissetmem için yapacağım hiçbir şey olmadığına inanırım.	1	2	3	4	5
29. Kendimi kötü hissettiğimde, böyle hissettiğim için kendimden rahatsız olurum.	1	2	3	4	5
30. Kendimi kötü hissettiğimde, kendim için çok fazla endişelenmeye başlarım.	1	2	3	4	5

31. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi bu duyguya bırakmaktan başka yapabileceğim bir şey olmadığına inanırım.	1	2	3	4	5
32. Kendimi kötü hissettiğimde, davranışlarım üzerindeki kontrolümü kaybederim.	1	2	3	4	5
33. Kendimi kötü hissettiğimde, başka bir şey düşünmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
34. Kendimi kötü hissettiğimde, duygumun gerçekte ne olduğunu anlamak için zaman ayırırım.	1	2	3	4	5
35. Kendimi kötü hissettiğimde, kendimi daha iyi hissetmem uzun zaman alır.	1	2	3	4	5
36. Kendimi kötü hissettiğimde, duygularım dayanılmaz olur.	1	2	3	4	5

EK 6- BARRATT DÜRTÜSELLİK ÖLÇEĞİ-11

İnsanlar farklı durumlarda gösterdiği düşünce ve davranışları ile birbirlerinden ayrılırlar. Bu test bazı durumlarda nasıl düşündüğünüzü ve davrandığınızı ölçen bir testtir. Lütfen her cümleyi okuyunuz ve sayfanın sağındaki, size en uygun numaraya X koyunuz.

Cevaplamak için çok zaman ayırmayınız. Hızlı ve dürüstçe cevap veriniz.

Maddeler	Nadiren/Hiçbir Zaman	Bazen	Sıklıkla	Hemen Her Zaman/ Her Zaman
1. İşlerimi dikkatle planlarım	1	2	3	4
2. Düşünmeden iş yaparım	1	2	3	4
3. Hızla karar veririm	1	2	3	4
4. Hiçbir şeyi dert etmem	1	2	3	4
5. Dikkat etmem	1	2	3	4
6. Uçuşan düşüncelerim var	1	2	3	4
7. Seyahatlerimi çok önceden planlarım	1	2	3	4
8. Kendimi kontrol edebilirim.	1	2	3	4
9. Kolayca konsantre olurum	1	2	3	4
10. Düzenli para biriktirim	1	2	3	4
11. Derslerde veya oyunlarda yerimde duramam	1	2	3	4
12. Dikkatli düşünen birisiyim	1	2	3	4
13. İş güvenliğine dikkat ederim	1	2	3	4

14. Düşünmeden bir şeyler söylerim	1	2	3	4
15. Karmaşık problemler üzerine düşünmeyi severim	1	2	3	4
16. Sık sık iş değiştiririm	1	2	3	4
17. Düşünmeden hareket ederim	1	2	3	4
18. Zor problemler çözmem gerektiğinde kolayca sıkılırım	1	2	3	4
19. Aklıma estiği gibi hareket ederim	1	2	3	4
20. Düşünerek hareket ederim	1	2	3	4
21. Sıklıkla evimi değiştiririm	1	2	3	4
22. Düşünmeden alışveriş yaparım	1	2	3	4
23. Aynı anda sadece bir tek şey düşünebilirim	1	2	3	4
24. Hobilerimi değiştiririm	1	2	3	4
25. Kazandığımdan daha fazla harcarım	1	2	3	4
26. Düşünürken sıklıkla zihnimde konuyla ilgisiz düşünceler oluşur	1	2	3	4
27. Şu an ile gelecekte daha fazla ilgilenirim	1	2	3	4
28. Derslerde veya sinemada rahat oturamam	1	2	3	4
29. Yap-boz/puzzle çözmeyi severim	1	2	3	4
30. Geleceğini düşünen birisiyim	1	2	3	4

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
ETİK KURULU KARAR FORMU

Değerlendirilen Belgeler	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ/PLANI			Türkçe ☒ İngilizce ☐ Diğer ☐
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe ☒ İngilizce ☐ Diğer ☐
Karar Bilgileri	Karar No: 47	Tarih: 03/01/2019		
	Yukarıda bilgileri verilen Sosyal Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve araştırmanın etik ve bilimsel yönden uygun olduğuna “ oybirliği ” ile karar verilmiştir.			

İSTANBUL MEDİPOL ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU	
BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI	Prof. Dr. Ali BÜYÜKASLAN

Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile ilişki		Katılım *		İmza
Prof. Dr. Ali BÜYÜKASLAN	İletişim Fakültesi	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	
Prof. Dr. Ahmet Hamdi TOPAL	Hukuk Fakültesi	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	
Doç. Dr. Nurullah GÜR	İşletme ve Yönetim Bilimleri Fakültesi	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	
Doç. Dr. Mevlüt TATLIYER	İşletme ve Yönetim Bilimleri Fakültesi	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	
Dr. Öğr. Üyesi Erol YILDIRIM	İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi	İstanbul Medipol Üniversitesi	E ☒	K ☐	E ☐	H ☒	E ☒	H ☐	

* :Toplantıda Bulunma