

Özgünlük ve Psikolojik Belirti Düzeyi Arasındaki İlişkide Psikolojik İhtiyaç Doyumunun Aracı Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modeli

Yasemin Kahya

Hacettepe Üniversitesi

Burcu Korkmaz

Hacettepe Üniversitesi

Özet

Bireyin kendisi olmasını ifade eden özgünlük kavramı ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun aracı rolünün Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) çerçevesinde sınanması, çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu amaç doğrultusunda Hacettepe Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören toplam 223 kişi çalışmada yer almıştır. Katılımcılara kişisel bilgi formu, özgünlük ölçeği-kısa form, ihtiyaç doyum ölçeği ve belirti tarama listesi (SCL-90) uygulanmış ve elde edilen veriler YEM çerçevesinde analiz edilmiştir. Modelin sınanmasından önce yürütülen korelasyon analizi, özgünlük ve psikolojik ihtiyaç doyumunun psikolojik belirti düzeyi ile istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir. YEM analizine göre sınanan modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir olduğu bulgulanmıştır. Elde edilen sonuçlar, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun tam aracı rolü olduğuna işaret etmektedir. Bulgular doğrultusunda oluşturulan model, bireylerin psikolojik belirtilerinin azaltılmasında özgünlük ve ihtiyaç doyumunu gibi kavramların göz önünde bulundurulması gerektiğine işaret etmektedir. Ayrıca psikolojik belirti düzeyi üzerindeki etkileri göz önüne alındığında, özgünlüğün desteklenmesi ve psikolojik ihtiyaç doyumunun değerlendirilmesi özellikle psikoterapi çalışmalarından yol gösterici niteliktedir.

Anahtar kelimeler: Özgünlük, ihtiyaç doyum, psikolojik belirtiler, YEM

Abstract

The aim of this study was to examine the mediator role of psychological need satisfaction on the relationship between authenticity and psychological symptom level. The sample included a total of 223 participants who were studying in different departments of Hacettepe University. Participants were given Demographics Form, Authenticity Scale-Short Form, Need Satisfaction Scale and Symptom Checklist (SCL-90) and the data collected were tested by Structural Equation Modeling. Correlation analysis before model testing indicated that authenticity and need satisfaction were significantly related to psychological symptoms in a negative direction. According to the results of SEM, it was found that the fit indexes of tested model were acceptable. Results pointed out that need satisfaction was a full mediator on the relationship between authenticity and psychological symptom level. The tested model indicated that constructs such as authenticity and need satisfaction should be taken into account to provide individuals' psychological health. Furthermore, because the findings implied that authenticity and in turn, psychological need satisfaction have positive effects on psychological symptoms, psychotherapy should focus on the improvement of these variables.

Key words: Authenticity, need satisfaction, psychological symptoms, SEM

Psikolojik belirtilerden şikâyetçi bireylerin oldukça yaygın olduğu ve birçok birey için bu belirtilerin işlev bozucu olduğu bilinmektedir. İşlev bozucu etkileri göz önünde bulundurulduğunda, psikolojik belirtilere neden olan ya da psikolojik belirtilerle ilişkili faktörleri incelemenin, ilgili alanlarda çalışan araştırmacılar ve uygulayıcılar için oldukça bilgilendirici olabileceği düşünülmektedir. Alanyazında, bireylerin psikolojik belirtilerindeki artış ya da en genel haliyle işlevsellikte düşüş ağırlıklı olarak negatif özellikler ya da negatif yaşam olayları bağlamında ele alınmıştır. Ancak, pozitif psikoloji hareketi ile bireylerin sahip olduğu olumlu özelliklerin (örn., şükran, esneklik, özgünlük, özerklik) işlevsellik üzerindeki etkisi yaygınlaşan bir şekilde klinik psikoloji araştırmalarına yön vermektedir (Wood ve Tarrrier, 2010). Bu bağlamda yürütülen bazı görgül araştırmalar, iyilik halinin artmasında ve psikolojik belirtilerin azalmasında özgünlük (authenticity) ve özerklik (autonomy) gibi kavramların önemini gösterebilmiştir (Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph, 2008; Wood ve Joseph, 2010). Ayrıca, son dönemlerde, öz belirleme kuramı (self-determination theory) bireylerin 'iyilik halini' ya da işlevselliğini artırmaya yönelik yaptığı vurgu ile dikkatleri çekmektedir (Vansteenkiste ve Ryan, 2013). Bu kuram, bireylerin işlevsel bir biçimde yaşamlarını sürdürebilmeleri için gerekli olan temel psikolojik ihtiyaçların (özerklik, yetkinlik, ilişkisellik) önemine işaret etmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bu noktadan hareketle, makale kapsamında bireylerin işlevselliği psikolojik belirtiler düzeyleri doğrultusunda değerlendirilmiş olup özgünlüğün ve temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiler incelenmiştir.

Özgünlük, filozofların ve bilim insanlarının üzerinde uzun yıllardır çalıştığı oldukça zengin ve çok boyutlu bir kavramdır. Ancak genel anlamda, insanların kendini anlama şekillerini, varoluşsal gerçekliklerini (örn., bireyin arzu edilen ve edilmeyen tüm yönlerini) kabul etme konusundaki açıklık düzeylerini, eylemlerini ve kişilerarası ilişkilerdeki uyum ve yönelimlerini bir arada değerlendiren; kişinin 'gerçekten' kim olduğunu ifade eden bir kavramdır (Kernis ve Goldman, 2006). Kernis ve Goldman'a göre özgünlük; bireylerin temel benlik algılarını nasıl keşfettiklerini, geliştirdiklerini ve yapılandırdıklarını gösteren zihinsel ve davranışsal süreçleri yansıtmaktadır. Bu bağlamda özgünlük, birbirinden ayrı ancak özgünlüğün farklı yönlerine odaklanan ve birbiriyle ilişkili dört boyuttan oluşmaktadır (Goldman ve Kernis, 2002; Kernis, 2003; Kernis ve Goldman, 2005). *Farkındalık*,

bireyin güdülerine, hislerine, arzularına ve benlik ile ilişkili bilişlerine dair bilgiye sahip olmasını ifade etmektedir. Önemli olarak, bireyin benliğinde var olabilecek çelişkili boyutları (içer dönlük-dışa dönlük gibi) bilmesi ve kabul etmesidir. *Yansızlık*, bireyin olumlu ve olumsuz benlik özelliklerine, duygularına, diğer içsel deneyimlerine, bilgiye ve öznel bilgiye ilişkin nesnellidir. *Özgün davranış* ise bireyin değerleri, tercihleri ve ihtiyaçlarına uygun davranması iken diğerlerini memnun etmek ya da ödüle yaklaşmak ve cezadan kaçmak için sahte davranışlarda bulunmamasıdır. *İlişkisel yönelim*, bireyin yakın ilişkilerinde açıklığa, içtenliğe ve doğruluğa değer vermesi ve bunları sağlayabilmek için çabalamasıdır. Dolayısıyla, yapay davranımdan ziyade eylemlerde ve güdülerde dürüstlüğe, inançlarda tutarlılığa, gerçek benliği ortaya koymaya ve yakın ilişkideki diğer tarafın da bunu yapmasına olanak sağlamaktır (Kernis ve Goldman, 2006). Çalışmalar, özgünlük ile özgüven ve öznel iyilik hali arasındaki pozitif ilişkiyi (Goldman ve Kernis, 2002), yakın ilişkilerde özgün olamama ile depresyon belirtilerindeki artış arasındaki anlamlı ilişkiyi (Neff ve Harter, 2002), özgünlüğün kaygı ve yaşam doyumu ile anlamlı düzeydeki yüksek ilişkisini göstermiştir (Lopez ve Rice, 2006). Görgül bulgulardan da anlaşabileceği gibi özgünlük psikolojik belirtileri de kapsayarak çeşitli alanlardaki işlevsellik düzeyleri için önemli bir yapı olmuştur. Bu makale kapsamında da, özgünlük puanlarındaki artışın psikolojik belirtiler düzeyindeki düşüş ile ilişkili olabileceği öngörülmüştür.

Öz belirleme kuramının bireylerin işlevselliğini açıklamada önemli bulduğu temel psikolojik ihtiyaçlardan ilki olan özerklik (autonomy), bireyin iradeli davranışlar gösterebilmesini ifade ederken yetkinlik ihtiyacı (competence), etkili ve yapabilir hissetme ile ilgilidir. İlişkisel ihtiyacı (relatedness) ise ait olmayı, anlam bulma hissini ve başkalarına bağlı olmayı kapsamaktadır (Ryan ve Deci, 2002). Bu bağlamda, bireylerin yaşamlarını psikolojik olarak sağlıklı bir şekilde sürdürebilmeleri için özerklik, yetkinlik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının doyurulması gerekli görülmektedir. Bu kurama göre, temel psikolojik ihtiyaçların doyurulmasıyla birlikte optimal psikolojik sağlığa ulaşılabilecekken herhangi birinin bastırılmasıyla ya da göz ardı edilmesiyle olumsuz psikolojik sonuçlar ortaya çıkabilecektir (Deci ve Ryan, 2000). Bu kuram çerçevesinde farklı örneklemeler ile yürütülmüş güncel çalışmalar, psikolojik işlevsellik ve ihtiyaçların doyumu arasındaki ilişkiyi görgül olarak destekleyebilmiştir. Örneğin, ihtiyaçların doyumu çalışan yetişkinlerde daha düşük duygusal tükenmişlikle (Van der Elst, Van den Broeck, De Witte ve De Cuyper, 2012), öğretmenlerde daha düşük öfke ve kaygıyla (Klassen, Perry ve Frenzel, 2012) ve ergenlerde daha az problem davranış göstermeyle (Ahmad, Vansteenkiste ve

1 Öz Belirleme Kuramı, 'iyilik hali'ni oldukça kapsamlı bir çerçevede tanımlamaya çalışmaktadır. İyilik haline ilişkin detaylı kavramsal ve kuramsal tartışmalar için bakınız: Ryan, R. M., Huta, V. ve Deci, E. L. Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. A. D. Fave, The exploration of happiness, (Ed), içinde (117-137).

Soenens, 2013) ilişkili bulunmuştur. Ayrıca, üniversite öğrencileri ile yürütülen bir çalışmada psikolojik ihtiyaçların doyumundaki günlük alçalma ve yükselmeler fiziksel belirtilerdeki ve olumsuz duygulanımdaki günlük dalgalanmalar ile ilişkili bulunmuştur (Reis, Sheldon, Gable, Roscoe ve Ryan, 2000). Klinik örneklerde ise, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu psikolojik belirtiler çerçevesinde incelenmiştir. Duygu durum bozukluğuna sahip bireyler arasında yürütülen bir çalışmada, özerklik ihtiyacının doyurulması ile paralel şekilde kaygı belirtilerinde, depresif biliş ve belirtilerde azalma olduğu gözlenmiştir (Dwyer, Hornsey, Smith, Oei ve Dingle, 2011). Özetle, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunu ile çeşitli olumlu sonuç değişkenleri arasındaki ilişki farklı çalışmalar tarafından görgül olarak gösterilebilmiştir. Bu noktadan hareketle, temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun bireylerin işlevselliğini önemli ölçüde düşüren psikolojik belirtilerle ilişkisi gündeme gelmiştir. Yazarlara göre, temel psikolojik ihtiyaçların doyumundaki artış psikolojik belirtilerin azalmasıyla ilişkili olabileceken, bu ihtiyaçların doyumundaki düşüş psikolojik belirtilerdeki artış ile ilişkili olabilecektir.

Ayrıca, öz belirleme kuramına göre, bireyler temel psikolojik ihtiyaçlarını doyurabilecekleri ortamlarda bulduklarında gerçek benliklerini geliştirebilecek ve ifade edebileceklerdir (Deci ve Ryan, 2000). Bu kuram çerçevesinde bireylerin gerçek bir benlik geliştirebilmeleri ve bunu ifade edebilmeleri, özgün işlevsellik olarak tanımlanmaktadır. Goldman ve Kernis'in (2002) çok boyutlu özgünlük modeli, bu tanımlamadan etkilenmiştir. Dolayısıyla özgünlük, bireyin günlük yaşamında gerçek benliği ile uyumlu bir şekilde hareket edebilmesi olarak özetlenebilmektedir (Kernis ve Goldman, 2006). Daha açık ifade etmek gerekirse, özgün olabilmek psikolojik ihtiyaçların doyurulmasına bağlıdır ve gerçek yaşamda özgün olabilmek psikolojik ihtiyaçların doyurulması aracılığıyla gerçekleşebilmektedir.

Özetle, alanyazın özgün olabilmenin bir yolu olarak psikolojik ihtiyaçların doyumuna işaret etmektedir. Dolayısıyla, bu çalışmada amaç özgünlük, psikolojik ihtiyaçların doyumunu ve psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkiyi bir model çerçevesinde ele almaktır. Bu bağlamda, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Özgünlük ve ihtiyaç doyumunu bağlamında psikolojik belirtilerin incelendiği bir çalışma ilgili Türk alanyazınında dikkati çekmemektedir. Ayrıca, bireylerin günlük yaşamdaki işlevlerini etkileyen temel faktörlerden birinin psikolojik belirtiler olduğu düşünüldüğünde, psikolojik belirtilerde azalmayı sağlayabilecek faktörleri incelemek, psikolojik sağlık için gerekli olan etkili koruyucu önlemlerin ve etkin müdahale yöntemlerinin harekete geçirilmesini sağlayabilecektir. Yukarıda aktarılan alanyazın

ışığında bu çalışmanın hipotezleri şu şekilde belirlenmiştir: a) özgünlük ve temel psikolojik ihtiyaç doyumundaki artış psikolojik belirtilerdeki düşme ile ilişkilidir, b) özgünlük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçlar doyumunun aracı rolü vardır.

Yöntem

Örneklem

Bu çalışmaya Hacettepe Üniversitesi farklı bölümleri ve sınıflarında eğitim gören %55.7'si kadın, %44.3'ü erkek toplam 223 kişi katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması 21.60'dır ($S = 3.35$). Ağırlıklı olarak farklı bölümlerdeki lisans öğrencilerinden oluşan örneklemin %0.9'unu hazırlık, %33.5'ini birinci, %24'ünü ikinci, %18.6'sını üçüncü, %14.9'unu dördüncü sınıf öğrencileri ve %8.1'ini lisansüstü öğrenciler oluşturmaktadır. Katılımcıların %98.2'si bekar olduklarını belirtmişlerdir ve gelir seviyesini %6.5'i düşük, %87.6'sı orta, %6'sı yüksek olarak algılamaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine ilişkin bilgi toplamak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Özgünlük Ölçeği-Kısa Form. Özgünlük ölçeği, Kernis ve Goldman (2006) tarafından özgünlük ve özgünlüğü oluşturan bileşenlerin ölçülebilmesi amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinal formu 45 maddeden ve 4 alt ölçekten (özgün davranış, farkındalık, yansızlık ve ilişkisel yönelim) oluşmaktadır. Bu çalışmada ise İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk (2011) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin 27 maddelik kısa formu kullanılmıştır. Katılımcılardan 7 dereceli Likert tipi bir ölçek üzerinde, her bir maddeye ne kadar katıldıklarını işaretlemeleri beklenmektedir. Araştırmacılar tarafından ölçeğin dört faktörden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır: ilişkisel özgünlük (açıklanan varyans = %12.62), yansızlık (açıklanan varyans = %11.47), farkındalık (açıklanan varyans = %10.95) ve özgün davranış (açıklanan varyans = %8.82). Ayrıca ölçeğin alt testlerine ilişkin Cronbach alfa iç tutarlılık değerleri yansızlık için .77, ilişkisel özgünlük için .77, farkındalık için .76, özgün davranış için .66 ve genel özgünlük puanı için .84 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar, özgünlük ölçeğinin geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olduğuna işaret etmektedir (İmamoğlu, Günaydın ve Selçuk, 2011).

İhtiyaç Doyumu Ölçeği. İhtiyaç doyumunu ölçeği, Deci ve Ryan (1991) tarafından geliştirilmiştir. Öz bildirim tarzında, 7 dereceli Likert tipinde olan ölçek, bireyin psikolojik ihtiyaçlarını ölçmekte olup 21 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama

Tablo 1. Özgünlük, İhtiyaç Doyumu, Psikolojik Belirti Düzeyi ve Gösterge Değişkenlerine İlişkin Ortalama Puanlar ve Standart Sapma Değerleri

	Ort.	S
Özgünlük	140.76	0.63
Farkındalık	31.92	5.52
Yansızlık	35.69	7.27
Özgün Davranış	29.01	5.69
İlişkisel Özgünlük	31.92	5.52
İhtiyaç Doyumu	105.87	15.53
Özerklik	30.48	5.53
Yeterlik	28.19	5.99
İlişkiselilik	31.92	5.52
Psikolojik Belirti Düzeyi	0.95	0.63
Somatizasyon	0.85	0.68
Obsesif-kompulsif belirtiler	1.39	0.76
Kişilerarası duyarlık	1.04	0.79
Depresyon	1.11	0.79
Kaygı	0.79	0.66
Düşmanlık	0.85	0.77
Fobik Kaygı	0.53	0.64
Paranoid düşünce	1.02	0.75
Psikotizm	0.66	0.64
Diğer belirtiler	1.01	0.75

Not. Psikolojik belirti düzeyi ve alt boyutları hariç ortalama puanlar, ölçeklerin kullanım kurallarına uygun olarak toplam puanlar üzerinden hesaplanmıştır.

çalışması Bacanlı ve Cihangir-Çankaya (2003) tarafından yürütülmüştür. Türkçe formunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları özerklik alt ölçeği için .71, yeterlik alt ölçeği için .60, ilişkili olma alt ölçeği için .74 ve toplam ölçek için .83 olarak bulgulanmıştır. Ölçeğin iki haftalık süre için test-tekrar test güvenilirliği .89; özerklik alt ölçeği için .82, yeterlik alt ölçeği için .80, ilişkili olma alt ölçeği için ise .81 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ölçeğin madde toplam korelasyon değerleri ise .33 ile .64 arasında değişmektedir. Ayrıca yürütülen açılımlayıcı faktör analizi sonucunda ihtiyaç doyumu ölçeğinin üç faktörlü yapısının geçerli olduğu ve elde edilen faktör yüklerinin .30 ile .77 arasında değiştiği sonucu elde edilmiştir. Bunun yanı sıra, ölçeğin ayırt edici ve ölçüt geçerliğinin kabul edilebilir düzeyde olduğu da gözlenmiştir (Bacanlı ve Cihangir-Çankaya, 2003).

Belirti Tarama Listesi- SCL-90. Psikolojik sorunları ve psikopatoloji belirtilerini tarama amacını taşıyan ve Derogatis (1977) tarafından geliştirilen ölçek, kısa ifadelerden oluşan 90 maddeyi içermektedir. Ölçeğin Türk örnekleme uyarlama çalışması Dağ (1991) tarafından gerçekleştirilmiştir. Öz bildirim aracı olarak hazırlanmış olan ölçeği dolduran bireylerden son bir hafta

içerisinde söz konusu maddeye ilişkin olarak ne ölçüde rahatsızlık ya da zorlanma hissettiklerini 5 dereceli bir ölçek üzerinde değerlendirmeleri istenmektedir. Ölçeğin doldurulması sonunda genel ortalama cinsinden hissedilen rahatsızlık düzeyi belirlenebilmektedir. Ölçeğin Türkçe formunun Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının .97; test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının ise alt ölçeklere göre .65 ile .87 arasında değiştiği ve genel semptom indeksinin test-tekrar test güvenilirlik katsayısının .90 olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Elde edilen bulgular, ölçeğin Türkçe formunun güvenilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Bunun yanı sıra, ölçeğin ölçüt bağıntılı geçerliğinin de kabul edilir düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Dağ, 2000).

İşlem

Hacettepe Üniversitesi Etik Komisyonu'ndan gerekli onay alındıktan sonra, bilgilendirilmiş onam formu, özgünlük ölçeği, ihtiyaç doyumu ölçeği ve belirti tarama listesi Hacettepe Üniversitesi'nde lisans, yüksek lisans ya da doktora eğitimine devam eden ve çalışmada yer almak için gönüllü olan katılımcılara grup uygulaması şeklinde sınıf ortamında uygulanmıştır.

Tablo 2. Özgünlük ve İhtiyaç Doyumu Gizil Değişkenleri ile Gösterge Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

	Özgünlük	Farkındalık	Yansızlık	Özgün Davranış	İlişkisel Özgünlük	İhtiyaç Doyumu	Özerklik	Yeterlik	İlişkisel
Özgünlük	-	.71*	.73*	.77*	.71*	.53*	.48*	.42*	.42*
Farkındalık		-	.36*	.38*	.54*	.54*	.44*	.47*	.42*
Yansızlık			-	.56*	.27*	.22*	.25*	.15*	.14*
Özgün davranış				-	.52*	.48*	.52*	.36*	.32*
İlişkisel Özgünlük					-	.49*	.39*	.33*	.49*
İhtiyaç Doyumu						-	.83*	.83*	.84*
Özerklik							-	.63*	.53*
Yeterlik								-	.51*
İlişkisel									-

Not. * $p < .05$

Veri Analizi

Veri analizi SPSS 20.0 ve AMOS 16.0 yazılımları kullanılarak yapılmıştır. Veri setindeki sürekli değişkenler analizlere hazırlık olması amacıyla normallik, uç değer sayıltıları açısından incelenmiştir. Veri setinin sayıltıları karşıladığı anlaşıldıktan sonra analizlere devam edilmiştir.

Özgünlük ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun aracı rolünü incelemek amacıyla Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) analizi yürütülmüştür. Özgünlük, ihtiyaç doyum ve psikolojik belirtiler gizil değişkenleri için ilgili ölçeklerin alt boyutları gözlenen değişkenler olarak kullanılmıştır. Bu çalışmada sınanan yapısal modele özgünlük değişkeni dışsal değişken, ihtiyaç doyum değişkeni aracı değişken ve psikolojik belirtili düzeyi de içsel değişken olarak dahil edilmiştir. Yapısal modeldeki değişkenler arasında var olduğu tahmin edilen ilişki giriş kısmında aktarılan kuramsal çerçeveye temelinde oluşturulmuştur.

Bulgular

Özgünlük, ihtiyaç doyum ve psikolojik belirtili düzeyi değişkenleri ile YEM'de bu değişkenlerin gösterge değişkenlerini oluşturan alt boyutlarına ilişkin ortalama puanlar ve standart sapma değerleri Tablo 1'de gösterilmiştir. Psikolojik belirtili düzeyine ait ortalama puan ($Ort.$

= 0.95), örneklemin psikolojik belirtilerden duyulan sıkıntı açısından normal aralıkta olduğuna işaret etmektedir (Dağ, 1991).

Çalışmada kullanılan ilgili ölçeklerden elde edilen puanlar ve bu ölçeklerin alt boyutlarından elde edilen puanlar arasındaki Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayıları Tablo 2, Tablo 3 ve Tablo 4'de aktarılmıştır.

Tablo 2'den takip edilebileceği üzere özgünlük ve ihtiyaç doyum değişkenleri birbirleri ile anlamlı düzeyde ilişkilidir ($r = .53, p < .05$). Ayrıca, YEM analizinde bu değişkenleri temsil edecek olan gösterge değişkenlerinin de birbirleri ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkiler göstermesi kuramsal modelin sınanması için yeterli koşulların sağlandığını göstermiştir.

Tablo 3, özgünlük ile psikolojik belirtili düzeyinin birbiriyle istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir ($r = -.33, p < .05$). Özgünlük puanlarındaki artış psikolojik belirtili düzeyindeki azalmayla ilişkilidir. Özgünlük ile en yüksek korelasyona sahip alt boyut psikotizm olmuştur ($r = -.35, p < .05$). Fobik kaygı ($r = -.33, p < .05$), kişilerarası duyarlılık ($r = -.33, p < .05$) ve kaygı ($r = -.33, p < .05$) görece yüksek ilişki gösteren diğer alt boyutlardır.

Tablo 4'te ise ihtiyaç doyum, psikolojik belirtili düzeyi ve bu değişkenleri YEM'de temsil edecek gösterge değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri

Tablo 3. Özgünlük, Psikolojik Belirti Düzeyi ve Gösterge Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

	Öz.	Far.	Yan.	Öd	İö	PBD	Som.	Okb	Kd	Dep.	Kay.	Düş.	Fk	Pd	Psik.	Diğ.
Öz.	-	.71*	.73*	.77*	.77*	-.33*	-.21*	-.24*	-.31*	-.26*	-.31*	-.30*	-.33*	-.17*	-.35*	-.24*
Far.		-	.36*	.38*	.54*	-.31*	-.16*	-.31*	-.24*	-.28*	-.24*	-.32*	-.26*	-.14*	-.27*	-.24*
Yan.			-	.56*	.27*	-.23*	-.21*	-.14*	-.25*	-.13	-.25*	-.27*	-.25*	-.06	-.19*	-.17*
Öd				-	.52*	-.34*	-.20*	-.26*	-.32*	-.29*	-.32*	-.28*	-.30*	-.25*	-.35*	-.24*
İö					-	-.22*	-.14*	-.11	-.21*	-.17*	-.20*	-.17*	-.26*	-.17*	-.34*	-.15*

Not 1. Öz. = Özgünlük, Far. = Farkındalık, Yan. = Yansızlık, Öd = Özgün davranış, İö = İlişkisel özgünlük, PBD = Psikolojik Belirti Düzeyi, Som = Somatizasyon, Okb = Obsesif kompulsif belirtiler, Kd = Kişilerarası duyarlık, Dep. = Depresyon, Kay. = Kaygı, Düş. = Düşmanlık, Fk = Fobik kaygı, Pd = Paranoid düşünce, Psik. = Psikotizm, Diğ. = Diğer

Not 2. * $p < .05$

Not 3. PBD gizil değişkeninin gösterge değişkenleri ile korelasyonu Tablo 4'te verilmiştir.

sunulmuştur. Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi bulgularına göre, ihtiyaç doyumu ile psikolojik belirti düzeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönde ilişkilidir ($r = -.49, p < .05$). Katılımcıların ihtiyaç doyumu puanları arttıkça psikolojik belirti düzeyleri düşüş göstermektedir. Ayrıca, psikolojik belirti düzeyinin gösterge değişkeni olarak kullanılan alt boyutları ile ihtiyaç doyumu arasındaki ilişkilerin de anlamlı olduğu Tablo 4'te gösterilmiştir. İhtiyaç doyumu en çok depresyon belirtileri ile ilişkili iken ($r = -.48, p < .05$), paranoid düşünce ($r = -.45, p < .05$), psikotizm ($r = -.44, p < .05$), obsesif kompulsif belirtiler ($r = -.44, p < .05$), kişilerarası duyarlılık ($r = -.42, p < .05$), kaygı ($r = -.42, p < .05$) ve fobik kaygı ($r = -.42, p < .05$) belirtileriyle de anlamlı düzeyde ilişkilidir. Özetle, ihtiyaç doyumu puanlarında artış söz konusu oldukça, çeşitli boyutlardaki psikolojik belirtilerde düşüş gerçekleştiği gözlenmektedir.

Özgünlük ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun aracı rolünün sınanacağı yapısal modele geçmeden önce yürütülen ölçüm modeli analizinde uyum indeksleri, modelin kabul edilebilir bir uyuma sahip olmadığını göstermiştir [$\chi^2(116, N = 223) = 418.64, p < .000, RMSEA = .10, GFI = .80, AGFI = .74, CFI = .88, NFI = .84, IFI = .88$]. Özellikle, RMSEA'nın .10 değeri ile kabul edilebilir sınırların ($RMSEA \leq .08$) dışında olması modelin iyileştirilmeye ihtiyacı olduğunu düşündürmüştür. Bu noktadan hareketle ölçüm modelinin modifikasyon indeksleri incelenmiştir. Modelin iyileştirilebilmesi için önerilen değişiklikler kuramsal çerçeveye uyumlu olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Bu doğrultuda, gösterge değişkenler incelendiğinde özgün

davranış ve farkındalık, ilişkisellik ve ilişkisel özgünlük, özgün davranış ve yansızlık, paranoya ve kişilerarası duyarlılık, kaygı ve kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif belirtiler ve fobik kaygı belirtileri gösterge değişkenlerinin içeriklerinin birbiriyle örtüştüğü gözlenmiş olup hataları arasındaki korelasyonların sabitlenmesine karar verilmiştir.

Modelin ihtiyaç duyduğu iyileştirmelerin gerçekleştirilmesinin ardından yapısal modelin sınanmasına geçilmiştir. Yapısal modelin değişkenleri arasındaki ilişki ve açıklanan varyans değerleri Şekil 1'de aktarılmıştır. YEM analizi sonuçlarına göre sınanan modelin uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu bulgulanmıştır [$\chi^2(110, N = 223) = 278.40, p < .001, RMSEA = .08, GFI = .87, AGFI = .82, CFI = .94, NFI = .90, IFI = .94$]. Yapısal modelde ihtiyaç doyumunun özgünlük tarafından yordandığı ($\beta = .69, p < .001$) ve özgünlüğün ihtiyaç doyumundaki varyansın %48'ini açıkladığı görülmüştür. İhtiyaç doyumunun ise psikolojik belirti düzeyini negatif yönde yordadığı bulunmuştur ($\beta = -.54, p < .001$). Özgünlük ve ihtiyaç doyumu birlikte psikolojik belirti düzeyindeki varyansın % 30'unu açıklamıştır. İhtiyaç doyumunun modele aracı değişken olarak dahil edilmesiyle, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasında gözlenen doğrudan ilişkinin Beta (β) değerinin $-.40$ 'dan ($p < .001$), $-.01$ 'e ($p = .90$) düşmesi, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun tam aracı rolü olduğunu göstermiştir. Kabul edilebilir uyuma sahip olduğu gösterilen modele göre, özgünlük ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişki, ihtiyaç doyumunun aracı etkisi üzerinden gerçekleşmektedir.

Tablo 4. İhtiyaç Doyumu, Psikolojik Belirti Düzeyi ve Gösterge Değişkenleri Arasındaki İlişkiler

ID	Özer.	Yet.	İliş.	PBD	Som.	Okb	Kd	Dep.	Kay.	Düş.	Fk	Pd	Psik.	Diğ.
İD	-.83*	.83*	-.38*	-.49*	-.27*	-.44*	-.42*	-.48*	-.42*	-.31*	-.42*	-.45*	-.44*	-.38*
Özer.	-	.63*	.53*	-.47*	-.25*	-.41*	-.39*	-.46*	-.35*	-.35*	-.43*	-.41*	-.42*	-.31*
Yet.	-	-	.51*	-.41*	-.22*	-.43*	-.35*	-.43*	-.35*	-.23*	-.29*	-.31*	-.32*	-.36*
İliş.	-	-	-	-.38*	-.22*	-.28*	-.32*	-.33*	-.32*	-.24*	-.35*	-.41*	-.40*	-.29*
PBD	-	.78*	.80*	-	.78*	.80*	.87*	.86*	.87*	.78*	.83*	.76*	.88*	.81*
Som.	-	.55*	.71*	-	.57*	.71*	.71*	.57*	.71*	.62*	.70*	.50*	.64*	.66*
Okb	-	.65*	.70*	-	.70*	.65*	.65*	.70*	.65*	.61*	.57*	.63*	.63*	.60*
Kd	-	.71*	.68*	-	.71*	.68*	.68*	.71*	.68*	.68*	.75*	.62*	.76*	.74*
Dep.	-	.71*	.56*	-	.71*	.56*	.56*	.71*	.71*	.56*	.65*	.61*	.77*	.66*
Kay.	-	.68*	.75*	-	.68*	.75*	.68*	.75*	.68*	.68*	.75*	.62*	.76*	.74*
Düş.	-	.65*	.66*	-	.65*	.66*	.65*	.66*	.65*	.65*	.65*	.59*	.66*	.60*
Fk	-	.58*	.77*	-	.58*	.77*	.58*	.77*	.58*	.58*	.58*	.58*	.77*	.67*
Pd	-	.69*	.54*	-	.69*	.54*	.69*	.54*	.69*	.69*	.69*	.69*	.69*	.54*
Psik.	-	.69*	.54*	-	.69*	.54*	.69*	.54*	.69*	.69*	.69*	.69*	.69*	.54*
Diğ.	-	.69*	.54*	-	.69*	.54*	.69*	.54*	.69*	.69*	.69*	.69*	.69*	.54*

Not 1. ID = İhtiyaç Doyumu, Özer. = Özerklik, Yet. = Yeterlik, İliş. = İlişkisel, PBD = Psikolojik Belirti Düzeyi, Som = Somatizasyon, Okb = Obsesif kompulsif belirtiler, Kd = Kişilerarası duyarlılık, Dep. = Depresyon, Kay. = Kaygı, Düş. = Düşmanlık, Fk = Fobik kaygı, Pd = Paranoid düşünce, Psik. = Psikotizm, Diğ. = Diğer

Not 2. * $p < .05$

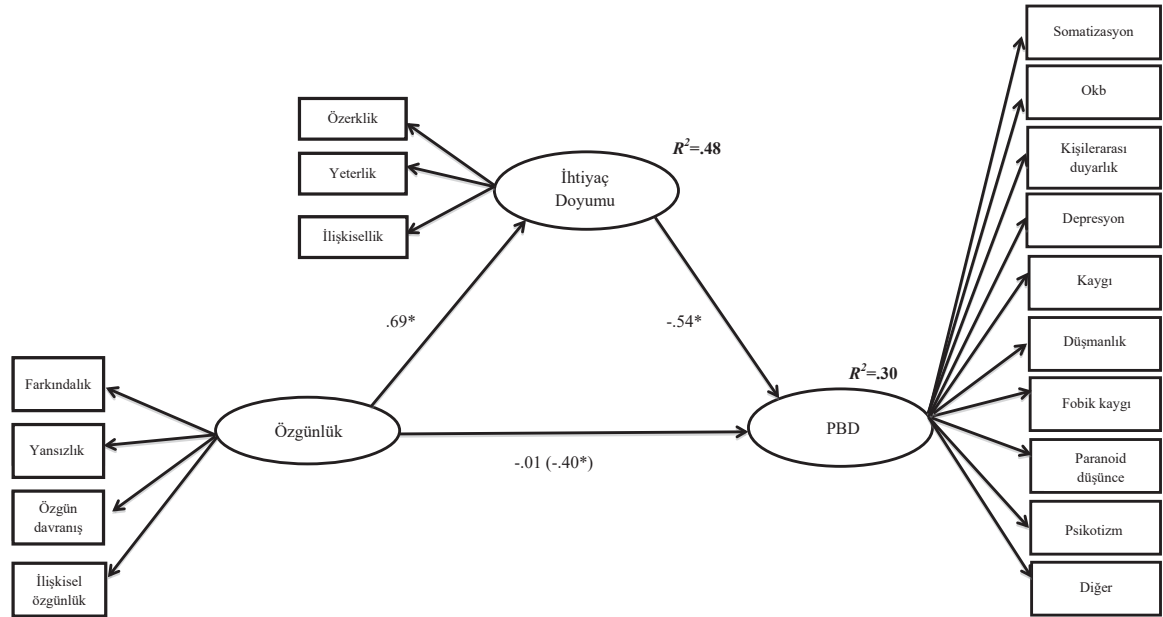
Tartışma

Bu çalışmada, bireyin gerçek benliğini yansıtan özgünlük kavramı ile psikolojik belirti düzeyi arasındaki ilişkide bireyin ideal işlevselliği için gerekli olan psikolojik ihtiyaç doyumunun aracı rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda ilk olarak, söz konusu değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, özgünlük ve psikolojik ihtiyaç doyumu ile psikolojik belirti düzeyi arasında negatif yönde yüksek düzeyde anlamlı bir ilişkiye işaret etmektedir. Dolayısıyla bireylerin özgünlüğü arttıkça ve ihtiyaç doyumları karşılandıkça, psikolojik belirtiler açısından da anlamlı bir azalmanın olduğu söylenebilir. Elde edilen bu bulgu, alanyazındaki diğer araştırmaların sonuçlarıyla da tutarlıdır (Heppner ve ark., 2008; Kernis ve Goldman, 2005; Ryan, LaGuardia ve Rawsthorne, 2005; Sheldon, Ryan, Rawsthorne ve Iardi, 1997). Aynı zamanda, psikolojik belirti düzeyinin alt boyutlarının da benzer şekilde özgünlük ve ihtiyaç doyumu ile negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkili olduğu gözlenmektedir. Dolayısıyla, özgünlük ve ihtiyaç doyumu puanları arttıkça, bireylerin çeşitli boyutlardaki psikolojik belirtilerinin azaldığı söylenebilmektedir.

Çalışmanın temel amacına bağlı olarak Yapısal Eşitlik Modeli'nin sınanmasıyla elde edilen bulgular, özgünlük ile bireylerin psikolojik belirti düzeyleri ara-

sındaki ilişkide ihtiyaç doyumunun tam aracı rolünün olduğuna işaret etmektedir. Bu bağlamda oluşturulan modelin alanyazından elde edilen bulgular ve kuramsal bakış açısıyla da uyumlu olduğu görülmektedir. Ryan ve arkadaşlarının (2005) bildirdiği sonuçlarla paralel şekilde bu çalışma, bireylerin özgün davranışları arttıkça, psikolojik belirti düzeylerindeki azalmaya işaret etmektedir. Alanyazının vurguladığı bir diğer nokta da, özgün insanların temel psikolojik ihtiyaçlarını doymaya yönelik davrandıklarıdır. Dolayısıyla özgün olan insanlar temel psikolojik ihtiyaçlarını doyuracak şekilde öz düzenleme yapmaktadır (Goldman ve Kernis, 2002). Özgün davranışın özerklik ve ilişkili olma gibi temel ihtiyaçlar karşılandığında oluşabildiği, diğerlerinin bas-kısından bağımsız olarak özgün seçimler yapabilmenin bireylerin sağlığı ve iyilik hali için temel bir gereklilik olduğu düşünülmektedir (Deci ve Ryan, 2000; 2004). Bu bilgiler ışığında, alanyazın ile de tutarlı olarak, bu çalışmada sunulan modelde bireylerin özgün olabilmelerinin, temel psikolojik ihtiyaçlarını doymaları üzerinden psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu gösterilmiştir.

Çalışmadan elde edilen bulgular, kabul edilebilir anlamlılığa sahip bir modele işaret ediyor olsa da, bazı sınırlılıklar söz konusudur. Çalışmamızın en büyük sınırlılığı, modelin üniversite örnekleminde toplanan verilere dayanan analizler doğrultusunda oluşturulmasıdır. Modelin daha geniş ve çeşitli örneklemlerden elde edi-



len verilerle de test edilmesi, sonraki araştırmalar için önerilebilir. Bir diğer sınırlılığı da, öz bildirim dayanan ölçüm araçlarının kullanılmış olmasıdır. Özellikle, psikolojik belirti düzeyinin belirlenmesinde, kısa bir belirti envanterinin kullanılması yerine daha kapsamlı değerlendirmelerin yapılmasının, çalışma bulgularını ve modeli güçlendireceği tahmin edilmektedir. Söz konusu öz bildirim tarzı ölçeklerin sınıf ortamında grup halinde uygulanmış olması da, bazı yanlılıklara yol açabilmeleri sebebiyle çalışmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır. Ayrıca bu çalışmada analizler değişkenlere ilişkin toplam puanlar üzerinden yürütülmüştür. İleriki çalışmalarda özgünlük ve ihtiyaç doyumuna ait alt boyutların psikolojik belirti düzeyi ile ilişkisinin modele eklenerek incelenmesi önerilmektedir.

Sonuç olarak, elde edilen bulgular doğrultusunda oluşturulan model, bireyin psikolojik olarak sağlıklı olabilmesi için özgünlüğün ve ihtiyaç doyumunun önemine işaret etmesi bakımından değer taşımaktadır. Çalışmanın diğer bir önemli katkısı, psikolojik belirtileri azaltmayı hedefleyen psikoterapi çalışmalarında bireyin özgün davranışının desteklenmesi ve özerklik, yeterlik ve ilişkisellik gibi psikolojik ihtiyaçlarının karşılanıp karşılanmadığının değerlendirilmesi gerektiği konusuna ışık tutmasıdır. Ayrıca alanyazındaki pek çok çalışma, doğrudan psikolojik ihtiyaç doyumunu ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkiye yönelmiş olsa da; çalışmadan elde edilen bulgular bu değişkenlerin daha kapsayıcı bir başka kavram olan özgünlük ile bir arada ele alınmaları gerektiğine dikkatleri çekmesi bakımından da önemlidir.

Kaynaklar

- Ahmad, I., Vansteenkiste, M. ve Soenens, B. (2013). The relations of Arab Jordanian adolescents' perceived maternal parenting to teacher-rated adjustment and problems: The intervening role of perceived need satisfaction. *Developmental Psychology*, 49, 177–183. doi:10.1037/a0027837
- Bacanlı, H. ve Cihangir-Çankaya, Z. (2003). İhtiyaç Doyumu Ölçeği Uyarlama Çalışması. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildiri Özetleri. Malatya, İnönü Üniversitesi. Ankara: Pegem A.
- Dağ, İ. (1991). Belirti tarama listesi (SCL-90-R)'nin üniversite öğrencileri için güvenilirliği ve geçerliği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 2, 5–12.
- Dağ, İ. (2000). Belirti tarama listesi (SCL-90-R). Ö. Aydemir ve E. Köroğlu, (Ed.), *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler* içinde (33-40). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. (1991). A motivational approach to self: integration in personality. R. A. Dienstbier, (Ed.), *Perspectives on motivation* içinde (237–288). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2000). The 'what' and 'why' of goal pursuits: human needs and self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Deci, E. L. ve Ryan, R. M. (2004). Autonomy is no illusion: Self-determination theory and the empirical study of authenticity, awareness, and will. J. Greenberg, S. L. Koole ve T. Pyszczynski, (Ed.), *Handbook of experimental existential psychology* içinde (449–479). New York: Guilford.
- Derogatis, L. R. (1977). *Scl-90: Administration, scoring and procedure manual-I for the revised version*. Baltimore, MD: John Hopkins University.
- Dwyer, L. A., Hornsey, M. J., Smith, L. G. E., Oei, T. P. S. ve Dingle, G. A. (2011). Participant autonomy in cognitive behavioral group therapy: An integration of self-determination and cognitive behavioral theories. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30, 24–46. doi:10.1521/jscp.2011.30.1.24
- Goldman, B. M. ve Kernis, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5(6), 18-20.
- Heppner, W. L., Kernis, M. H., Nezek, J. B., Foster, J., Lakey, C. E. ve Goldman, B. M. (2008). Within-person relationships among daily self-esteem, need satisfaction, and authenticity. *Psychological Science*, 19(11), 1140–1145.

- İmamoğlu, E. O., Günaydın, G. ve Selçuk, E. (2011). Özgün benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26, 27–43.
- Kernis, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquiry*, 14, 1–26.
- Kernis, M. H. ve Goldman, B. M. (2005). From thought and experience to behavior and interpersonal relationships: a multicomponent conceptualization of authenticity. A. Tesser, J. V. Wood ve D. Stapel, (Ed.), *On building, defending and regulating the self: a psychological perspective* içinde (31-52). New York: Psychology Press.
- Kernis, M. H. ve Goldman, B. M. (2006). A multi-component conceptualization of authenticity: theory and research. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 283–357.
- Klassen, R. M., Perry, N. E. ve Frenzel, A. C. (2012). Teachers' relatedness with students: An underemphasized component of teachers' basic psychological needs. *Journal of Educational Psychology*, 104, 150–165. doi:10.1037/a0026253
- Lopez, F. G. ve Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 362–371.
- Neff, K. D. ve Harter, S. (2002). The authenticity of conflict resolutions among adult couples: Does women's other-oriented behavior reflect their true selves? *Sex Roles*, 47, 403–417.
- Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J. ve Ryan, R. M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419–435. doi:10.1177/0146167200266002
- Ryan, R. M., LaGuardia, J. G. ve Rawsthorne, L. J. (2005). Self-complexity and the authenticity of self-aspects: effects on well-being and resilience to stressful events. *North American Journal of Psychology*, 7(3), 431–448.
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2002). An overview of self-determination theory: An organismic dialectical perspective. E. L. Deci, R. M. Ryan (Ed.), *Handbook of self-determination research* içinde (s. 3-36). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Rawsthorne, L. J. ve Ilardi, B. (1997). Trait self and true self: cross-role variation in the big-five personality traits and its relations with psychological authenticity and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(6), 1380–1393.
- Van der Elst, T., Van den Broeck, A., De Witte, H. ve De Cuyper, N. (2012). The mediating role of psychological need frustration in the relationship between job insecurity and work-related well-being. *Work & Stress*, 26, 252–271. doi:10.1080/02678373.2012.703900
- Vansteenkiste, M. ve Ryan, R. M. (2013). On the psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(3), 263–280.
- Wood, A. M., Linley, P. A., Maltby, J., Baliousis, M. ve Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology*, 55(3), 385–399.
- Wood, A. M. ve Joseph, S. (2010). The absence of positive psychological (eudemonic) well-being as a risk factor for depression: A ten year cohort study. *Journal of Affective Disorders*, 122, 213–217.
- Wood, A. M. ve Tarrrier, N. (2010). Positive Clinical Psychology: A new vision and strategy for integrated research and practice. *Clinical Psychology Review*, 30, 819–829.