

REKABETÇİ TUTUM, BİLİŞSEL ÇARPITIMLAR VE ÇOK BOYUTLU KISKANÇLIK

Asude MALKOÇ, Devrim ERGİNSOY

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, rekabetçi tutum özellikleri ile ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kiskançlık değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma farklı bölümlerde okuyan ve yaş ortalaması 22.3 olan 107 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Veri toplama araçları olarak Rekabetçi Tutum Ölçeği, İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Çok Boyutlu Kiskançlık Ölçeği ile araştırmacılar tarafından geliştirilmiş Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Veriler, çoklu regresyon tekniği ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, bilişsel çarpıtmaların ve çok boyutlu kiskançlığın rekabetçi tutum özelliklerini anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir. Bununla birlikte bilişsel çarpıtmaların gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve çok boyutlu kiskançlığın davranışsal kiskançlık boyutunun rekabetçi tutum özelliklerini anlamlı şekilde yordamaktadır. Bu sonuçlar, bilişsel çarpıtmalar ve kiskançlık değişkenlerinin rekabetçiliği etkileyen önemli bir faktör olabileceğini göstermektedir.

Anahtar sözcükler: Rekabetçi Tutum, Kiskançlık, Bilişsel Çarpıtmalar, Üniversite öğrencileri

COMPETITIVE ATTITUDE, COGNITIVE DISTORTIONS AND MULTIDIMENSIONAL JEALOUSY

ABSTRACT

The The purpose of this study was to examine the relationship between competitiveness, cognitive distortions and multidimensional properties of jealousy. This study was carried out with 107 volunteer university students whose mean age was 22.3 with a range of 6. Data were collected using the Competitive Attitude Scale, the Cognitive Distortions Scale and the Multidimensional Jealousy Scale. A multivariate regression analysis of the data showed a significant relationships between competitiveness, cognitive distortions and properties of jealousy. From this analysis, cognitive distortions and multidimensional properties of jealousy significantly predicted and contributed to the variance in

competitiveness. These results suggested that cognitive distortions and multidimensional jealousy may play a crucial role in competitiveness.

Key Words: Competitive Attitude, Jealousy, Cognitive Distortions

Evlilik Üniversite Öğrencilerinin Rekabetçi Tutum Özellikleri ile İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmaları ve Çok Boyutlu Kıskançlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bilimin, kültürün, yaşam tarzının hızla değiştiği günümüz toplumunda, bireylerin varolan değişme ve gelişmelere uyum sağlama çabası içinde oldukları görülmektedir. İnsanoğlu, varolduğu andan itibaren çevresindeki bireyleri taklit ederek ya da model alarak bir gruba ait olmayı ve içinde yaşadığı toplumun bir parçası olmayı istemekle beraber, bireyselliğini sürdürme, kendini gerçekleştirme ve diğer bireylerden farklı ve özel olma isteği içindedir. Bireyin diğer bireylerden farklı ve özel olma, bazen de önde olma isteği, kendisini diğer bireylerle kıyaslama noktasına getirir (Yenidünya, 2005). Yapılan bu kıyaslamalar, kişinin rekabetçi tutum özellikleri sergilemesine neden olabilmektedir.

Rekabet kavramı ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde Pierson'm (1990) rekabetçiliği, çok boyutlu bir yapı olarak ele aldığı; mükemmeliyetçilik ve olabileceğinin en iyisi olma isteğiyle amaca yönelik başarıya güdüsü ve davranış olarak ifade etme şeklinde tanımladığı görülmektedir. Sosyal karşılaştırma teorisi de rekabeti, insanların kendilerini başka insanlarla karşılaştırarak değerlendirdikleri (Broemer ve Diehl, 2003); rekabete girdikleri kişiden daha iyi olma çabaları ve bu çabadan hoşlanma şeklinde tanımlamaktadır (Akbayırh ve Aydın, 2000).

Rekabet, kişinin doğasında var olan ve ilkökul çağına geldiğinde, arkadaş çevresi içerisinde yaşadığı toplumsallaşma sürecinde gelişen bir duygudur (Köknel, 1997). Bu duygu insanları en iyi olma hırsına ve kazanmanın en önemli şey olduğuna yönlendirebileceği gibi (Riskind ve Wilson, 1982), takım üyeleri arasında işbirliğini de destekleyici bir niteliğe sahiptir. Bu bakımdan rekabetçiliğin birey bazında hangi faktörler tarafından belirlendiğini anlamak, rekabetçilik kavramının çok yönlü ve detaylı bir şekilde değerlendirilmesine olanak sağlayacaktır.

İnsanlar diğer kişilerle rekabete girerek ya da diğer davranış şekillerini sergileyerek kendi potansiyellerini gerçekleştirme eğilimine sahip oldukları

gibi, var olan potansiyellerini ortaya koymaktan kaçınma gibi akılcı olmayan eğilimlere de sahiptirler (Corey, 2001). Kişinin bu eğilimlere sahip olması, yaşamında belirlediği amaçlara ulaşmasını engelleyebileceği gibi, birçok alanda başarısızlık yaşamasına; yaşamını ve geleceğini olumsuz olarak değerlendirmesine yol açabilir (Fiske ve Taylor, 1991; akt. Aydın, 1996). Bu olumsuz değerlendirmeler, bilişsel çarpıtmalar olarak da adlandırılan düşünce sistemindeki hatalardan kaynaklanmaktadır.

Başta bilişsel çarpıtmalar olmak üzere birçok kavramı içinde barındıran bilişsel yaklaşıma göre düşünce sistemlerinin temel taşı olan bilişsel şemalar, bireylerin olayları anlamlandırmasını sağlayan düşünce haritalarıdır. Şemalar yaşamın ilk yıllarında önemli kişilerle geçirilen yaşantılar ve öğrenmeler sonucu oluşan, değişmeye direnç gösteren yapılardır (Beck ve diğ. 1976; Akt. Hamamcı, 2002; Savaşır ve Yıldız, 1996). Bu yapılar bireylerin yaşadıkları ya da karşılaştıkları olayları gerçekte olduğundan farklı bir biçimde kendi inanç sistemine göre çarpıtarak yorumlamasına ve olumsuz düşüncelere sahip olmasına yol açabilmektedir (Beck et al., 1979; Köroğlu, 2005; Mobini ve ark, 2005; Özer, 2000; Szentegotai ve Freeman, 2007). Çarpıtmalar sonucu oluşan bu olumsuz düşünceler, diğer bir deyişle akılcı olmayan düşünceler bireyin duygu durumunu ve davranışlarını etkileyerek kısa ve uzun dönemde gerçekleştirmek istediği amaçlarına ulaşmasında önemli bir engel teşkil etmektedir (Corey, 2001; Jones, 1982; akt. Gündüz, 2006).

Beck (1979), bireyin olumsuz düşüncelerinin temelini oluşturan ve bilgi işleme sürecinde yapılan sistematik hatalar olarak da adlandırılan bilişsel çarpıtmaların çeşitli bilişsel-davranışçı teknikler kullanılarak bireyde olumlu yönde davranış değişikliği oluşturacağı görüşündedir. Bu nedenle bilişsel yaklaşımın amacı, bireyin çarpıtılmış düşüncelerinin altında yatan asıl problemleri düşünceye bir başka deyişle akılcı olmayan düşünceye ilişkin farkındalık kazanmasını sağlamaktır (Ivey ve ark, 1987; akt. Oğuz, 1999). Bu farkındalık yaratmanın bir başka amacı bireyin hem kendisiyle hem de toplum içinde diğer bireyler ile olan ilişkilerini iyileştirmeye yöneliktir. Bu bilişsel mekanizma bireyin toplum içindeki ilişkilerinde önemli bir rol oynamaktadır.

Doğası gereği toplumsal bir varlık olan insan, başkalarıyla ilişki kurma gereksinimi içindedir. Bu gereksinim, bireyin sosyalleşme süreci açısından büyük önem taşımaktadır. Sosyalleşme süreci içinde birey, sağlıklı sosyal ilişkiler kurabildiği gibi, diğer bireylerle olumlu ilişkiler kurmasını engelleyen davranışlar da sergileyebilmektedir. Nitekim günümüzde, kişiler arası ilişkiler

farklı nedenlerden dolayı bozulmakta ve diğer yandan yakın ilişki kuramayan insanların sayısında hızlı bir artış gözlenmektedir. Yakın ilişkiler kurmayı etkileyen olumsuz duygulardan biri de kıskançlık duygusudur. Kıskançlık çoğunlukla bir güvensizlik belirtisi, olgunlaşmamış bir duygu ya da ruhsal bir bozukluk olarak kabul edilirken; evrimsel psikologlar kıskançlığa yeni bir bakış açısı getirmiş ve kıskançlığı evrimsel süreç içinde kazanılan bir duygu ve aşkın koruyucusu olarak tanımlamışlardır (Demirtaş, 2002).

Literatür incelendiğinde kıskançlıkla ilgili kabul edilen en yaygın tanım Pines'a (1998) ait olduğu görülmektedir. Pines'a göre (1998) kıskançlık "önemsenen ilişkilerin yitirilmesine ya da bozulmasına yol açabilecek herhangi bir tehlikenin algılanması sonucunda verilen karmaşık tepki ve sapkın bir duygu durumudur (Akt. Demirtaş, 2004). Bu duygu durumu, bireyin içinde bulunduğu sosyal ortamda önem verdiği bir kişiyle olan ilişkisini ya da sahip olduğu statüsünü kaybetme korkusuyla yaşadığı endişe, üzüntü, kızgınlık, güvensizlik ve şüphe duygularını içinde barındıran çok boyutlu bir yapı olarak kendini göstermektedir (Salovey ve Rodin, 1986; Parrot,1991; Bers ve Rodin, 1984). Çok boyutlu olan bu yapı, bilişsel, duygusal, davranışsal ve durumsal olarak ifade edilmektedir (Mathes, Adams ve Davis, 1985).

Bu araştırmada temel alman kıskançlık türü olan rekabete yönelik diğer bir deyişle yarışmacı kıskançlık, bireyin sevdiği bir şeyi ya da elde etmeyi amaçladığı başarıyı, rakibinin elde etmesiyle yaşadığı birçok olumsuz duygunun birleşimidir (Bers ve Rodin, 1984; Demirtaş, 2004). Bu olumsuz duygular arasında yer alan üzüntü ve bireyin değer verdiği kişinin kendisini aldattığına yönelik yaşadığı kızgınlık yakın ilişkilerde yıpratıcı olma özelliğine sahiptirler (Aune ve Comstock, 1991; akt. Demirtaş, 2004; Parrot,1991).

Genel olarak literatürde her ne kadar kıskançlığın olumsuz duyguları çağrıştırdığı üzerinde durulsa da, Guerrero, Trost ve Yoshimura (2005) tarafından yapılmış araştırma sonuçları, kıskançlığın bireyin yaşadığı ilişkilerde daha fazla bağlanmaya götüren yoğun yaşanan duygusal bir durum ve aynı zamanda insan ilişkilerini koruyucu bir duygu olduğunu göstermektedir. Buna paralel olarak, Salovey (1991), kıskançlık duygusunun diğer insanlarla olan ilişkileri ve kendisine olan bakışımı belirleyen önemli etmenlerden biri olduğunu vurgulamaktadır.

Literatürde rekabet kavramıyla ilgili araştırmalara rastlanmakla beraber, insan ilişkilerinde önemli rol oynayan rekabetçi tutum özellikleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık değişkenleri arasındaki

ilişkilerin incelenmediği görülmüştür. Bu araştırmada, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlığın üniversite öğrencilerinin rekabetçi tutum özellikleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Ayrıca, bilişsel çarpıtmaların gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, zihin okuma ve yakınlıktan kaçınma alt boyutlarının ve kıskançlığın davranışsal duygusal ve bilişsel boyutlarının rekabetçi tutum özellikleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır.

Yöntem

Katılımcılar

Araştırma, 2007–2008 Eğitim Öğretim yılı güz döneminde Marmara Üniversitesi ve Doğuş Üniversitesinin farklı bölümlerinde okuyan 51’i kız; 56’sı erkek olmak üzere toplam 107 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Öğrencilerin yaşları 18–24 arasında değişmekte olup yaş ortalaması 22,3’tür ($S=2.31$).

Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları olarak Rekabetçi Tutum Ölçeği, İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği ve araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin bilgilerin elde edilmesi amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilmiş Kişisel Bilgi Formundan yararlanılmıştır.

Rekabetçi Tutum Ölçeği

Akbayırılı ve Aydın (2000) tarafından geliştirilen rekabetçi tutum ölçeği 23 maddeden oluşan 5’li Likert tipi bir ölçektir. Ölçekte yer alan ifadelere verilen tepkiler “Tamamen katılıyorum” “çoğunlukla katılıyorum” “karasızım” “pek katılmıyorum” “hiç katılmıyorum” biçiminde olmak üzere derecelendirilmektedir. Ölçekte her bir ifadeye “hiç katılmıyorum” diyenler 1; “tamamen katılıyorum” diyenler” 5 puan alacak biçimde puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 113, en düşük puan 23’tür. Ölçekten alınan yüksek puan, bireylerin rekabetçi tutum özelliğine sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin standart alfa iç tutarlılık katsayıları .88 ile .93 arasında değişmektedir. Bu bulgular iç tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin iki yarım güvenirliği iki yarıda eşit sayıda madde bulunmadığından bu amaçla kullanılan Horst formülünden yararlanılarak belirlenmiştir. Elde edilen iki yarım güvenirlik katsayıları .91 ve .93'tür.

İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği

Hamamcı ve Kılınç (2002) tarafından geliştirilen, ilişkilerle ilgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği (İBÇÖ), 19 bilişsel çarpıtma ifadesinden oluşmaktadır. Ölçekte, "Yakınlıktan Kaçınma" (8 madde), "Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi" (8 madde) ve "Zihin Okuma" (3 madde) olmak üzere üç boyut bulunmaktadır. Bu ölçekte yer alan ifadeler verilen tepkiler; "tamamen katılıyorum", "oldukça katılıyorum", "kısmen katılıyorum", "çok az katılıyorum" ve "hiç katılmıyorum" biçiminde olmak üzere beş basamaklı Likert tipinde derecelendirilmektedir. Bilişsel çarpıtma içeren bir ifadeye "hiç katılmıyorum" diyenler 1; "tamamen katılıyorum" diyenler 5 puan alacak biçimde tek yönlü puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 95, en düşük puan 19'dur. Ölçekten alınan yüksek puan, bireylerin ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalara sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin güvenirliği iç tutarlılık ve test tekrar test yöntemleri ile belirlenmiştir. Ölçeğin tümü için iç tutarlılık katsayısı .67'dir. Her bir alt boyut için ayrı ayrı incelendiğinde; birinci alt boyut için .73; ikinci alt boyut için .66; üçüncü alt boyut için .49 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin 92 öğrenciye on beş gün ara ile uygulanması ile belirlenen test tekrar test korelasyon katsayıları ölçeğin tümü için .74; birinci alt boyut için .70; ikinci alt boyut için .74; üçüncü alt boyut için ise .74 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin ölçüt geçerliği için Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği, Otomatik Düşünceler Ölçeği ve Çatışma Eğilimi Ölçeği ile olan korelasyonu incelenmiştir. Korelasyon katsayısı, Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ile .52; Otomatik Düşünceler Ölçeği ile .54; Çatışma Eğilimi Ölçeği ile .53 olarak bulunmuştur. İBÇÖ'nün geneli üzerinden değerlendirildiğinde diğer ölçeklerle olan korelasyonu olumlu ve anlamlıdır ($p < .01$). İBÇÖ'nün belirlenen "Yakınlıktan Kaçınma" ve "Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi" faktörlerinin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Çatışma Eğilimi Ölçeği arasında .01 düzeyinde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. İBÇÖ'nün "Zihin Okuma" faktörü ile aynı ölçüt değişkenler arasında ise .05 düzeyinde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. İBÇÖ ile ölçüt olarak alınan ölçekler arasında bulunan korelasyonların ölçeğin

geneli ve ilk iki faktörü için orta ya da yüksek düzeyde, üçüncü faktör için istatistiksel olarak anlamlı olmasına karşın görece olarak düşük düzeyde olduğu ifade edilmektedir.

Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği

Pfeiffer ve Wong (1987) tarafından geliştirilen Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği 24 maddeden oluşan 7'li likert tipi bir ölçektir (Akt. Karakurt, 2001). Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması Karakurt (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte, "Bilişsel Kıskançlık" (7 madde), "Duygusal Kıskançlık" (8 madde) ve "Davranışsal Kıskançlık" (9 madde) olmak üzere üç boyut bulunmaktadır. Yapılan güvenilirlik çalışmaları sonucunda alt ölçeklerin güvenilirliklerinin .80 ile .90 arasında değişen değerlere sahip olduğu bulunmuştur. Ölçeğin geçerlik çalışmaları sonucunda ise bilişsel kıskançlık alt ölçeğine ilişkin cronbach alfa değeri .91; davranışsal ve duygusal kıskançlık alt ölçeğine ilişkin cronbach alfa değerleri .86 olarak bulunmuştur (Karakurt, 2001).

İşlem

Araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ile Rekabetçi Tutum Ölçeği, İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği ve Çok Boyutlu Kıskançlık Ölçeği araştırmacıların verdiği ortak bir yönerge ile uygulanmıştır. Uygulama üniversite öğrencileri ile ders saatinde gerçekleştirilmiştir. Uygulama esnasında sadece uygulamaya yer verilmiş ve başka hiçbir etkinlik yapılmamıştır. Uygulama ortalama 25 dakika sürmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 13.0 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaların ve çok boyutlu kıskançlık değişkenlerinin rekabetçi tutum özelliklerini ne derece yordadığını test etmek için çoklu regresyon analizi tekniği kullanılmıştır.

SONUÇLAR

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin istatistiksel çözümlenmelerine ilişkin bilgiler ve istatistiksel çözümlenmeler sonucunda elde edilen bulgular tablolar halinde gösterilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin rekabetçi tutum özellikleri, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaları ve çok boyutlu kıskançlık düzeylerine ilişkin puan ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1: Rekabetçi Tutum Özellikleri, İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar ve Çok Boyutlu Kıskançlık Değişkenlerinin Puan Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Değişkenler	N	X	S
Rekabetçi Tutum	97	69.66	8.40
Bilişsel Çarpıtmalar	97	54.38	10.74
<i>Yakınlıktan Kaçınma</i>	97	19.58	5.63
<i>Gerçekçi Olmayan İlişki Beklentisi</i>	97	25.29	5.97
<i>Zihin Okuma</i>	97	9.52	2.63
Çok Boyutlu Kıskançlık	97	90.07	23.13
<i>Duygusal Boyutta Kıskançlık</i>	97	21.49	12.31
<i>Davranışsal Boyutta Kıskançlık</i>	97	25.46	12.48
<i>Bilişsel Boyutta Kıskançlık</i>	97	41.87	6.41

Tablo 1’de görüldüğü üzere, rekabetçi tutum ölçeğinden alınan puanların ortalaması 69.66 ve standart sapması 8.40; bilişsel çarpıtmalar ölçeğinden alınan puanların ortalaması 54.38 ve standart sapması 10.74 olarak bulunmuştur. Bilişsel çarpıtmalar ölçeğinin alt ölçekleri olan yakınlıktan kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ve zihin okuma ölçeklerinden alınan puanların ortalamaları sırasıyla 19.58, 25.29, 9.52 ve standart sapmaları 5.63, 5.97, 2.63 olarak hesaplanmıştır. Çok boyutlu kıskançlık ölçeğinden alınan puanların ortalaması 90.07 ve standart sapması 23.13 olarak bulunmuştur. Çok boyutlu kıskançlık ölçeğinin alt ölçekleri olan duygusal kıskançlık, davranışsal kıskançlık ve bilişsel kıskançlık ölçeklerinden alınan puanların ortalamaları sırasıyla 21.49, 25.46 ve 41.87 ve standart sapmaları 12.31, 12.48 ve 6.41 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 2’de öğrencilerin ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalarının ve çok boyutlu kıskançlık düzeylerinin rekabetçi tutum özelliklerini yordama amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 2: İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmaların ve Çok Boyutlu Kıskançlık Değişkenlerinin Rekabetçi Tutum Özelliklerini Yordama Amacıyla Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	β	Standart Hata β	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	41.461	7.336		5.652	.000		
topBÇ	.374	.139	.280	2.694	.008	.251	.268
topÇBK	.136	.065	.219	2.108	.038	.197	.212
R = .426	F= 10.394						
R ² = .181	p=.000						

Tablo 2’de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaları ve çok boyutlu kıskançlık düzeyleri ile rekabetçi tutum özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($R = ,426$ $R^2= ,181$ $p < .001$). İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık değişkenleri rekabetçi tutum özelliklerinin toplam varyansının % 18’ini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaların ($\beta = .280$, $t(2, 94) = 2.694$, $p < .01$) ve çok boyutlu kıskançlığın ($\beta = .219$, $t(2,94) = 0.038$, $p < .05$), rekabetçi tutum özellikleri üzerinde anlamlı bir yordayıcılığı olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3’de ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar değişkeninin alt boyutlarının rekabetçi tutum özelliklerini yordama amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 3: İlişkilere İlişkin Bilişsel Çarpıtmalar Değişkeninin Alt Boyutlarının Rekabetçi Tutum Özelliklerini Yordama Amacıyla Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	β	Standart Hata β	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	46.898	7.113		6.593	.000		
top BÇYK	.470	.259	.184	1.815	.073	.175	.185
top BÇIB	.703	.254	.293	2.772	.007	.265	.276
top BÇZO	.020	.550	.004	.037	.970	.004	.004
R = .390	F= 5.564						
R ² = .152	p=.001						

Tablo 3’de görüldüğü üzere ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar değişkeninin alt boyutlarından gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ile rekabetçi tutum özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($R = ,390$ $R^2= ,152$ $p < .01$). İlişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmaların alt boyutları olan yakınlıktan

kaçınma ve zihin okuma gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ile birlikte rekabetçi tutum özelliklerinin toplam varyansının % 15'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi alt boyutunun ($\beta = .293$, $t(3,93)=2.772$, $p<.01$), rekabetçi tutum özellikleri üzerinde anlamlı bir yordayıcılığı olduğu; yakınlıktan kaçınma ve zihin okuma alt boyutlarının önemli bir yordayıcıyı etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 4'te çok boyutlu kıskançlık değişkeninin alt boyutlarının rekabetçi tutum özelliklerini yordama amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 4: Çok Boyutlu Kıskançlık Değişkeninin Alt Boyutlarının Rekabetçi Tutum Özelliklerini Yordama Amacıyla Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	β	Standart Hata β	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	55.084	9.400		5.860	.000		
topÇBKDUY	.149	.120	.127	1.234	.220	.120	.127
topÇBKDAV	.268	.114	.250	2.357	.021	.229	.237
topÇBKBİL	.206	.224	.092	.920	.360	.089	.095
R = .349		F= 4.291					
R2= .122		p=.007					

Tablo 4'de görüldüğü üzere çok boyutlu kıskançlık değişkeninin davranış boyutu ile rekabetçi tutum özellikleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($R = .349$ $R^2 = .122$ $p < .05$). Çok boyutlu kıskançlık değişkeninin bilişsel ve duygusal alt boyutu, davranışsal boyut ile birlikte rekabetçi tutum özelliklerinin toplam varyansının % 12'ini açıklamaktadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, çok boyutlu kıskançlığın davranışsal alt boyutunu ($\beta = .250$ $t(3,93)=2.357$, $p < .05$) rekabetçi tutum özellikleri üzerinde anlamlı bir yordayıcılığı olduğu; çok boyutlu kıskançlığın duygusal ve bilişsel alt boyutlarının önemli bir yordayıcıyı etkiye sahip olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

TARTIŞMA

Bu araştırmada, ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlığın üniversite öğrencilerinin rekabetçi tutum özellikleri üzerindeki

etkisi incelenmiştir. Bununla birlikte, bilişsel çarpıtmaların gerçekçi olmayan ilişki beklentisi, zihin okuma ve yakınlıktan kaçınma alt boyutları ile kıskançlığın davranışsal duygusal ve bilişsel boyutlarının rekabetçi tutum özellikleri üzerindeki etkisi araştırılmıştır.

Araştırma verilerinin analizine göre ilişkilere ilişkin bilişsel çarpıtmalar ve çok boyutlu kıskançlık değişkenlerinin rekabetçi tutum özelliklerini anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Bir başka deyişle, bilişsel çarpıtmalar ve kıskançlık rekabetçi tutumun ortaya çıkmasında belirleyici faktörlerdir. Bu sonuç kıskançlık ve rekabet duygularının birbirleri ile etkileşim içinde olduğunu öneren çalışmalar (Bers ve Rodin, 1984; Demirtaş, 2004) ile paralellik göstermektedir. Yine rekabet, kıskançlık ve sosyal ilişkiler arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaya (Morbid ve ark, 2005) göre, kıskançlık ve beraberinde gelen rekabet duygusunun, bireyin kendisine rakip gördüğü kişilerle olan ilişkilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Bir diğer araştırma da rekabet duygusunun bireyin içinde bulunduğu ortama yabancılaşmasına neden olduğunu belirtmektedirler (Kılınç ve Sevim, 2005). Özetle, bütün bulgular kıskançlık ve bilişsel çarpıtmaların rekabetçiliği ortaya çıkarmada belirleyici bir rol oynadığına işaret etmektedir.

Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu da bilişsel çarpıtmaların alt boyutu olan gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin rekabetçi tutum özelliklerini anlamlı bir şekilde yordadığı; yakınlıktan kaçınma ve zihin okuma alt boyutlarının rekabetçi tutum özelliklerini belirlemede yordayıcılık özelliği taşımadığını göstermektedir. Bu noktada gerçekçi olmayan ilişki beklentisinin tek başına rekabetçi tutumu ortaya çıkardığı söylenebilir. Bunun olası nedeni literatürde de belirtildiği gibi, akılcı olmayan düşüncelerin kişilerin tüm yaşam durumlarına yansması ve diğer insanlarla olan ilişkilerini etkilemesidir (Corey, 2001). Nitekim Broemer ve Diehl (2003), yaptıkları çalışmada bireylerin iletişimde buldukları kişilerden daha iyi olma isteğine sahip olduklarını ve diğer kişileri geride bırakma isteğiyle birlikte gelen rekabet duygusundan hoşlandıklarını vurgulamışlardır.

Son olarak araştırmadan elde edilen bir başka bulguya göre, çok boyutlu kıskançlığın davranışsal alt boyutunun rekabetçi tutum özelliklerini etkilediği; ancak duygusal ve bilişsel alt boyutlarının belirleyici faktörler olmadığı belirlenmiştir. Açıkçası rekabetin temelinde bulunan kıskançlık duygusu bir başka deyişle rakibinden daha başarılı ve üstün olma çabası bireyin sergilemiş olduğu davranışlarda görülmektedir. Bu durum Harris (2004)'in çalışmasında

da görülmektedir. Kıskançlığın bilişsel boyutunda yaşanan olumsuz düşünce ve duyguların davranış boyutunda sözel saldırganlık olarak kendini göstermektedir. Buna ek olarak, Easton, Schipper ve Shackelford (2007) tarafından yapılan başka bir araştırmada da aşırı kıskanç olan insanların düşüncelerinin gerçeklikten uzaklaştığı ve bunun da davranışlarına olumsuz olarak yansıdığı belirtilmektedir.

Bütün bu sonuçlar, bilişsel çarpıtmalar ve kıskançlık değişkenlerinin rekabetçiliği etkileyen önemli faktörler olabileceğini göstermektedir. Günümüz eğitim sistemi öğrencileri, iş dünyası ve metropol şehirlerin koşulları bireyleri, rekabete zorunlu olarak yöneltirken birçok problemi de (başarısızlık, uyum ve iletişim problemleri, rekabet, kıskançlık) beraberinde getirmektedir. Bu problemlerin giderilmesi ve bireylere sağlıklı iletişim becerileri kazandırılması noktasında alanda çalışan uzman kişilere (öğretmenler, psikolojik danışmanlar, psikologlar) önemli görevler düşmektedir. Bunun için başta öğrenciler olmak üzere, eğitimcilere, ailelere konuyla ilgili bilgilendirici seminerler verilebilir, grup rehberlik etkinlikleri düzenlenebilir ve yarışmacı değil; işbirliğini destekleyici bir anlayış kazandırılması için çalışmalar yapılabilir.

Bu araştırmada ele alınan rekabetçi tutum özellikleri ve beraberinde getirdiği kıskançlık duygusunun yaşamın birçok alanında etkili olduğu dikkate alındığında, bu kavramların diğer araştırmacılar tarafından farklı değişkenlerle ele alınarak incelenmesi, kavramlar hakkında daha ayrıntılı bilgi edinilmesini sağlayacaktır. Elde edilen bu sonuçlar doğrultusunda iş, eğitim ya da spor alanı gibi birçok alanda görülen rekabetçi tutumun bireyin kişisel gelişimini destekleyici yönde geliştirilecek müdahale programların yararlı olabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Akbayırılı, Y., & Aydın, B. (2000). Bir Ölçek Geliştirme Çalışması: Rekabetçi Tutum Ölçeği (RTÖ): Geliştirilmesi, Güvenirliliği ve Geçerliliği. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 12, 9-24.
- Aydın, B. (1996). Benlik kavramı ve ben şemaları. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 8, 40-41.
- Beck, A. (2001). *Bilişsel terapi temel ilkeler ve ötesi*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği.
- Beck, A. ve ark. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: The Guilford Press.
- Bers, S. A., & Rodin, J. (1984). Social-comparison jealousy: A developmental and motivational study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47 (4), 766-779.

- Broemer, P., & Diehl, M. (2003). Romantic jealousy as a social comparison outcome: When similarity stings. *Journal of Experimental Social Psychology*, 40, 393-400.
- Corey, G. (2001). Theory and practice of counseling and psychotherapy. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Demirtaş, A. (2004). *Yakın ilişkilerde kıskançlık bireysel, ilişkisel ve durumsal değişkenler*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Demirtaş, A. (2002). Kıskançlığın evrimi. *Bilim Teknik Dergisi*, İstanbul.
- Easton, J.A., Schipper, L. D., & Shackelford, T.K. (2007). Morbid jealousy from an evolutionary psychological perspective. *Evolution and Human Behavior*, 28, 399-402.
- Guerrero, L. K., Trost, M. R., & Yoshimura, S. M. (2005). *Romantic jealousy: Emotions and communicative responses*. Unpublished Doctoral Dissertation, Arizona State University.
- Gündüz, B. (2006). Öğretmenlerde akılcı olmayan inançların kişisel ve mesleki değişkenlere göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(11), 75-95.
- Hamamcı, Z. (2002). *Ergenlerin yalnızlık düzeyleri ve kişiler arası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Harris, C. R. (2004). The Evolution of Jealousy. *American Scientist*, 92, 62-71.
- Karakurt, G. (2001). The Impact of Adult Attachment Styles on Romantic Jealousy. Unpublished Doctoral Dissertation. ODTU. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kılınç, H., & Sevim, S.A. (2005). Ergenlerde yalnızlık ve bilişsel çarpıtmalar. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38(2), 67-89.
- Köknel, Ö. (1997). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Köroğlu, E. (2005). *Düşünsel Duygulanımcı Davranış Terapisi*, Ankara: HYB Yayıncılık.
- Mathes, E.W., Adams, H.E., & Davies, R. M. (1985). Jealousy: Loss of relationship rewards, loss of self-esteem, depression, anxiety, and anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48 (6), 1552-1561.
- Mobini, S., Pearce M., Grant, A., Mills, J., & Yeomans, M. R. (2006). The relationship between cognitive distortions, impulsivity and sensation seeking in a non-clinical population sample. *Personality and Individual Differences*, 40, 1153-1163.
- Oğuz, N. (1999). *Üniversite öğrencilerinde bilişsel çarpıtmalar ve uyum sorunları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Özer, K. (2000). *Duygusal Gerilimle Baş Edebilme: Ben Değeri Türyakiliği*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Parrot, G.W. (1991). The emotional experiences of envy and jealousy. In . P. Salovey (Eds), *The psychology of jealousy and envy*. Guilford Press.
- Pierson, S. G. (1990). The competitiveness questionnaire measure of two components of competitiveness. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*. 23, 108-115.

- Riskind, J.H., & Wilson, D.W. (1982). Interpersonal attraction for the competitive person: Unscrambling the competition paradox. *The Journal of Social Psychology*, 12(6), 444-452.
- Salovey, P., & Rodin, J. (1986). The differentiation of social-comparison jealousy and romantic jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(6), 1100-1112.
- Savaşır, I., & Yıldız, S. (1996). Depresyonun bilişsel- davranışçı tedavisi. *Bilişsel- Davranışçı Tedaviler*. 17-49.
- Szentagotai, A., & Freeman, A. (2007). An analysis of the relationship between irrational beliefs and automatic thoughts in predicting distress. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 7(1), 1-9.
- Yenidünya, A. (2005). Lise öğrencilerinde rekabetçi tutum, benlik saygısı ve akademik başarı ilişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.

YAZIŞMA ADRESİ:

Asude Malkoç

Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi

Eğitim Bilimleri Bölümü. PDR Anabilim Dalı

34722 Kuyubaşı/İSTANBUL

e-mail: asude.malkoc@marmara.edu.tr