

Ön Ergenlerin Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Mantıkdışı İnançlar ve Problem Çözme Becerisi ile İlişkisinin İncelenmesi¹

Eda Ceren YILDIZ

Işık Üniversitesi, Türkiye

edayildiz92@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-1882-5030>

Zekeriya Deniz AKTAN

Işık Üniversitesi, Türkiye

deniz.aktan@isikun.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0003-1757-2024>

Eda YARDIMCI

Işık Üniversitesi, Türkiye

edayardimci@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-0645-9563>

Öz

Bu araştırmanın amacı, iki boyutuyla incelenen mükemmeliyetçilik kavramının ergenlik döneminde ilk işaretlerini veren mantıkdışı inanç düzeyi ile problem çözme becerisi üzerindeki yordayıcı etkilerini incelemektir. 384 katılımcının bulunduğu bu araştırmanın örneklemini 11-15 yaş arası ilköğretim ikinci kademedeki öğrenim gören 6. 7. ve 8. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmada katılımcıların problem çözme, mantıkdışı inançlar ve mükemmeliyetçilik düzeylerini değerlendirmek

¹ Bu çalışma “Ön Ergenlerin Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Mantıkdışı İnançlar ve Problem Çözme Becerisi İle İlişkisinin İncelenmesi” isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

* Geliş Tarihi / Received: 27.12.2020 - Kabul Tarihi / Accepted: 27.04.2021

DOI: 10.17932/IAU.AIT.2015.012/ait_v07i1004

için sırasıyla; Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği (OOMÖ), Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği (EMİÖ) ve Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (ÇPÇE) kullanılmıştır. Ayrıca sosyo-demografik özelliklerin değerlendirilmesi için de Sosyodemografik Özellikler Veri Formu kullanılmıştır. Temel hipotezlerin analizinden elde edilen bulgulara göre; olumlu mükemmeliyetçiliğin ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmüştür ($p < .05$).

Anahtar Kelimeler: *Ergenlik Dönemi, Mükemmeliyetçilik, Mantıkdışı İnançlar, Problem Çözme Becerisi*

Relationship between Positive and Negative Perfectionism Levels of Pre-Adolescents, Irrational Beliefs and Problem Solving Skills

Abstract

The aim of this study is to examine the predictive effects of the concept of perfectionism, which is examined in two dimensions, on the level of irrational belief that gives its first signs during adolescence and problem-solving skills. The sample of this study, which includes 383 participants, is the 6th, 7th and 8th grade students studying at the second level of primary education between the ages of 11-15. In order to evaluate the participants' problem solving, irrational beliefs and perfectionism levels, respectively; The Positive and Negative Perfectionism Scale (PNPS), the Irrational Beliefs Scale for Adolescents (EMES) and the Problem-Solving Inventory for Children (CPA) were used. In addition, the Sociodemographic Characteristics Data Form was used to evaluate sociodemographic characteristics. According to the findings obtained from the analysis of basic hypotheses; positive perfectionism and negative perfectionism have been found to have a significant predictive effect on irrational beliefs and problem-solving skills ($p < .05$).

Key words: *Adolescence, Positive Perfectionism, Negative Perfectionism, Irrational Beliefs, Problem Solving Skill*

Giriş

Ergenlik, fiziksel ve duygusal değişimlerin neden olduğu, cinsel ve psiko-sosyal gelişimle başlayan ve kişinin bağımsızlık, benlik ve sosyal anlamda üretkenlik edindiği bir dönemdir (Derman, 2008). Yaklaşık olarak 11-14 yaş aralığı olarak kabul edilen ön ergenlik dönemi, depresyon, kaygı, utanç gibi rahatsız edici duyguların türediği ve duygusal patlamalara eşlik eden uyumsuz davranışlarının gözlemlendiği bir dönemdir (Çivitçi, 2005). Dolayısıyla ergenlik, çocukluktan yetişkinlik dönemine doğru ilerleme ile birlikte bireyin hayatında hızlı değişimlerin olduğu zorlu bir yaşam dönemi olarak tanımlanabilir. Bu dönemde fiziksel, bilişsel, duygusal ve hormonal değişimlerin ani bir şekilde yaşanması, kişilik yapısının da bu değişimlerden etkilenmesi sebebiyle gelişim açısından oldukça önemlidir (Steinberg, 2007).

Gelişim döneminde olan bireylerin davranışları çevresel faktörler tarafından şekillenmektedir. Dolayısıyla bireylerin tutumları sosyal çevresi tarafından eleştiri veya takdir alabilmektedir. Kusursuz olma ve en iyiyi elde etme çabaları ergenlik çağının önemli unsurlarından biri olarak ifade edilmiştir (Erözkan, 2009). Ergenlik çağında kimlik bulma çabası içinde olan bireyler sosyal çevrelerinin kendileri hakkında yaptıkları yorumları dikkate alarak birtakım yüksek standartlar oluşturabilmektedir. Bu standartlar doğrultusunda ise bireyler kusursuz yapılarını ortaya çıkartabilmektedir (Camadan, 2009).

Literatürde mükemmeliyetçiliğin kesin bir tanımı olmasa da araştırmacılar tarafından belirli özellikleri tanımlanmıştır. Bunlar arasında en belirgin olanı kişisel performans standartlarının yüksek olmasıdır. Mükemmeliyetçilik, kusursuzluk çabası içinde olmaktır. Mükemmeliyetçi bireyler, yaşamlarının bütününde mükemmel olmak isterler (Flett ve Hewitt, 2002). Bireyin yaşamında var olan her şeyin sürekli biçimde bir düzen içerisinde olması, kendisine ve diğerlerine yönelik gerçekçi olmayan standartlar belirleme isteği içerisinde olması 'mükemmeliyetçilik' olarak ifade edilmektedir (Litauer ve Litauer, 1998). Blatt, (1995)mükemmeliyetçiliğin kökenlerinin çocukluk dönemi gelişim deneyimlerinde yattığını öne sürmüştür ve mükemmeliyetçi kişilik özelliğinin gelişmesinde ebeveyn-çocuk ilişkisinin önemli bir rol oynadığını ifade etmiştir (Enns ve vd., 2002). Ayrıca aileler ve öğretmenler tarafından empoze edilen kusursuz iş yapma algısı erken yaşlarda mükemmeliyetçi kişilik özelliğine zemin hazırlamaktadır (Kottman ve Ashby, 2000).

Mükemmeliyetçi bireylerin yüksek beklentilere sahip olmasında ebeveynlerinin eleştirisi ve beklentileri çok etkilidir. Ailelerin, çocuklarında oluşturdukları gerçektışı talepler öğrencilerin “eğer mükemmel olmazsam ailem bana değer göstermez” gibi akılcı olmayan inançlar oluşturmalarına ve kişilik yapılarının mükemmeliyetçi olarak gelişmesine sebep olabilmektedir (Erözkan, 2009).

Mükemmeliyetçilik tutumları daha çok üniversite öğrencilerinde ve yetişkinlerde incelenmiş, mükemmeliyetçiliğin çocuklukta başlayıp yetişkinlik dönemine kadar devam eden gelişim süreci net bir şekilde ifade edilmemiştir (Kottman ve Ashby, 2000). Ergenlerde ise mükemmeliyetçilik tutumları sadece olumsuz tarafı ile ele alınmıştır. Mükemmeliyetçilik kavramı ile ilgili literatüre bakıldığında ortak kabul görmüş bir tanım bulunmamaktadır. Mükemmeliyetçiliğin olumlu yanlarının olduğu kadar psikolojik sorunlara yol açabilen, olumsuz yanlarının net bir şekilde farklılaşmaması bu duruma sebep olarak gösterilebilir (Ortar, ve vd.; 2018 akt. Flett ve Hewitt, 2005).

Alan yazına bakıldığında, araştırmacıların bazıları mükemmeliyetçiliğin olumsuz tarafına odaklanmışlardır (Burns, 1980; Frost ve vd. 1990; Parker, 2000; Hewitt ve Flett, 1991; Stöberve Joorman, 2001). Buna karşın son dönemlerde mükemmeliyetçiliğin olumlu ve olumsuz iki boyutu da kabul edilmektedir (Ashby ve Rice, 2002; Kottman, 2000; Parker, 2000; Schuler, 2000; Silverman, 2007). Olumlu mükemmeliyetçilik, uyumlu veya sağlıklı mükemmeliyetçilik olarak, olumsuz mükemmeliyetçilik ise uyumsuz veya işlevsel olmayan/nevrotik mükemmeliyetçilik olarak tanımlanabilir. Bunlar arasındaki en temel nokta aralarındaki ayrımdır (Bieling ve vd. 2004; 1374). Olumlu mükemmeliyetçilik boyutu, kendisine yüksek hedefler ve standartlar koyan, başarı sonucunda mükâfat alma çabası içinde olan, sergilediği performanstan tatmin olan ve yetenek ve becerilerinin farkında olan bireyleri içerirken; olumsuz mükemmeliyetçilik boyutu ulaşılmaz derecede ve gerçekçi olmayan standartlar belirleyen, kendi performansından memnun olmayan veya zevk almayan ve yetenekleri konusunda kararsızlık ve kaygı yaşayan bireyleri içerir (Enns ve vd. 2002, s.922).

Ellis (2000), bireye rahatsızlık hissi veren bütün duyguların üç ana mantıksız inançtan bir tanesiyle ya da üçüyle ilişkili olduğunu söylemektedir. Buna göre bireyin kendi yaşamında oluşturmuş olduğu “mecburiyetler, uygun olmayan talepler ve meli, malı”ları içeren cümleler mantıkdışı inançları

oluşturmaktadır (Akt. Çivitçi, 2003a). Kendal'a (1993) göre yaşamları üzerinde etkisi olan problem çözme becerisinde yetersiz kalan ergenler bilişsel çarpıtmalara sahiptir (Akt. Ağır, 2007). Yaşları sebebiyle çocuklar ve ergenler deneyimleri az olduğu için problemleri çözerken yoğun güçlükler yaşamaya adaydır. Yardım almadan bu problemleri çözmeleri oldukça zordur. Bu güçlük bireylerin problem çözme konusundaki yetersizliklerinden ya da mantıkdışı inançlara sahip olmalarından kaynaklanabilir. Problemlerle etkin başa çıkabilmeyi olumsuz etkileyen faktör bireylerin akılcı olmayan inançlara sahip olmasıdır (Aysan ve Bozkurt, 2004). Mantıkdışı inançlar, bireylerin kendi yaşamlarında önemsedikleri kişiler tarafından çocukluk döneminden itibaren aktarılan olumsuz düşüncelerdir. Bireyler bu inançları ve düşünceleri kendi kendine de geliştirebilmekte ve sürekli tekrarlayarak kalıcı olmasına zemin hazırlayabilmektedir. Ayrıca bireyler mantıkdışı inançları fark etmekte güçlük çektiklerinden dolayı da bu düşünceleri devam ettirmek durumunda kalırlar (Corey, 1991).

Ellis'e (2002) göre kişinin mükemmellik arayışı içinde olması, yaptıklarında başarılı olma isteği bireyin kendini mutlu ve ödüllendirilmiş hissiyatını yaşamasını sağlamaktadır. Aslında 'mükemmel olmalıyım' inancı irrasyoneldir ve kişinin başarısızlığa neden olan davranışlarıyla sonuçlanır; çünkü hata yapmamak için oluşan kaygının artması hata yapma ihtimalini arttırmaktadır. Burns, (1980) "ya hep ya hiç" düşünme tarzına sahip olan mükemmeliyetçi bireylerin bilişsel olarak mantıkdışı inanç üretmeye eğilimli olduklarını ifade etmiştir. Mükemmeliyetçi olan birey, kendisi için belirlemiş olduğu standartlara ya da hedeflere ulaşamadığında olumsuz bir takım duygu ve düşüncelerle karşılaşabilmektedir. Mantıkdışı inançların mükemmeliyetçi kişiliğin gelişiminde ciddi bir rolü bulunmaktadır (Dilmaç ve vd. 2009). Ön ergenlik döneminde somut dönemden yeni yeni soyut döneme geçebeyin soyut bir şekilde düşünmekte zorlanır ve olaylara tek bir bakış açısıyla (ya öyle ya böyle) bakma eğilimi gösterebilir. Bu durum mükemmeliyetçi bakış açısının artmasına zemin hazırlamaktadır (Çivitçi, 2005).

Bireyin amacına ulaşmaya çalıştığı sırada karşılaştığı engellerle mücadele etme süreci olaraktanımlanan problem çözme, erken yaşlarda öğrenilmesi gereken bir beceridir. Problem çözme becerisinin geliştirilebilmesi kişinin zaman, emek ve çabasını gerektirir (Bingham, 2004: 25). Problem çözme, bireyin yaşantısındaki deneyimlerinden elde ettiği bilgilerden faydalanarak alternatif çözüm yollarını araması olarak tanımlanmaktadır. Bir diğer

deyişle yaşanan probleme yönelik en uygun alternatif çözüm yollarını şekillendiren bir düşünce olarak da ifadeedilmektedir (Aydoğan, 2012).

Burns ve Fedewa, (2004) yaptıkları araştırmada, olumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip olan bireylerin stresli oldukları zaman gösterdikleri başa çıkma stratejilerinin olumsuz olduğunu ve düşünme yapılarının da yetersiz olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, olumlu mükemmeliyetçiliğe sahip bireylerin yaşadıkları problemlere etkin çözümler bulmaya çabaladıklarını belirtmişlerdir (Akt. Kahraman, 2013). Mükemmeliyetçi kişiliğe sahip bireyler yaptıkları işin sonucunda başarıyı yakalamış olsalar bile o başarıdan tatmin olmazlar ve hep daha fazlasını isterler. Yaptıkları işi tekrar tekrar değerlendirerek kendi kusurlarını görmezden gelirler. Ayrıca bu kişiler başarısız olmaktan korktukları için yeni bir işi deneyimlemeyi tercih etmemektedirler. Dolayısıyla bu durumlar kişilerin problem çözme becerilerini de etkileyebilmektedir (Tuncer, 2006).

Parto ve Besharat, (2011) yaptıkları çalışmada 914 ergende öz-yeterlilik ve problem çözmenin ruh sağlığı ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmanın sonucuna göre; öz-yeterliliğin ve problem çözmenin zihinsel sağlığın doğrudan güçlü belirleyicileri olduğu ve öz-yeterlilik ile zihinsel sağlık ve problem çözme arasındaki ilişkide etkili ve yetersiz başa çıkmanın aracılık ettiği ortaya konmuştur. Ağır'ın (2007) 251 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırmada öğrencilerin bilişsel çarpıtma düzeyleri ile problem çözme becerileri ve umutsuzluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmanın bulgularına göre; üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmaları arttıkça problem çözme konusundaki kendine güven düzeyleri düşmektedir.

Literatürde mükemmeliyetçilik, mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerilerinin kendi aralarında ya da farklı değişkenler ile ilişkilerinin incelenmesine rağmen üç değişkenin de birarada bulunduğu çalışmaya rastlanmamıştır. Söz konusu çalışmaların ağırlıklı olarak yetişkin örneklemelere odaklandığı ve özellikle çocukluk döneminde söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı araştırma bulunduğu görülmektedir. Diğer yandan alan yazındaki bu çalışmaların mükemmeliyetçilik kavramını tek boyutuyla ele aldığı, özellikle ergenlik döneminde bu kavramın olumlu ve olumsuz boyutlarıyla ergenlerin davranış paternleri üzerindeki olası etkilerine odaklanmadıkları görülmektedir. Dolayısıyla bu araştırmanın amacı, ön ergenlerdeki olumlu ve olumsuz

mükemmeliyetçiliğin, mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi ile ilişkisini incelemektir. Bu araştırmayla birlikte mükemmeliyetçiliğe eğilimi her iki boyutuyla birlikte değerlendirilmesinin yanı sıra, bu kavramın ilköğretim dönemindeki çocuklara olası etkilerine odaklanıldığından literatürün bu alandaki karanlığınabir ışık tutacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini, İstanbul il sınırları içinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı İlköğretim II. Kademe 6. 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören 11-15 yaş aralığındaki öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem, İstanbul ili Beşiktaş ilçesinde bulunan devlet okulundan 200 kişi, Beykoz ve Büyükçekmece ilçelerinde bulunan özel okullardan 183 kişi olmak üzere 383 kişi olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada örneklem grubunu oluşturan öğrencilerden ve velilerinden gerekli verileri elde etmek amacıyla Öğrenciler için Kişisel Bilgi Formu, Veliler için Kişisel Bilgi Formu, Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği (OOMÖ), Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği (EMİÖ) ve Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (PÇE) kullanılmıştır.

Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu

Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu araştırmaya katılan öğrencilerin kişisel özelliklerihakkında bilgi toplamak için hazırlanmıştır. Yaş, cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, ailede kaçınıcı çocuk oldukları ve anne/babaların birlikte olma durumlarına ilişkin kişisel maddeler yer almaktadır. Sosyodemografik Özellikler ve Veri Formu 6 maddeden oluşmaktadır.

Sosyodemografik Özellikler Veli Formu

Sosyodemografik Özellikler Veli Formu araştırmaya katılan öğrencilerin velilerinin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak için oluşturulmuştur. Sosyodemografik Özellikler Veli Formunda ailenin geliri, anne/baba eğitim düzeyi, anne / babanın sağ-ölü olma durumu ve psikiyatrik tedavide ilaç kullanma durumuna ilişkin 6 madde yer almaktadır.

Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği (OOMÖ)

Araştırmada ilköğretim ikinci kademedeki okuyan ön ergenlerin olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerini ölçmek amacıyla Kırdök (2004) tarafından geliştirilen ‘Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği’ kullanılmıştır. Toplam 17 maddeden oluşan ölçeğin, olumlu mükemmeliyetçilik (10 madde), olumsuz mükemmeliyetçilik (7 madde) olmak üzere iki alt faktörü vardır. Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ölçeğinin (OOMÖ) alt boyutlarından olan olumlu mükemmeliyetçilikten (10 madde) alınabilecek puan 10-40 arasında, olumsuz mükemmeliyetçilik (7 madde) alt ölçeğinden alınabilecek puan ise 7-28 arasında değişmektedir. Bunun yanı sıra her iki alt ölçekte de alınacak puan yükseldikçe, mükemmeliyetçilik düzeyi artmaktadır (Kırdök, 2004). OOMÖ, 1-4 arasında puanlanan likert tipi bir ölçek olup toplam puanı bulunmamaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığını gösteren Cronbach alfa değerleri Olumlu Mükemmeliyetçilik için .81, Olumsuz Mükemmeliyetçilik için .78 olarak bulunmuştur. Bizim örneklemimizle yapılan güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach alpha değeri ise Olumlu Mükemmeliyetçilik alt ölçeği için .86, Olumsuz Mükemmeliyetçilik alt ölçeği için .82 olarak bulunmuştur.

Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği (EMİÖ)

Bu araştırmada ön ergenlerin mantıkdışı inanç düzeylerini belirlemek için Çivitçi (2003a) tarafından geliştirilen ‘Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği’ kullanılmıştır. Başarı, Saygı ve Rahatlık Talebi olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmakta ve 21 maddelik 5’li likert tipi derecelemeye dayalı seçenekler bulunmaktadır. Bu seçenekler; (1) Hiç katılmıyorum, (2) Biraz katılıyorum, (3) Kararsızım, (4) Çoğunlukla katılıyorum, (5) Tamamen katılıyorum şeklindedir. Başarı talebi alt ölçeğinde 8 madde (1,3,6,7,10,13,16,19); rahatlık talebi alt ölçeğinde yedi madde (5,8,9,14,17,20,21) ve saygı talebi alt ölçeğinde altı madde (2,4,11,12,15,18) bulunmaktadır. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe mantıkdışı inançlar da yükselmektedir. Ölçeğin iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayıları da toplam puan için .71, başarı talebi alt ölçeği için .62, rahatlık talebi alt ölçeği için .61 ve saygı talebi alt ölçeği için

.57’dir. Bizim örneklemimiz ile yapılan güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach alpha değeri toplam puan için .76, alt boyutları olan Başarı Talebi için .71, Rahatlık Talebi için .73, Saygı Talebi için .76 olarak bulunmuştur.

Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (PÇE)

Bu ölçek, ilköğretim dördüncü, beşinci, altıncı, yedinci ve sekizinci sınıflara uyarlanabilmekte ve Serin, Bulut-Serin ve Saygılı (2010) tarafından geliştirilmiştir. Problem Çözme BecerisineGüven (12 madde), Öz Denetim (7 madde) ve Kaçınma (5 madde) olmak üzere toplam üç altboyuttan ve 24 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin temelinde, Heppner ve Peterson'un (1982) belirttiği üzere problem çözme becerisine güven, kişisel kontrol ve kaçınma olarak üç alt boyuttan oluşmasına dikkat edilmiştir. Ölçek 5'li likert tipi seçenekleri içermektedir. Bu seçenekler; (1) Hiçbir zaman böyle davranmam, (2) Ender olarak böyle davranırım, (3) Arada sırada böyle davranırım, (4) Sık sık böyle davranırım, (5) Her zaman böyle davranırım şeklindedir. Olumsuz maddeler yukarıdaki seçeneklerin tam tersi şeklinde puanlanmaktadır. Puanlardaki artış bireyin problem çözme konusunda kendini algılayışının yükseldiğini, düşüş ise bireyin problem çözme konusunda kendini algılayışının düştüğünü işaret etmektedir. Ölçekten alınan toplam puan ortalamalarının yüksekliği, bireylerin problem çömede kendilerini algılayışlarının yüksek olduğunu göstermektedir. Envanterin tamamının cronbachalfa güvenilirlik katsayısının .80 olduğu saptanmıştır. Bizim örneklememiz ile yapılan güvenilirlik analizi sonucunda elde edilen Cronbach alpha değeri toplam puan için .87, Problem Çözme Becerisine Güven alt ölçeği için .84, Özdenetim alt ölçeği için .77, kaçınma alt ölçeği için .64 olarak belirlenmiştir.

İşlem

Araştırmanın planlanmasının ardından 29.01.19 tarihinde etik kurul onayı alındıktan hemen sonra araştırmanın örneklemini oluşturmak için İstanbul ili Beşiktaş ilçesinde bulunan devlet okulunun müdürü ile Beykoz ve Büyükçekmece ilçelerinde bulunan özel okulların müdürleri ve rehber öğretmenleriyle birlikte çalışma hakkında ön görüşme sağlanmıştır. Araştırmanın öğrencilere uygulanması için öncelikle uygun gün ve ders saatleri belirlenmiştir. Öncelikli olarak, öğrencilere araştırmaya katılabilmeleri için Ebeveyn Onay Formu dağıtılmıştır. 1 hafta sonra araştırmaya katılım için ebeveyninden onay alan ve kendi rızası ile araştırmaya katılmak isteyenlere belirlenen gün ve bir ders saatinde araştırmanın anketleri uygulanmış, uygulamayı yarıda bırakmak isteyen öğrenci olursa yarıda bırakabileceği bilgisi de hatırlatılmıştır. Ayrıca öğrencinin araştırmaya katılım isteği olsa bile ebeveyn onayı olmadan

araştırmaya dâhil edilemeyeceği bilgisi de verilmekle birlikte kişilerin hakları ihlal edilmeden sadece araştırma için kullanılacağı da belirtilmiştir. Bir ders saatinde uygulama bittikten sonra toplanan veriler SPSS veri analiz programında analiz edilmiştir.

Veri Analizi

Araştırmaya toplamda 383 katılımcı dâhil olmuştur. Katılımcılardan elde edilen veriler 'SPSS. 26.0 İstatistiksel Veri Analiz Programı' kullanılarak değerlendirilmiştir. Analizlere başlamadan önce veriler normal dağılım açısından incelenmiştir. Araştırma değişkenlerinin örneklem grubunda normallik dağılımının analizi için yapılan Basıklık-Çarpıklık değerleri kontrolünde bütün ölçeklerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bütün ölçekler ve alt ölçeklerde değerler -3, +3 arasında olduğundan kaynaklı normal dağılımı göstermektedir (George & Mallery, 2010). Uygulanan analizinde %95 güvenilirlik düzeyi esas alınmıştır. Araştırmanın temel hipotezlerinin analiz edilmesi sürecinde basit regresyon analizi, bağımsız örneklem için t-testi, tek faktörlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırma grubundaki özel okula giden öğrencilerin cinsiyet dağılımına baktığımızda; öğrencilerin %50.8'i kız, %49.2'si erkek olduğu gözlenmiştir. Öğrencilerin %21.3'ü 11 yaşında, %21.9'u 12 yaşında, %44.3'ü 13 yaşında, %12.6'sı 14 yaşında, %19.1'i 6.sınıf, %16.9'u 7.sınıf, %63.9'u 8.sınıfta öğrenim görmektedir. Kardeş sayısı dağılımını incelediğimizde; %26.8'inin 1 kardeşi, %52.5'inin 2 kardeşi, 14.2'sinin 3 kardeşi %3.8'inin 4 kardeşi, %2.2'sinin 5 kardeşi ve %0.5'inin 6 kardeşi var olduğu gözlenmiştir. Ailesinde 1. çocuk olan %52.5 kişi, 2. çocuk olan %37.5 kişi, 3. çocuk olan %7.0 kişi ve 4. çocuk ve üzeri olan %3.0 kişi vardır. %86.3'ü anne babası ile birlikte, %13.7'si annesiyle yaşamaktadır. Araştırma grubundaki özel okula giden öğrencilerin cinsiyet dağılımına baktığımızda; %45'i kız, %55'i erkek olduğu gözlenmiştir. Öğrencilerin %21.3'ü 11 yaşında, %21.9'u 12 yaşında, %44.3'ü 13 yaşında, %12.6'sı 14 yaşında, %19.1'i 6.sınıf, %16.9'u 7.sınıf, %63.9'u 8.sınıfta öğrenim görmektedir. Kardeş sayısı dağılımını incelediğimizde; %15.5'inin 1 kardeşi, %55'inin 2 kardeşi, 21.5'inin 3 kardeşi, %6.5'inin 4 kardeşi, %1.0'inin 5 kardeşi ve %0.5'inin 6 kardeşi var olduğu gözlenmiştir. Ailesinde 1. çocuk olan %52.5 kişi, 2. çocuk olan %37.5 kişi, 3. çocuk olan

%7.0 kişi, 4. çocuk ve üzeri olan %3.0 kişi vardır. %86.5'i anne babası ile birlikte, %11'i annesiyle yaşamakta, %2.5'i babasıyla yaşamaktadır.

Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Boyutları ile Ergenler İçin Mantıkdışı İnançlar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutları ile ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği ve alt boyutları puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. *Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği ile Ergenler İçin Mantıkdışı İnançlar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	Olumlu Mükemmeliyetçilik	Olumsuz Mükemmeliyetçilik
Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği	-.222**	.172**
Başarı Talebi	-0.005	.319**
Rahatlık Talebi	-.350**	.172**
Saygı Talebi	0.085	.120*

** $p < .01$, * $p < .05$

Tablo 1'de görüldüğü üzere; ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği toplam puanı ile olumlu mükemmeliyetçilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların mantıkdışı inanç düzeyleri yükseldikçe olumlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin düştüğü görülmüştür ($p < .01$). Ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği toplampuanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların mantıkdışı inançları yükseldikçe olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin de yükseldiği görülmüştür ($p < .01$).

Başarı talebi alt boyutu toplam puanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların başarı talebi alt boyutu arttıkça olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin de arttığı görülmüştür ($p<.01$).

Rahatlık talebi alt boyutu toplam puanı ile olumlu mükemmeliyetçilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların rahatlık talebi alt boyutu yükseldikçe olumlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin düştüğü görülmüştür ($p<.01$). Rahatlık talebi alt boyutu toplam puanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların rahatlık talebi alt boyutu yükseldikçe olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin de arttığı görülmüştür ($p<.01$). Saygıtalebi alt boyutu toplam puanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların saygı talebi arttıkça olumsuz mükemmeliyetçilik düzeylerinin de arttığı görülmüştür ($p<.01$).

Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Boyutları ile Çocuklar için Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik ölçeği alt boyutları ile çocuklar için problem çözme envanteri ve alt boyutları puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. *Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Alt Boyutları ile Çocuklar İçin Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	Olumlu Mükemmeliyetçilik	Olumsuz Mükemmeliyetçilik
Çocuklar için Problem Çözme Envanteri	.403**	-.430**
Problem Çözme Becerisine Güven	.474**	-.268**

Öz Denetim	.229**	-.415**
Kaçınma	-.271**	-.415**

** $p < .01$, * $p < .05$

Tablo 2’de görüldüğü üzere, olumlu mükemmeliyetçilik puanı ile çocuklar için problem çözme envanteri toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların olumlu mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça toplam problem çözme becerilerinin de arttığı görülmüştür ($p < .01$).

Olumsuz mükemmeliyetçilik puanı ile çocuklar için problem çözme envanteri toplam puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça toplam problem çözme becerilerinin düştüğü görülmüştür ($p < .01$).

Problem çözme becerisine güven alt boyutu toplam puanı ile olumlu mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların problem çözme becerisine güven alt boyutu yükseldikçe olumlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin de arttığı görülmüştür ($p < .01$). Problem çözme becerisine güven alt boyutu toplam puanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu başka bir deyişle katılımcıların olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça problem çözme becerisine güven alt boyutunun düştüğü görülmüştür ($p < .01$).

Öz denetim alt boyutu toplam puanı ile olumlu mükemmeliyetçilik puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların olumlu mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça öz denetim alt boyutunun da arttığı görülmüştür ($p < .01$). Öz denetim alt boyutu toplam puanı ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça öz denetim alt boyutunun düştüğü görülmüştür ($p < .01$).

Kaçınma alt boyutu toplam puanı ile olumlu mükemmeliyetçilik alt boyutu puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların olumlu mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça kaçınma alt boyutunun düştüğü görülmüştür ($p < .01$). Kaçınma alt boyutu toplam puanı

ile olumsuz mükemmeliyetçilik puanı arasındapozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu diğer bir deyişle katılımcıların olumsuz mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça kaçınma alt boyutunun da arttığı görülmüştür ($p<.01$).

Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları ile Çocuklar İçin Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği ve alt boyutları puanları ile çocuklar için problemçözme envanteri ve alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Pearsonkorelasyon analizi sonuçları Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3.*Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği ve Alt Boyutları Puanları ile Çocuklar için Problem Çözme Envanteri ve Alt Boyutları Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

	Çocuklar için Problem Çözme Envanteri	Problem Çözme Becerisine Güven	Öz Denetim	Kaçınma
Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği	-.213**	-.130*	-.183**	-.185**
Başarı Talebi	-.220**	-.128*	-.195**	-.192**
Rahatlık Talebi	-.372**	-.259**	-.257**	-.365**
Saygı Talebi	.139**	.108*	0.067	.159**

** $p<.01$, * $p<.05$

Tablo 3’te görüldüğü üzere; ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği toplam puanı ile Problem çözme envanteri puanı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların mantıkdışı inançları arttıkça problem çözme becerilerinin düştüğü görülmektedir ($p<.01$). Problem çözme becerisine güven alt boyutu, öz denetim alt boyutu ve kaçınma alt boyutu puanı ile ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği toplam puanı arasında negatif yönde ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların problem çözme becerisine güvenleri, öz denetimleri ve kaçınma davranışları arttıkça mantıkdışı inançlarının düştüğü görülmüştür ($p<.01$).

Başarı talebi alt boyutu toplam puanı ile problem çözme envanteri puanı, problem çözme becerisine güven, öz denetim ve kaçınma alt boyutları puanları arasında negatif yönde ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların başarı talepleri yükseldikçe problem çözme becerisine güvenleri, öz denetimleri ve kaçınma davranışlarının azaldığı görülmüştür ($p<.01$).

Rahatlık talebi alt boyutu toplam puanı ile problem çözme envanteri toplam puanı, problem çözme becerisine güven, öz denetim ve kaçınma alt boyutları puanları arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, diğer bir deyişle katılımcıların rahatlık talepleri arttıkça problem çözme becerilerinin düştüğü görülmüştür ($p<.01$).

Saygı talebi alt boyutu toplam puanı ile problem çözme envanteri toplam puanı, problem çözme becerisine güven ve kaçınma alt boyutları puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunduğu, başka bir deyişle katılımcıların saygı talepleri arttıkça problem çözme becerilerinin de arttığı görülmüştür ($p<.01$).

Değişkenler Arası Yordayıcı İlişkilerin Sınanması

Araştırmanın bu bölümünde olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin ergenler için mantıkdışı inançlar ölçeği ve alt boyutları ile çocuklar için problem çözme envanteri ve alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini analiz etmek amacı ile basit regresyon analiz kullanılmıştır. Araştırmanın yordayıcı değişkenleri olumlu/olumsuz mükemmeliyetçilik, yordanan değişkenleri ise mantıkdışı inançlar ve alt boyutları, çocuklar için problem çözme envanteri ve alt boyutları olarak belirlenmiştir.

Olumlu Mükemmeliyetçiliğin Mantıkdışı İnançlara Etkisi

Araştırmanın bu bölümünde olumlu mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ve alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini analiz etme amacıyla basit regresyon analiz adımları takip edilmiştir.

Tablo 4. *Olumlu Mükemmeliyetçiliğin Mantıkdışı İnançlara Etkisi*

Mantıkdışı İnançlar Ölçeği	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	3.466	.135		25.65	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik	-.196	.044	-.222	-4.442	<.001

Başarı Talebi		B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit		2.428	.197		12.335	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik		-.007	.064	-.005	-.102	.918
R ² = .049		p= .000				
F ₍₃₈₁₎ = 19,736						
Rahatlık Talebi		B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit		3.773	.193		19.592	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik		-.460	.063	-.350	-7.299	<.001
R ² = .000		p= .918				
F ₍₃₈₁₎ = .011						
Saygı Talebi		B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit		4.196	.224		18.700	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik		-.123	.073	-.085	-1.671	0.096
R ² = .123		p= .000				
F ₍₃₈₁₎ = 53.271						

Tablo 4 incelendiğinde, olumlu mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ($F(381)=19.736$, $p<.01$, $B= -.196$) ve rahatlık talebi alt boyutu ($F(381)=53.271$, $p<.01$, $B= -.460$) üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu ve mantık dışı inançlar üzerindeki varyansın %5'ini açıklarken rahatlık talebi alt boyutu üzerindeki varyansın yaklaşık %12'sini açıkladığı görülmektedir. Ayrıca olumlu mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar başarı talebi ve saygı talebi alt boyutları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir ($p>.05$).

Olumsuz Mükemmeliyetçiliğin Mantıkdışı İnançlara Etkisi

Araştırmanın bu bölümünde olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ve alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini analiz etme amacıyla basit regresyon analiz adımları takip edilmiştir.

Tablo 5. *Olumsuz Mükemmeliyetçiliğin Mantıkdışı İnançlara Etkisi*

Başarı Talebi	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	1.615	.127		12.736	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	.331	.050	.319	6.574	<.001
R ² = .102		p= .000			
F ₍₃₈₁₎ = 43.224					
Rahatlık Talebi	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	1.951	.138		14.175	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	.186	.055	.172	3.412	.001
R ² = .030		p= .001			
F ₍₃₈₁₎ = 11.642					
Saygı Talebi	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	4.169	.152		27.438	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	-.142	.06	-.120	-2.350	.019
R ² = .012		p= .019			
F ₍₃₈₁₎ = 5.523					

Tablo 5 incelendiğinde, olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar toplam puanı (F(381) =11.557, p<.01, B= .125), başarı talebi alt boyutu (F(381)= 43.224, p<.01, B= .331), rahatlık talebi alt boyutu (F(381) =11.642, p<.01, B= .186), saygı talebi alt boyutu (F(381)=5.523, p<.05, B= -.142) üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu ve mantık dışı inançlar üzerindeki varyansın %3'ünü, başarı talebi alt boyutu üzerindeki varyansın %10'unu, rahatlık talebi alt boyutu üzerindeki varyansın %3'ünü ve saygı talebi alt boyutu üzerindeki varyansın %1'ini açıkladığı görülmektedir.

Olumlu Mükemmeliyetçiliğin Problem Çözme Becerilerine Etkisi

Araştırmanın bu bölümünde olumlu mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisi ve alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini analiz etme amacıyla basit regresyon analizadamları takip edilmiştir.

Tablo 6. *Olumlu Mükemmeliyetçiliğin Problem Çözme Becerilerine Etkisi*

Problem Çözme Becerisi	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	2.406	.141		17.076	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik	.397	.046	.403	8.605	<.001
R ² = .163		p= .000			
F ₍₃₈₁₎ = 74.052					
Problem Çözme Becerisine Güven	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	2.035	.158		12.888	<.001
Olumlu Mükemmeliyetçilik	.543	.052	.474	10.511	<.001
R ² = .225		p= .000			
F ₍₃₈₁₎ = 110.486					
Öz Denetim	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	2.394	.208		11.497	<.001
Öz Denetim	B	Standart Hata	Beta	t	p
Olumlu Mükemmeliyetçilik	.313	.068	.229	4.590	<.001
R ² = .052		p= .000			
F ₍₃₈₁₎ = 21.069					

Tablo 6 incelendiğinde, olumlu mükemmeliyetçiliğin problem çözme toplam puanı ($F(381)=74.053$, $p<.01$, $B= .397$), problem çözme becerisine güven alt boyutu ($F(381) =110.486$, $p<.01$, $B= .543$), öz denetim alt boyutu ($F(381) =21.069$, $p<.01$, $B= .313$), kaçınma alt boyutu ($F(381) =30.252$, $p<.01$, $B= .334$) üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, problem çözme toplam puanları üzerindeki varyansın yaklaşık %19'unu, problem çözme becerisine güven alt boyutu üzerindeki varyansın %23'ünü, öz denetim alt boyutu üzerindeki varyansın %5'ini ve kaçınma alt boyutu üzerindeki varyansın %7'sini açıkladığı görülmektedir.

Olumsuz Mükemmeliyetçiliğin Problem Çözme Becerilerine Etkisi

Araştırmanın bu bölümünde olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisi ve alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini analiz etme amacıyla basit regresyon analiz adımları takip edilmiştir.

Tablo 7. *Olumsuz Mükemmeliyetçiliğin Problem Çözme Becerilerine Etkisi*

Problem Çözme Becerisi	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	4.429	.095		46.863	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	-.349	.038	-.430	-9.292	<.001
$R^2= .185$		$p= .000$			
$F_{(381)} = 86.338$					
Problem Çözme Becerisine Güven	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	4.265	.117		36.323	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	-.253	.047	-.268	-5.427	<.001
$R^2= .072$		$p= .000$			
$F_{(381)} = 29.448$					

Öz Denetim	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	4.450	0.132		33.648	0.000
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	-0.468	0.053	-0.415	-8.904	0.000
R ² = .172 p= .000					
F ₍₃₈₁₎ = 79.281					
Kaçınma	B	Standart Hata	Beta	t	p
Sabit	4.571	.124		36.748	<.001
Olumsuz Mükemmeliyetçilik	-.325	.049	-.320	-6.588	<.001
R ² = .102 p= .000					
F ₍₃₈₁₎ = 43.405					

Tablo 7 incelendiğinde, olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme toplam puanı (F(381) =86.338, $p<.01$, B= -0.349), problem çözme becerisine güven alt boyutu (F(381)=29.448, $p<.01$, B= -0.253), öz denetim alt boyutu (F(381) =79.281, $p<.01$, B= -0.468) ve kaçınma alt boyutu (F(381) =43.405, $p<.01$, B= -0.325) üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu, problem çözme toplam puanları üzerindeki varyansın yaklaşık %19'unu, problem çözme becerisine güven alt boyutu üzerindeki varyansın %7'sini, öz denetim alt boyutu üzerindeki varyansın %17'sini ve kaçınma alt boyutu üzerindeki varyansın %10'unu açıkladığı görülmektedir.

Tartışma

Bu araştırmanın temel amacı, ergenliğin doğası gereği çevre tarafından kabul görme ihtiyacı ve en iyiyi elde etme çabaları içinde olan bireylerin üzerinde oldukça önemli etkileri olan mükemmeliyetçiliğin, mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerileri ile olan ilişkisini incelemektir. Çalışmanın bu ilişkiye odaklanmasının nedeni ise literatürden elde edilen verilerde daha önce mükemmeliyetçilik ve mantıkdışı inançlar arasındaki ilişkiye (Dilmaç, Aydoğan, Koruklu ve Engin, 2009; Flett, Hewitt, Blankstein ve Koledin, 1991; Flett, Hewitt, ve Winnie-Cheng,

2008;) mükemmeliyetçilik ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye (Mısırlı, 2003 Özkara, 2015; Özyürek, Özkan, Begde, ve Yavuz, 2018; Saracaloğlu, Altay ve Eken, 2016; Toplu, 2013; Cheng, 2001; Hamarta, 2009) ve mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkiye (Bilge ve Arslan, 1999; Bilge ve ark., 2000; Altıntaş, 2006; Hamamcı ve Yıkılmaz, 2011; 2007; Eryüksel, 1996; Can, 2009; Uygur, 2018) odaklanan çalışmalara rastlanılmasına rağmen, mükemmeliyetçilik düzeylerinin mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi ile ilişkinin birlikte ele alındığı ve özellikle ergenlik dönemindeki bireylerde söz konusu ilişkilerin incelendiği araştırma sayısının kısıtlı olmasıdır.

Çalışmanın ilk ana hipotezinde olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutları ile mantıkdışı inançlar ve alt boyutları arasındaki ilişki basit regresyon analiziyle değerlendirilmiş ve bu yönde ‘Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği’ alt boyutlarından elde edilen puanların, ‘Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeği’ ve alt boyutlarından elde edilen puanlar üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Yapılan regresyon analizinden elde edilen sonuçlara göre, olumlu mükemmeliyetçiliğin katılımcıların mantıkdışı inançlar toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Bir sonraki adımda olumlu mükemmeliyetçiliğin mantık dışı inançlar ölçeği alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında ise olumlu mükemmeliyetçiliğin başarı talebi ve saygı talebi alt boyutları üzerinde anlamlı bir yordayıcı değilken, rahatlık talebi alt boyutunu anlamlı olarak yordadığı görülmüştür. Literatürde ergenler üzerinde olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar üzerindeki etkisini inceleyen araştırma bulunmamasına karşın Baytemir’in 2019 yılında yaptığı ve ebeveynlerin sınav kaygısının yordayıcıları olarak mantıkdışı inançlar ile olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliği incelediği araştırması bizim araştırmamız ile benzer bulgulara sahiptir. Araştırmaya göre mantıkdışı inançların olumsuz ve olumlu mükemmeliyetçilik ile pozitif yönde ilişkisinin bulunduğu ve mantıkdışı inançlar ile olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin ebeveyn sınav kaygısını anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır (Baytemir, 2019).

Bir diğer adımda olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantık dışı inançlar ölçeği ve alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında olumsuz mükemmeliyetçiliğin katılımcıların mantıkdışı inançlar toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bir sonraki adımda olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ölçeği alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında ise olumsuz mükemmeliyetçiliğin

başarı talebi, saygı talebi ve rahatlık talebi alt boyutları üzerinde deanlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Tüm bu bulgular doğrultusunda bizim araştırmamızın sonuçları literatürdeki sonuçlarla karşılaştırılmıştır. Dilmaç ve ark. (2009) tarafından yapılan araştırmada basit regresyon analizi kullanılarak mantıkdışı inançların (başarı talebi, saygı talebi, rahatlık talebi) toplam puanının mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarını (hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, aile beklentileri, ailesel beklentiler,düzen) yordayıp yordamayacağına bakılmıştır. Diğer bir deyişle, mantıkdışı inançların mükemmeliyetçiliğin alt boyutlarını yordayıp yordamadığına bakıldığından ötürü bulgular bizim araştırmamızın regresyon analizine göre ters düşmektedir. Tüm bu bilgiler doğrultusunda, bahsedilen araştırmamızın bulguları ile bizim araştırmamızın bulguları kesin olarak yorumlanamamaktadır. Flett ve diğerlerinin (2008) araştırmasından elde edilen bulguları incelediğimizde, mükemmeliyetçiliğin sadece sosyal yönelimli alt boyutu mantıkdışı inançların bütün alt boyutunu %12.4 yordamaktadır. Sosyal yönelimli mükemmeliyetçilikte kişi, başkalarının kendisi için gerçekçi olmayan standartlara sahip olduğu, onları katı bir şekilde değerlendirdikleri ve mükemmel olmaları için baskı uyguladıkları inancına sahiptir (Hewitt ve Flett, 1991). Bizim araştırmamızdan elde edilen bulgularla söz konusu araştırmamızın bulguları kıyaslandığında ise sosyal yönelimli mükemmeliyetçilik alt boyutu ile olumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutu tanım olarak benzerlik göstermekte olsa da her iki araştırmada da kullanılan mantıkdışı inançlar ölçeği alt boyutları birbirinden farklı olduğu için karşılaştırma yapmayı güçleştirmektedir.

Araştırmamızın ikinci ana hipotezinde olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik alt boyutları ile problem çözme envanteri ve alt boyutları arasındaki ilişki basit regresyon analizi ile değerlendirilmiş ve bu yönde “Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği” alt boyutlarından elde edilen puanların, “Çocuklar için Problem Çözme Envanteri” ve alt boyutlarından elde edilen puanlar üzerindeki yordayıcı etkisi incelenmiştir. Yapılan regresyon analizinin sonuçlarına göre olumlu mükemmeliyetçiliğin katılımcıların problem çözme becerisi toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bir sonraki adımda olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisi alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında ise olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisine güven, öz denetim ve kaçınma alt boyutları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde genel popülasyon üzerinde yapılan araştırmaya rastlanmamasına karşın Toplu ve Erden’in

2013 yılında üstün yetenekli ergenler ile yaptıkları çalışma bizim bulgularımız ile uyumludur. Çalışmaya göre uyum sağlayıcı olmayan (olumsuz) mükemmeliyetçi tutumlar ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönde ilişki bulunduğu saptanmıştır (Toplu ve Erden, 2013).

Bir diğer adımda olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme envanteri ve alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında ise olumsuz mükemmeliyetçiliğin katılımcıların problem çözme becerisi toplam puanları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bir sonraki adımda olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisi alt boyutları üzerindeki etkilerine odaklanıldığında ise olumsuz mükemmeliyetçiliğin problem çözme becerisine güven, öz denetim ve kaçınma alt boyutları üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Tüm bu elde edilen bulgular doğrultusunda literatüre bakıldığında, Özkara (2015) 187 üniversite öğrencisiyle yürüttüğü çalışmasında ‘Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği’ ve ‘Problem Çözme Envanterini kullanmıştır. Özkara’nın (2015) araştırmasında hem mükemmeliyetçilik toplam puanının PÇE üzerindeki etkisine hem de mükemmeliyetçiliğin alt boyutları (kişisel standartlar, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, ailesel eleştiri, aile beklentileri, düzen) puanlarının PÇE üzerindeki etkisi bakılmıştır. ÇBMÖ toplam PÇE toplam üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmaktadır. Ayrıca ÇBMÖ alt boyutları olan kişisel standartlar, hatalara aşırı ilgi, davranışlardan şüphe, ailesel eleştiri, aile beklentileri ve düzen PÇE toplam üzerinde anlamlı bir yordayıcı olmaktadır. Söz konusu araştırmada problem çözme envanterinin alt boyutları üzerindeki varyansa bakılmadığından ötürü bizim araştırmamızda elde edilen PÇE alt boyutları üzerinde elde edilen varyanslar kesin olarak tartışılmamaktadır. Ayrıca bahsedilen araştırma ile bizim araştırmamızdaki mükemmeliyetçiliğin olumsuz alt boyutlarının problem çözme envanteri toplam üzerindeki varyansın katsayıları birbirine yakın fakat farklı olmasından dolayı araştırmamızın bulgusu ile tutarlı değildir. Elde edilen bulguların birbirine tutarlı olmamasının her iki araştırmamızın da örneklem sayısının ve gruplarının farklı olmasından dolayı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda, ergenlik dönemi kendine özgü özellikleri olan bireyin fiziksel, bilişsel ve duygusal anlamda değişime uğradığı ve bu değişimin bireyde karmaşıklık yarattığı hassas ve fırtınalı bir dönem olarak kabul edilmektedir. Bu nedenle Aysan ve Bozkurt (2004), ergenlik döneminde bireyin birçok problemle karşı karşıya kalmakta olduğunu, problem çözme becerisi konusundaki yetersizliğinden

dolayı problemi çözmede güçlük çektiğini ve problemlerle başa çıkabilme becerisini olumsuz etkileyen faktörlerden birinin ergenlerin mantıkdışı inançlara sahip olması olduğunu söylemektedir. Bunun yanı sıra ön ergenlik dönemi mantıkdışı inançların sebep olduğu olumsuz duyguların yaşandığı bir evre olarak görülmele beraber bireylerin mantıkdışı inançlara sahip olması yaşadıkları olaylara sadece ‘iyi ya da kötü’ olarak değerlendirmesine neden olmaktadır (Dilmaç ve ark., 2009; Ellis, 1998). Bunun bir sonucu olarak bireyler, problemlerin çözümü esnasında zihinlerinde alternatif çözümlere yer verememekte ya da problemin çözümünden kaçınmaktadır. Tüm bu veriler değerlendirilip mükemmeliyetçiliğin problem çözme üzerindeki etkisini de göz önünde bulundurarak ebeveynlerin çocuklarına karşı mükemmeliyetçi beklentilerden uzakta durmasının ne kadar önemli olduğu bir kez daha ortaya çıkmaktadır.

Sonuç olarak, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçilik, mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi arasındaki ilişki değerlendirilerek mükemmeliyetçiliğin yordayıcı, mantıkdışı inançların ve problem çözme becerisinin yordanan olarak belirlendiği bu çalışmada, olumlu ve olumsuz mükemmeliyetçiliğin mantıkdışı inançlar ve problem çözme becerisi üzerinde yordayıcı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazındaki veriler incelendiğinde, yurtiçi ve yurtdışı araştırmalarında bizim araştırmamızın değişkenlerinin ayrı ayrı incelendiği çalışmalar sınırlı sayıda olsa da hepsinin bir arada ele alındığı herhangi bir çalışma ile karşılaşılmamıştır. Sınırlı sayıdaki araştırmanın varlığı göz önünde bulundurularak bu çalışmayla birlikte mükemmeliyetçiliği sadece sağlıksız yönü ile ele alan literatürdeki çalışmaların yanı sıra davranış kalıplarının ve kişiliğin şekillendiği ergenlik döneminde mükemmeliyetçiliğin her iki boyutunun da beraber ele alınmasının literatüre önemli bir katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Tüm bu veriler değerlendirildiğinde ön ergenlerde mükemmeliyetçi kişilik yapısının erken yaşlarda zemin hazırlanması adına terapistler atölyeler hazırlayarak çalışmalar yapabilir, okullardaki rehberlik birimleriyle işbirliği içinde hareket edebilir ve ebeveynlere de psiko eğitim verilebilirler. Ayrıca son dönemde popülerlik kazanan mindfulness uygulamaları uzmanlar tarafından okullarda belirli zaman aralıklarında gerçekleştirilerek mükemmeliyetçi tutuma sahip olan ve olmayan öğrencilere uygulanabilir.

Kaynakça

- Ağır, M. (2007). Üniserte Öğrencilerinin Bilişsel Çarpıtma Düzeyleri ile *Problem Çözme Becerileri ve Umutsuzluk Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ashby, J. S. & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 197-203.
- Aydoğan, Y. (2012). *Problem Çözme ve Problem Çözme Becerilerinin Desteklenmesi*. Özgünlük Yayıncılık, Ankara, 2. Baskı, 3-17.
- Aysan, F. & Bozkurt N. (2004). Okul Psikolojik Danışmanlarının Yaşam Doyumu, Stresle Başa Çıkma Stratejileri İle Olumsuz Otomatik Düşünceleri: İzmir İli Örneklemleri. XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya.
- Baytemir, K. (2019). Perfectionism, Irrational Beliefs, Need for Social Approval and Gender as Predictors of Parent Exam Anxiety. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 161-178.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L. & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36(6), 1373-1385.
- Bingham, A. (2004). Çocuklarda Problem Çözme Yeteneklerinin Geliştirilmesi. (Çev. A. F. Ođuzkan). 6. Baskı. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları
- Blatt, S. J., Quinlan, D. M., Pilkonis, P. A. & Shea, M. T. (1995). Impact of Perfectionism and Need for Approval on The Brief Treatment of Depression: The National Institute of Mental Health Treatment of Depression Collaborative Research Program Revisited. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 63(1), 125-132.
- Burns, D. D. (1980). The Perfectionist's Script for Self-Defeat. *Psychology Today*: 34-52.
- Fedewa, B. A., Burns, L. R. & Gomez, A. A. (2005). Positive and Negative Perfectionism and the Shame / Guilt Distinction: Adaptive and

- Maladaptive Characteristics. *Personality and Individual Differences*, 38(7), 1609-1619.
- Camadan, F. (2009). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Corey, G. (1991). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Pacific Grove, Calif: Brooks/Cole.
- Çivitçi, A. (2003a). Ergenler için Mantıkdışı İnançlar Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*.
- Çivitçi, A. (2005). Akılcı Duygusal Eğitimin İlköğretim Öğrencilerinin Mantıkdışı İnanç, Sürekli Kaygı ve Mantıklı Karar Verme Düzeylerine Etkisi. *Ege Eğitim Dergisi (6)2*, 59-80.
- Derman, O. (2008). Ergenlerde Psikososyal Gelişim. *Sempozyum Dizisi. No:63,19-2*.
- Dilmaç, B., Aydoğan, D., Koruklu, N. & Engin, D. M. (2009). İlköğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin Mantıkdışı İnançlarla Açıklanabilirliği. *İlköğretim Online*, 8(3),720-728.
- Ellis, A. (2000). Can Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Be Effectively Used With People Who Have Devout Beliefs in God And Religion? *Professional Psychology: Research and Practice*, 31(1), 29.
- Ellis, A. (2002). The Role of Irrational Beliefs in Perfectionism. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*. Washington: American Psychological Association, 217-229.
- Erözkan, A. (2009). İlköğretim Sekizinci Sınıf Öğrencilerinde Depresyonun Yordayıcıları. *İlköğretim Online* 8(2), 334-345.
- Enns, M. W., Cox, B. J. & Clara, I. (2002). Adaptive and Maladaptive Perfectionism: Developmental Origins and Association with Depression Proneness. *Personality and Individual Differences*, 33, 921-935.

- Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism: Theory, Research and Treatment. Perfectionism And Maladjustment: An Overview of Theoretical, Defitional, And Treatment Issues. Washington: American Psychological Association, 5-31.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L. & Cheng, W. M. W. (2008). Perfectionism, Distress, and Irrational Beliefs in High School Students: Analyses with an Abbreviated Survey of Personal Beliefs for Adolescents. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 26(3), 194-205.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10a ed.) Boston: Pearson.
- Heppner, P. P. & Petersen, C. H. (1982). The Development and Implications of a Personal Problem-Solving Inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29(1), 66.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association with Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Kahraman, S. (2013). Üstün Yetenekli 6, 7 ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanlarına Göre Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi, İstanbul.
- Kendall, P. C. (1993). Cognitive-Behavioral Therapies with Youth: Guiding Theory, Current Status, and Emerging Developments. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(2), 235.
- Kottman, T. & Ashby, J. (2000). Perfectionistic Children and Adolescents: Implications for School Counselors. *ASCA, Professional School Counseling*, 3, 182-187.
- Kırdök, O. (2004). *Olumlu ve Olumsuz Mükemmeliyetçilik Ölçeği Geliştirme Çalışması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana.

- Litauer, F. & Litauer, M. (1998). *Kişilik Bulmacası: Birlikte Çalıştığımız İnsanları Anlamak*. (Çev. H. D. Çelik). İstanbul. Sistem Yayıncılık.
- Mısırlı-Taşdemir, Ö. (2003). Üstün Yetenekli Çocuklarda Mükemmeliyetçilik, Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Ortar, M., Dönmez, D. & Uzel, B., (2018). Orta Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin Benlik Algılarının Mükemmeliyetçilik Düzeylerini Yordama Gücü. *Humanitas Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12): 235-254.
- Özkara, G. (2015). *Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Psikolojik İyi Olma Hali Arasındaki İlişki ve Problem Çözme Becerisine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parker, W. D. (2000). Healthy Perfectionism in the Gifted. *Journal of Secondary Gifted Education*, 11(4), 173-182.
- Parto, M. & Besharat, M. A. (2011). The Direct and Indirect Effects of Self-Efficacy and Problem Solving On Mental Health in Adolescents: Assessing the Role of Coping Strategies as Mediating Mechanism. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 639-643.
- Serin, O., Bulut-Serin, N. & Saygılı, G. (2010). İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri'nin (ÇPÇE) Geliştirilmesi. *İlköğretim Online*, 9(2), 446-458.
- Schuler, P. A. (2000). *Voices of perfectionism: Perfectionistic gifted adolescents in a rural middle school*. Diane Publishing.
- Silverman, L. K. (2007). Perfectionism: The crucible of giftedness. *Gifted Education International*, 23(3), 233-245.
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*, Çev. F. Çok, H. Ercan, M. Artar, E. Uçar, S. A. Sevim, M. Bağlı, A. Apay, T. Şener, R. Parmaksız, C. Satman, T. Yiğit, E. G. Kapçı, İmge Yayınevi, Ankara.
- Stöber, J. & Joormann, J. (2001). Worry Procrastination and Perfectionism: Differentiating Amount of Worry, Pathological Worry, Anxiety and

Depression. *Cognitive Therapy and Research*, 25(1), 49-60.

Toplu, E. Y. & Erden, G. T. D. (2013). *Üstün Yetenekli Ergenlerde Görülen Mükemmeliyetçi Tutumlar Ve Problem Çözme Becerilerinin Psikolojik İyilik Hali İle İlişkisi*, Doctoral Dissertation, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji (Uygulamalı/Klinik) Anabilim Dalı.

Tuncer, B. (2006). *Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Ankara