

A Multidimensional Approach to Self-Criticism: Development of the Self-Criticism Scale and Investigation of Its Psychometric Properties

Mücahit Yılmaztürk, Turkish Ministry of National Education, ORCID ID: 0000-0001-9366-7290
Halil Ekşi, Marmara University, ORCID ID: 0000-0001-7520-4559

Abstract

The aim of this research is to develop a scale to determine the self-criticism levels of adults and to examine their psychometric properties. This study, using quantitative research methods, was conducted with 675 adults (18-61 years old) (x_m : 25.95; x_{sd} : 6.91). The collected data were analyzed with SPSS 25 and AMOS 24 statistical programs. As a result of the study, the "Self-Criticism Scale" consisting of 30 items and 3 sub-dimensions was obtained. According to the results of the exploratory factor analysis, the three-factor structure explains 48.93% of the total variance. In the analysis made in line with the reliability studies, the Cronbach alpha internal consistency coefficient of the scale was determined as 910 for the destructive self-criticism sub-dimension, .884 for the constructive self-criticism sub-dimension, and .806 for the insufficient self-criticism sub-dimension. As a result of the independent groups t-test performed to determine the discrimination of the scale items, a significant difference was found between the lower and upper groups for all scale items ($p < .000$). In addition, it is seen that the values of the goodness of fit obtained as a result of the confirmatory factor analysis are within the appropriate reference ranges ($\chi^2/sd=2.472$; $RMSEA=0.066$; $SRMR=0.07$; $IFI=0.961$; $CFI=0.955$; $GFI=0.924$). The findings obtained as a result of the study reveal that the Self-Criticism Scale (SCS) can be used as a valid and reliable measurement tool in determining the self-criticism levels of adults.

Keywords: Self-Criticism, Destructive Self-Criticism, Constructive Self-Criticism, Insufficient Self-Criticism, Adult, Scale Development



Inonu University
Journal of the Faculty of
Education
Vol 23, No 2, 2022
pp. 1151-1181
DOI:10.17679/inuefd.1055950

Article Type
Research Article

Received
10.01.2022

Accepted
03.09.2022

Suggested Citation

Yılmaztürk, M. & Ekşi, H. (2022). A multidimensional approach to self-criticism: Development of the self-criticism scale and investigation of Its psychometric properties. *Inonu University Journal of the Faculty of Education*, 23(2), 1151-1181. DOI: 10.17679/inuefd.1055950

This research was produced from a master's thesis studied in 2021.

EXTENDED ABSTRACT

Introduction

Self-criticism is defined as “judgment or autocriticism that a person makes about his/her own behavior” (TDK, 2020). Self-criticism, which is the subject of many fields, such as psychology, education, art and politics, corresponds to a very important point on the personality structure of individuals. When the concept of self-criticism is examined in the context of psychology, it is seen that many researchers today accept self-criticism as an effective personality tendency in the emergence of psychopathology and psychosocial disorders (Castilho, Pinto-Gouveia, & Duarte, 2015). For example, according to Kopala-Sibley and Zuroff (2017), self-criticism is characterized by a weak sense of self-worth, guilt, failure, and excessive anxiety about social status. Some researchers have suggested that self-critical tendencies stem from the cold, rejecting and critical parental attitudes encountered in early childhood (Blatt, Shahr, & Zuroff, 2001; Thompson & Zuroff, 1999). Besides this, self-criticism is seen as necessary in East Asian societies with collective characteristics (Kitayama & Markus, 2000). For example, in East Asian societies, self-criticism is a necessary experience for well-being and social cohesion (Kitayama & Markus, 2000). Heine, Lehman, Markus, and Kitayama (1999) stated that self-criticism is one of the defining features of Japanese culture and that self-critical orientations are encouraged from the early stages of life. From the point of view of Turkish culture, self-criticism has been defined as an objective evaluation of oneself and always taking a principled, open and honest attitude towards one's mistakes (Turşak, 2017).

Although self-criticism can be experienced universally, it differs for each individual in terms of its form, severity and consequences (Whelton & Henkelman, 2002). In a sense, self-criticism is a subjective view of the individual towards himself (Uzun, 2009, p.10). At this point, it is important to examine self-criticism within the framework of cultural differences, so that the concept can be discussed on the right ground. In this direction, it is thought that the Adult Self-Criticism Scale, which will handle self-criticism with a multidimensional approach that is sensitive to cultural codes, will make significant contributions to the literature.

Purpose

In the literature review, no measurement tool specific to Turkish culture was found, which was developed to measure the self-criticism levels of individuals. From this point of view, it is thought that an original and up-to-date measurement tool that is sensitive to our cultural codes for self-criticism should be developed and brought to the literature. In this context, the main purpose of the study is to develop a valid and reliable scale suitable for Turkish culture to determine the self-criticism levels of adults and to examine its psychometric properties.

Method

A general survey model was used in this study. The survey model aims to describe any situation that exists in the past or present as it is (Fraenkel & Wallen, 2006). The study group of the study consists of 675 adults (18-61 years old). In this study, the "Personal Information Form" was used together with the Self-Criticism Scale developed during the scale development process, and the "Short Psychological Resilience Scale" was used for criterion validity. During the research process, the scale development stages in the literature were followed. The data

collected during the scale development stage were analyzed with SPSS 25 and AMOS 24 statistical programs. Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) and Bartlett's tests were used to test the suitability of data obtained from individuals. Then, within the scope of validity studies, exploratory factor analysis (EFA) and confirmatory factor analysis (CFA) were performed. In addition, the Cronbach Alpha coefficient of internal consistency for scale reliability was calculated for each sub-dimension. To determine the reliability of the scale, t-test, criterion validity, and test-retest methods were also performed for the difference between the upper and lower groups.

Findings

As a result of the exploratory factor analysis using varimax rotation for the scale items, a 3-dimensional structure of 30 items emerged. This three-factor structure explains 48.93% of the total variance. The factor loads of the items in the scale range from “.53” to “.78”. It is seen that the values of goodness of fit obtained as a result of the confirmatory factor analysis performed later are also within the appropriate reference ranges ($\chi^2/df=2.472$; RMSEA=0.066; SRMR=0.07; IFI=0.961; CFI=0.955; GFI=0.924). In the analysis made in line with the reliability studies, the Cronbach alpha coefficient of internal consistency of the scale was determined as ,910 for the destructive self-criticism sub-dimension, ,884 for the constructive self-criticism sub-dimension and ,806 for the insufficient self-criticism sub-dimension. As a result of the independent samples t-test performed to determine the discrimination of the scale items, a significant difference was found between the lower and upper groups for all scale items ($p<.000$). In addition, when the test-retest correlation coefficients of the self-criticism scale are examined, it is seen that the result is ,87 for destructive self-criticism, ,84 for constructive self-criticism, and ,86 for insufficient self-criticism. These values indicate that the scale is reliable. The findings obtained as a result of the research reveal that the Self-Criticism Scale (SCS) can be used as a valid and reliable measurement tool in determining the self-criticism levels of adults.

Discussion & Conclusion

When the literature is examined, it is seen that the concept of self-criticism is discussed in terms of various theoretical approaches and its relationship with many different variables is examined. Öngen (2006) stated that the Depressive Experiences Questionnaire (Blatt, D'afflitti, & Quinlan, 1976) was used in most of the experimental studies examining the relationship between self-criticism and depression. In addition, there are measurement tools developed by researchers from various cultures such as Thompson and Zuroff (2004), Tarmizi et al., (2019) to measure self-criticism levels. However, in the literature, there is no Turkish culture-specific measurement tool developed to measure the self-criticism levels of individuals. This measurement tool developed in this context was applied to 675 adult individuals. The findings obtained as a result of the validity and reliability analyzes reveal that it can be used as a valid and reliable measurement tool in determining the self-criticism levels of adults.

Öz Eleştiriye Çok Boyutlu Yaklaşım: Öz Eleştiri Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Mücahit Yılmaztürk, Milli Eğitim Bakanlığı, ORCID ID: 0000-0001-9366-7290
Halil Ekşi, Marmara Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0001-7520-4559

Öz

Bu araştırmanın amacı, yetişkin bireylerin öz eleştiri düzeylerini belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirmek ve psikometrik özelliklerini incelemektir. Nicel araştırma yöntemlerinin kullanıldığı bu çalışma 675 yetişkin (18-61 yaş) birey ile gerçekleştirilmiştir (x_{ort} : 25,95; x_{ss} : 6,91). Toplanan veriler, SPSS 25 ve AMOS 24 istatistik programları ile analiz edilmiştir. Çalışma sonucunda 30 madde ve 3 alt boyuttan oluşan "Öz Eleştiri Ölçeği" elde edilmiştir. Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucuna göre üç faktörlü yapı toplam varyansın %48,93'ünü açıklamaktadır. Güvenirlik çalışmaları doğrultusunda yapılan analizde ölçeğin Cronbach alpha iç tutarlık katsayısı yıkıcı öz eleştiri alt boyutu için ,910 yapıcı öz eleştiri alt boyutu için ,884 ve yetersiz öz eleştiri alt boyutu için ,806 olarak belirlenmiştir. Ölçek maddelerinin ayırt ediciliğini belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda tüm ölçek maddeleri için alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<,000$). Ayrıca yapılan doğrulayıcı faktör analizi sonucu elde edilen uyum iyiliği değerlerinin uygun referans aralıklarında olduğu görülmektedir ($\chi^2/sd=2,472$; $RMSEA=0,066$; $SRMR=0,07$; $IFI=0,961$; $CFI=0,955$; $GFI=0,924$). Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, Öz Eleştiri Ölçeği (ÖEÖ)'nin, yetişkin bireylerin öz eleştiri düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Öz Eleştiri, Yıkıcı Öz Eleştiri, Yapıcı Öz Eleştiri, Yetersiz Öz Eleştiri, Yetişkin, Ölçek Geliştirme



İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 23, Sayı 2, 2022
ss. 1151-1181
DOI:10.17679/inuefd.1055950

Makale Türü
Araştırma Makalesi

Gönderim Tarihi
10.01.2022

Kabul Tarihi
03.09.2022

Önerilen Atıf

Yılmaztürk, M. & Ekşi, H. (2022). Öz eleştiriye çok boyutlu yaklaşım: Öz eleştiri ölçeğinin geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 1151-1181. DOI: 10.17679/inuefd.1055950

Bu araştırma 2021 yılında çalışılan bir yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Öz Eleştiriye Çok Boyutlu Yaklaşım: Öz Eleştiri Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi

Eleştiri hayatımızın her noktasında karşılaştığımız bir kavramdır. Bireyler günlük hayatta yaşadıkları olumsuzluklar sonucunda çevresine yönelik eleştirilerde bulunabilmektedir. Bu eleştiriler kimi zaman eksik ve hatalı yönleri ortaya çıkararak doğru sonuca ulaşmaya yardımcı olurken kimi zaman da süreklilik kazanıp yıkıcı ve zedeleyici boyutlara ulaşabilir. Peki, çevremize yönelttiğimiz bu eleştiri oklarını kendimize çevirdiğimizde neler değişiyor? Kendimizi eleştirmekten olayın iç yüzünü göremediğimiz ya da başkalarını suçlamaktan kendimize bakmaya vakit mi bulamadığımız zamanlar oluyor mu? Yoksa olayların olumlu ve olumsuz taraflarını gerçekçi bir zeminde ele alıp kendimize yönelik yapıcı eleştirilerde bulunabiliyor muyuz? Bu gibi sorular öz eleştiri kavramının mahiyeti hakkında fikir vermesi açısından önem arz etmektedir.

Her bilim dalı, kelimeler vasıtasıyla hedef, amaç ve yöntemini ifade etmiş olur (Sezgin, 2019). Ayrıca herhangi bir bilim dalında, ilerleme ve uzmanlaşmanın gerekliliklerinden biri de kavramlara hâkim olmaktır (Kahraman, 2017). Kavramlara yönelik hâkimiyet, ilgili çalışmalarda kavramların doğru bir şekilde ele alınmasına ve incelenmesine imkan sağlayacaktır. Bu durum kültüre duyarlı bir kavram olan öz eleştiri (İng. self-criticism) için de geçerlidir. Alanyazında farklı araştırmacılar öz eleştiriye farklı şekillerde kavramsallaştırmışlardır (Shahar vd., 2015). Bu noktada Leary ve Tangney (2013) özellikle psikoloji ve sosyolojide self (benlik) kavramının kullanımıyla ilgili ciddi sorunlar olduğunu ifade etmiştir. Kişinin kendisine ilişkin algı ve tutumlarının toplamı olarak değerlendirilen benlik, çok boyutlu bir kavramdır (Marshall, 1989; Wall, 1986). Turşak (2020) öz eleştiri kavramının evrensel bir tanımının olmamasının, İngilizcede “self” kelimesinin birçok anlama gelmesinden kaynaklandığını belirtmiştir. Bu bağlamda öz eleştiriye yönelik kültürel açıdan farklı yaklaşımları incelemek kavramı doğru bir şekilde anlamlandırmak açısından önem taşımaktadır (Okan, 2021). TDK (2020)’ye göre öz eleştiri “Bir kişinin kendi davranışları üzerine yönelttiği yargı, otokritik.” olarak tanımlanmaktadır. Bununla birlikte öz eleştiri, içe dönük eleştiri ya da nefis muhasebesi anlamlarında da kullanılmaktadır (Benlioğlu, 2016). Psikoloji, eğitim, sanat, siyaset vb. birçok alanın inceleme konusu olan öz eleştiri, bireylerin kişilik yapısı üzerinde çok önemli bir noktaya tekabül eden bir kavramdır.

Öz eleştiri kavramı psikoloji bilimi bağlamında incelendiğinde, günümüzde birçok araştırmacının öz eleştiriye, psikopatolojinin ve psikososyal bozuklukların ortaya çıkmasında etkili bir kişilik eğilimi olarak kabul ettiği görülmektedir (Castilho vd., 2015). Örneğin, Shahar vd., (2015) öz eleştiriye, bireylerin kendilerini olumsuz veya sert bir şekilde yargıladıkları bir öz değerlendirme süreci olarak ele almaktadır. Bu noktada öz eleştiri bireylerin kendine yönelik değerlendirmelerinin olumsuz boyutunu temsil etmektedir (Doğan, Sapmaz ve Çötök, 2013). Öz eleştiri kavramının psikopatoloji ile ilişkisini inceleyen bilim insanlarının başında S. Blatt gelmektedir. Blatt (2004) yüksek düzeyde öz eleştirinin kişilik özelliği olduğunu ifade etmektedir. Bu noktada öz eleştirel kişilik özelliği gösteren bireylerin benlikleriyle ilgili değersizlik, başarısızlık ve suçluluk üzerine değerlendirmeleri mevcuttur (Erkoç, 2017). Birtakım araştırmacılar öz eleştirel eğilimlerin erken çocukluk döneminde karşılaşılan soğuk, reddedici ve eleştirel ebeveyn tutumlarından kaynaklandığını öne sürmüştür (Blatt, Shahar ve Zuroff, 2001; Thompson & Zuroff, 1999). Bununla birlikte literatürdeki birçok çalışmada şiddetli ve yıkıcı öz eleştiri depresyon, sosyal fobi vb. psikolojik rahatsızlıklarla ilişkilendirilmiştir (Cox,

Clara ve Enns, 2009; Zuroff, 1992; Carhart-Harris vd., 2008). Ayrıca Holle ve Ingram (2008)'e göre psikopatolojide yaygın olan öz eleştiri duygusal bozukluklarla bağlantılıdır.

Bununla birlikte son dönemde öz eleştirinin uyarlanabilir yönlerinin de olduğunu ve kültürel bağlamda incelenmesi gerektiğini vurgulayan çalışmalar da yapılmaktadır (Okan, 2021). Bu noktada özellikle Batı ve Doğu kültürlerinde öz eleştirinin farklı şekillerde ele alındığı görülmektedir. Örneğin, Doğu Asya toplumlarında öz eleştiri iyilik hali ve sosyal uyum için gerekli deneyimlerdir (Kitayama ve Markus, 2000). Heine, Lehman, Markus ve Kitayama (1999) öz eleştirinin Japon kültürünün tanılayıcı özelliklerinden biri olduğunu ve öz eleştirel yönelimlerin yaşamın erken dönemlerinden itibaren teşvik edildiğini ifade etmiştir. Ayrıca Kitayama ve Markus (2000)'a göre Doğu Asya kültüründe bireyin kendisine yönelik eleştirel tutumları mutluluk, iyi oluş ve özellikle benliğine dair olumlu duygular için ön koşul olarak görülmektedir. Heine vd., (1999) de öz eleştiri ve kendini geliştirmenin Japon kültürü için önemli motivasyon kaynaklarından olduğunu ifade etmiştir. Türk kültürü açısından bakıldığında ise Turşak (2020)'a göre öz eleştiri, çoğu kişinin düşündüğü gibi mutlak manada kötü bir tutum olmanın aksine iyi ve kötüyü, doğru ve yanlış ayırt etmeye yarayan bir bakış açısı sunduğu görülmektedir. Bu noktada yapıcı nitelikte bir öz eleştirinin hatalardan arınma ve doğru davranışlara ulaşmada bir köprü vazifesi gördüğü söylenebilir.

Yapılan literatür taramasında insan zihninde genellikle olumsuz bir çağrışım uyandıran öz eleştiri kavramını araştırmacıların tek bir süreç olarak ele alma eğiliminde olduğu görülmektedir. Bununla birlikte Whelton ve Henkelman (2002) olumlu ve olumsuz öz eleştirel süreçler arasında önemli ayrımların yapılması gerektiğini ifade etmiştir. Okan (2021) öz eleştirinin üç boyutta ele alınmasının bu kavramın bütüncül bir şekilde anlaşılmasını kolaylaştıracağını ifade etmiştir. Gilbert, Clark, Hempel, Miles ve Irons, (2004) öz eleştirinin tek bir süreç olmadığını ve farklı biçim ve işlevleri olduğunu belirtmiştir. Castilho vd., (2015) da öz eleştirinin çok boyutlu bir yapı olarak kavramsallaştırılması gerektiğini öne sürmüştür.

Yapılan çalışmalar incelediğinde, öz eleştiri kavramının kültürel bakış açıları çerçevesinde şekillendiği ifade edilebilir. Bununla birlikte öz eleştiri için "iki ucu sivri değnek" ifadesinin kullanılması yanlış olmayacaktır. Çünkü hem aşırı öz eleştirel tutumlar hem de bireyin öz eleştiriden kaçınması çeşitli sorunları beraberinde getirecektir. Literatür incelemesinden hareketle bu bölümde öz eleştiri kavramı bireyin, öz eleştiride bulunmadığı ve hatayı kendisinde görmeyip başkalarında aradığı; yaşadığı olayları tüm yönleriyle gerçekçi bir zeminde ele alıp kendisine yönelik yapıcı eleştirilerde bulunduğu ve kendisine yönelik yıkıcı öz eleştiride bulunduğu durum olmak üzere üç boyutta ele alınacaktır.

Yıkıcı Öz Eleştiri

Bireylerin karşılaştıkları olumsuzluklarla ilgili kendilerine yönelik eleştirilerde bulunabilmesi ve hatalarından ders çıkarması gerek bireysel gerekse toplumsal açıdan beklenen ve olumlu karşılanan bir durumdur. Bununla birlikte kimi zaman bireyler, kendisiyle ilgili en küçük kusurlara bile ağır ve şiddetli bir şekilde eleştiri getirebilmektedir. Bu tarz davranışlarda bulunan bireyler, öz eleştiri adı altında kendilerine yönelik aşağılama, karalama ve suçlamalarda bulunabilmektedir. Şüphesiz bu yaklaşım kendisine yönelik eleştirilerini giderek sertleştiren bireyin, yapıcı ve gerçekçi bir bakış açısı geliştirmesini olumsuz yönde etkileyecektir.

Alanyazın incelendiğinde birtakım araştırmacıların öz eleştiriye olumsuz işleve sahip bir kavram olarak ele alıp psikopatolojiyle olan ilişkisine yönelik çalışmalar yaptığı görülmektedir (Blatt, 2004; Thompson ve Zuroff, 2004). Literatürde öz eleştiri kavramı çeşitli sorunlarla ilişkilendirilmiştir. Kannan ve Levitt (2013)'e göre psikopatolojide öz eleştiri ile ilgili çalışmalar daha çok depresyon ve mükemmeliyetçilikle ilgili literatüre odaklanmıştır. Yapılan araştırmalar da bu görüşü destekler niteliktedir. Öz eleştiri değişkeni ile ilgili çalışmalar incelendiğinde öz eleştiri kavramının daha çok stres verici durumlar ve depresyonla ilişkili olarak ele alındığı görülmektedir (Cox, ve ark., 2009; Mongrain ve Zuroff, 1994; Priel ve Shahar, 2000; Zuroff, 1992). Powers, Zuroff ve Topciu, (2004)'a göre, kendini suçlama, değersizlik gibi çeşitli olumsuz duygular da öz eleştiriye eşlik etmektedir. Ayrıca Nock (2009) öz eleştiri düzeyi yüksek olan bireylerin kendisine yönelik zarar verme davranışlarda bulunabileceğini ifade etmiştir. Faza ve Page, (2003)'a göre de yüksek öz eleştiri düzeyine sahip bireyler daha sık intihar girişimlerinde bulunmaktadır. Bu bağlamda bireylerin yüksek öz eleştiri düzeyine sahip olmasının kendisini hatalı ve kusurlu görmesi ile ilişkili olduğu için kendisine yönelik kabul ve anlayışını olumsuz yönde etkileyeceği ifade edilebilir.

Alanyazında öz eleştiri ile ilişkisi incelenen değişkenlerin başında depresyon gelmektedir. Öz eleştiri, depresyon teorilerinin doğasında bulunan ve depresyonu sürdürmeye hizmet edebilecek bir mekanizmadır (Holle ve Ingram, 2008). Santor, Zuroff, Mongrain ve Fielding (1997) de yaptıkları çalışmada öz eleştirel kişilik özelliğine sahip bireylerin depresyona daha meyilli olduğunu ifade etmiştir. Bununla birlikte Mongrain ve Zuroff (1994) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yapılan tekrarlı ölçümlerde yüksek öz eleştiri düzeyine sahip öğrencilerin düşük öz eleştiri yapan öğrencilere göre depresyon düzeylerinde artış olduğu belirlenmiştir. Thomson ve Zuroff (2004)'a göre başarısızlığın getirdiği kendini cezalandırma isteği öz eleştiriye tanımlayıcı özelliklerden biridir. Bu tarz bireylerde başarısızlık nasıl daha iyi ve başarılı olunacağını konusunda yardımcı olmak yerine değersizlik hissini doğurur. Bununla birlikte öz eleştiriye meyilli bireyler olası başarısızlık ya da kaygı verici durumlar karşısında kendilerine yönelik büyük bir kızgınlık hissederler (Blatt ve Zuroff, 1992).

Öz eleştiri kavramını yıkıcı süreçlerle ilişkilendiren yaklaşımların yanısıra Doğu toplumlarına yönelik yapılan araştırmalarda öz eleştirinin bireylerin daha iyiye ulaşması yolunda önemli bir faktör olduğu vurgulanmıştır. Kitayama, Markus, Matsumoto ve Norasakkunkit (1997) yaptıkları çalışmada, bireyci özelliklere sahip Amerikan kültürünün kişileri kendini geliştirmeye odaklanmaya teşvik ederken kolektivist Japon kültürünün ise öz eleştiriye daha elverişli olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca Heine ve ark., (1999) Japonların eksikleri üzerinde Kuzey Amerikalılardan daha fazla durduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda yapılan araştırmalarda Japon Kültüründe öz eleştiri eğiliminin olduğu görülmektedir (Kitayama ve Markus, 2000; Kitayama ve ark., 1997). Bununla birlikte bireylerin yaptığı bu öz eleştiri benlik gelişimine de hizmet etmektedir (Heine ve ark., 1999).

Öz eleştiri kavramına yönelik kültürel açıdan farklı yaklaşımlar olmakla birlikte yapılan araştırmalarda, yüksek düzeyde öz eleştirinin olumsuz etkilerine yönelik sonuçlar elde edilmiştir. Doğan ve ark. (2013)'a göre yüksek düzeyde öz eleştiride bulunan bireyler kendilerini başkalarıyla kıyaslama eğilimi gösterir. Bu durumda bireyin değersizlik hissi yaşamaya zemin hazırlar. Bununla birlikte Monte (1980)'a göre olumsuz değerlendirmelerden zarar görmüş olan ideal benlik mükemmel olma çabası içerisindedir. Bu bağlamda aşırı öz eleştirinin bireyin benlik bütünlüğüne zarar verdiği ifade edilebilir. Aşırı öz eleştiride bulunan

birey, kendisine ulaşması zor, yüksek hedefler belirler ve kendisini yapıcı değil yıkıcı bir tarzda eleştirir. Okan (2021) bu durumun çeşitli sorunlara neden olabileceğini vurgulamıştır.

Yapıcı Öz Eleştiri

Öz eleştiri kavramı bireyin kendisini, suçladığı ve kötülediği bir durum olarak algılanabilmektedir. Oysa eleştiri suçlama, karalama, yerme ve aşağılamadan başka bir şeydir (Uludağ, 2011). Bununla birlikte günlük hayatta ifrat veya tefrit durumunun yani herhangi bir konuda aşırı davranma yahut geri kalmanın kimi zaman öz eleştiri için de geçerli olduğu ifade edilebilir. Her şeyin fazlasının zararlı olduğu gibi, aşırı öz eleştiri de çeşitli sorunları beraberinde getirebilmektedir. Benzer şekilde bireyin kendisine hiçbir eleştiri yöneltmediği durumlarda ise, kişinin kendi hatasını görmesi mümkün olmayacak ve sağlıklı bir bakış açısı geliştiremeyecektir. Halbuki kavramsal açıdan öz eleştiri detaylı bir şekilde incelendiğinde bireysel ve toplumsal gelişim açısından son derece önemli hatta zaruri olduğu görülecektir (Turşak, 2017). Bu noktada da özellikle yapıcı öz eleştirinin önemi ortaya çıkmaktadır. Eleştiriyi bir şeyi hakikate doğru değiştirmek, tekâmül ettirmek ve ilerletmek olarak tanımlayan Hocaoğlu (1999) en ziyade tekâmül ettirmemiz, geliştirmemiz ve mükemmelleştirmemiz gereken objenin ise bizzat kendimiz olduğunu ifade etmiştir. Bu bağlamda bireylerin kendilerine yönelik yaptıkları eleştirilerde yalnızca suçlayıcı ve yargılayıcı bir tutum sergilemek yerine olumlu ve olumsuz yönleri kapsayacak bütüncül ve gerçekçi bir bakış açısına sahip olmasının kişisel olgunlaşma ve gelişme sürecine katkı sağlayacağı söylenebilir.

Öz eleştiri, daha önce de belirtildiği gibi çeşitli kültürlerde farklı şekillerde ele alınan bir kavramdır. Özellikle Batı kaynaklı çalışmalarda öz eleştirinin kişinin kendisine yönelik olumsuz değerlendirmeler ile ilişkilendirilirken yurt içinde yapılan çalışmalar incelendiğinde ise öz eleştiri kavramının daha çok olumlu kişilik özellikleri arasında değerlendirildiği ve bu bağlamda ele alındığı görülmektedir. Örneğin, Şahin ve Arslan (2014) yaptıkları çalışmada istenmeyen öğrenci davranışlarını önlemeye yönelik olarak kullanılan öğretmen stratejilerinin olumlu etkilerinden birisinin de öz eleştiri becerilerinde artış olduğunu ifade etmiştir. Yenipınar, Göksoy ve Bal Kusnacı (2016) okullarda yapılan stratejik planların değerlendirme aşamasının olumlu yönleri arasında öz eleştiride bulunabilme becerisinin de yer aldığını vurgulamıştır. Nasırcı ve Aybek (2018) yaptıkları nitel bir çalışmada, eleştirel düşünen bireylerin aynı zamanda öz eleştiri yapabilen bireyler olduğunu ifade etmiştir. Bir başka nitel çalışmada ise ders denetleme sürecinde karşılaşılan sorunların başında öğretmenlerin öz eleştiri eksikliği geldiği vurgulanmıştır (Altunay, 2020).

Yapılan çalışmalarda, kültürümüzde bu kavramın yapıcı ve olumlu muhtevaya sahip bir kavram olarak ele alındığı görülmektedir. Bu durum öz eleştiriye yönelik yapılan tanımlamalarda da görülmektedir. Uludağ (2011)'a göre öz eleştiri kişinin kendi hatalarını fark edip bunları düzeltmeye çalışmasıdır. Bir başka tanımlama da ise öz eleştiri, kişinin kendi hata ve kusurlarının üstünü örtmeden davranışlarını objektif bir bakış açısıyla ele alması ve benzer hataları tekrarlamamaya çalışması olarak ifade edilmiştir (Turşak, 2017). Yapılan tanımlamalarda bireylerin hatalarının farkına varıp bunları telafi etmeye çalışması ortak nokta olarak ön plana çıkmaktadır. Okan (2021)'a göre de yapıcı öz eleştiri bireyin kendisiyle ilgili farkındalık düzeyinin artmasını sağlar. Bu açıdan yapıcı öz eleştirinin bireye olumlu ve olumsuz taraflarını göstermede bir ayna işlevi gördüğü söylenebilir.

Öz eleştiri bireyin kendisini geliştirmesinin başlıca koşuludur (Haçerlioğlu, 1992). Bununla birlikte Breines (2014)'e göre bireylerin kendilerini yapıcı bir şekilde eleştirmesinin dört yolu vardır:

1. Genel, değiştirilemez temel özellikleri değil, belirli ve değiştirilebilir davranışları eleştirin.
2. Dış koşulları eleştirmekle birlikte bunları değiştirmeye çalışın.
3. Eleştiri odağınızı kendinizden başkalarına doğru çevirin.
4. Kendinize yönelik eleştiride bulunurken anlayışlı olun.

Şekil 1. Yapıcı Öz Eleştirinin 4 Yolu (Breines, 2014)

Şekil 1’de görüldüğü üzere yapıcı öz eleştiride bulunurken dikkat edilmesi gereken birtakım hususlar ön plana çıkmaktadır. Bireyler, kendilerine yönelik eleştiride bulunurken kişiliklerini değil içinde buldukları durumla ilgili sergiledikleri tutum ve davranışları ele almalıdır. Bu bağlamda öz eleştiri en sağlıklı ve verimli kişisel analiz yöntemidir (Uzun, 2009). Turşak (2017)’a göre öz eleştiri bir bakıma kişinin kendisini keşfetmesidir. Bununla birlikte yapılan alanyazın incelemesinde öz eleştirinin yapıcı boyutunu inceleyen yeterli sayıda çalışmaya rastlanmamıştır. Oysa ölçülü bir şekilde yapılan öz eleştiri, bireyin kendisini iyileştirmesinin anahtarıdır (Stillman, 2014). Yapıcı öz eleştiri, iyileştirilmesi gereken belirli ve değiştirilebilir alanlara odaklanan daha iyimser bir bakış açısı sunar (Breines, 2014). Okan (2021) yapıcı öz eleştirinin bireyin hatalarını bütüncül bir bakış açısıyla değerlendirmesine olanak sağladığını belirtmiştir. Böylece yapıcı bir öz eleştiride bulunan birey, güçlü ve zayıf yönlerinin, kapasite ve yeteneklerinin farkına varacak ve bu doğrultuda daha isabetli kararlar verebilecektir.

Yetersiz Öz Eleştiri

Öz eleştiri bir anlamda bireyin karşılaştığı sorunlarla cesurca mücadele etmesidir (Turşak, 2020). Bu açıdan bakıldığında bireyler yaşadıkları olaylarla ilgili kendilerine yönelik eleştiride bulunmakta güçlük yaşayabilmektedir. Gazâlî (2002)’nin “Kusurlar bilindiği zaman tedavi etme imkanı olur. Ancak insanların çoğu kendi kusurlarını bilmez.” (s.146) ifadesi de bunu doğrular niteliktedir. Öz eleştirel tutumlar incelendiğinde aşırı öz eleştiride bulunan bireylerin, kendilerini eleştirmekten olayın iç yüzünü göremedikleri ifade edilebilir. Yapıcı öz eleştiri ise hataların düzeltilmesine fırsat sağlayacaktır. Bununla birlikte, öz eleştirinin az ya da hiç yapılmaması kişiyi hatalara karşı duyarsızlaştırmaktadır (Turşak, 2020). Kendisine yönelik eleştiride bulunmayan birey bir anlamda yaptığı hataların farkına varamayacaktır.

Bu noktada aşırı öz eleştirinin karşısında bulunan durum, bireyin kendisine herhangi bir öz eleştiri getirmemesi ve başkalarını suçlamasıdır (Okan, 2021). Bireyler kendilerine ve

başkalarına yönelik olmak üzere iki tür suçlamada bulunabilir (Çam ve Akgün, 2007). Kendini suçlayan birey sorumluluğu üzerine alarak bir anlamda aşırı öz eleştiride bulunurken; başkalarını suçlayan birey ise yaşanan olumsuzluğun sorumluluğunu üstlenmeyerek öz eleştiriden kaçınır (Okan, 2021). Leary (2007)'e göre insanlar genelde başarısızlığı kabullenmek konusunda isteksiz davranmaktadır. Bu tarz bireyler itibar ve saygınlıklarını olumsuz etkileyen durumlardan karşısında sorumluluk almak yerine başkalarını suçlama eğilimi gösterirler (Lozano ve Laurent, 2019). Oysa, huzurlu bir hayat için başkalarını suçlamak yerine, kendimize çekidüzen vermemiz gerekmektedir (Turşak, 2020). Yaşanılan olumsuzluklar karşısında suç başkalarında arayıp öz eleştiriden kaçınmak zafiyet göstergesidir (Yaman, 2014).

Bütüncül bir yaklaşımla öz eleştiri kavramı değerlendirildiğinde bireylerin gerek kendilerine yönelik sürekli eleştiriler getirdiği gerekse de öz eleştiride bulunmadığı durumların bireyin kendini tanıma ve sağlıklı bir kişilik yapısı oluşturmasının önünde engel teşkil ettiği görülmektedir (Okan, 2021). Oysa yapıcı öz eleştiri bireyin kendisini doğru bir şekilde tanıması açısından son derece önemlidir. Öz eleştiride bulunmayan bireyler yaptıkları hataların farkına varamaz. Bu noktada yapıcı öz eleştiri bir anlamda bireylerin tutum ve davranışlarına yönelik kontrol mekanizmasıdır. Zira bireylerin çevresiyle kurduğu ilişkilerde ortaya çıkan sorunları düzeltmede en etkili yol öz eleştiri yapmasıdır (Turşak, 2020). Öz eleştiride bulunamayan birey ise gerçek benliği ve ideal benliği arasında kalır ve bu da onu yanlış kararlar vermeye sevk eder (Turşak, 2020).

Gelinen noktada öz eleştiri evrensel olarak deneyimlenebilse de her birey için biçimi, şiddeti ve sonuçları açısından farklılık göstermektedir (Whelton ve Henkelman, 2002). Bu noktada öz eleştiri, kişinin kendisine yönelik ortaya koyduğu öznel bir bakıştır (Uzun, 2009). Bununla birlikte öz eleştiri hayatın her alanında kullanılabilen bir kavram olmasına rağmen tanımı üzerinde evrensel bir uzlaşa sağlanmış ve derinlemesine incelenmiş bir konu değildir (Turşak, 2020). Öz eleştiri kavramı ile ilgili yapılan tanımlamalardaki farklılıklar öz eleştirinin ölçümleme sürecinde de farklılıklara sebep olmaktadır. Alanyazında öz eleştiri ölçmeye yönelik, Depresif Deneyimler Anketi (Blatt, D'Afflitti ve Quinlan, 1976), Öz Eleştiri Düzeyleri Ölçeği (Thompson ve Zuroff, 2004) ve Kendini Eleştirme/Saldırganlık ve Kendine Güven Verme Ölçeği (Gilbert vd., 2004) gibi birtakım ölçme araçları mevcuttur. Bununla birlikte Okan (2021) bireylerin öz eleştiri düzeylerinin ölçülmesi ile ilgili yapılan çalışmaların (Blatt, D'afflitti ve Quinlan, 1976; Thompson ve Zuroff, 2004; Tarmizi vd., 2019) ortak noktasının öz eleştirinin olumsuz öz değerlendirme yönüne vurgu yapmaları olduğunu vurgulamıştır. Gilbert vd., (2004) ise öz eleştirinin olumsuz bir öz değerlendirmeden çok daha fazlası olduğunu belirtmektedir. Shahr vd., (2015) çeşitli öz eleştiri ölçütlerine sahip olmanın araştırmacıların hedefine bağlı olarak farklı bağlamlarda ölçümleme yapmaları için alternatif sunacağını ifade etmiştir. Dolayısıyla bu kavramın bütüncül bir yaklaşımla tartışılarak incelenmesi ve araştırılması gerektiği düşünülmektedir. Bununla birlikte alanyazında, bireylerin öz eleştiri düzeylerini ölçmeye yönelik geliştirilen Türk kültürüne özgü bir ölçme aracı bulunmamaktadır. Otrar (2016) kültürel farklılıkların ölçek çalışmalarında farklı faktör yapılarının ortaya çıkmasına neden olabileceğini ifade etmiştir. Buradan hareketle kültürel kodlarımıza duyarlı, özgün ve güncel ölçme araçlarının geliştirilip literatüre kazandırılması gerektiği düşünülmektedir. Bu bağlamda kültürel yapıya uygun yetişkinlere yönelik "Öz Eleştiri Ölçeği (ÖEÖ)" geliştirilmesi amaçlanmıştır. Yapılan çalışmanın, öz eleştiri ile ilgili yapılacak araştırmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem

Araştırmanın Deseni

Nicel araştırma yöntemine sahip bu çalışmada genel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da günümüzde var olan herhangi bir durumu olduğu gibi betimlemeyi amaçlar (Fraenkel ve Wallen, 2006).

Çalışma Grubu

Ölçek geliştirmeye yönelik örneklem büyüklüğü konusunda alanyazında görüş birliği mevcut değildir. Bu doğrultuda örneklem belirleme aşamasında, literatürde mevcut olan çeşitli çalışmalardan yararlanılmıştır. Ölçek geliştirme çalışmalarında örneklem büyüklüğünün madde sayısının 5-10 katı arasında olabileceği belirtilmekle birlikte en az 300 önerilmektedir (Tinsley ve Tinsley, 1987). Tavşancıl (2010)'a göre ise çalışma grubu planlanan madde sayısından en az 5 kat fazla olmalıdır. Ayrıca Nunnally ve Bernstein (1994)'e göre de bu sayı en az 300, Aleamoni (1976)'e göre ise 400 ve daha fazla olmalıdır. Bu bilgiler doğrultusunda, ölçeğin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları 675 kişilik bir çalışma grubu ile yürütülmüştür. Çalışma grubuna Ocak-Haziran 2021 tarihleri arasında İstanbul, Çanakkale ve Bursa illerinde yaşayan 18-61 yaş arası yetişkin bireyler dahil edilmiştir. Bu çalışma kapsamında salgın hastalık koşulları da dikkate alınarak ulaşım sağlama açısından Uygun örnekleme yöntemi (Convenience Sampling) kullanılmıştır. Uygun örnekleme yöntemi araştırmacının yakın veya erişilmesi kolay örnekleme seçme durumudur (Patton 1987; Yıldırım ve Şimşek 2006). Araştırma verileri Google form uygulaması üzerinden toplanmıştır. Elde edilen formlarda eksik veya hatalı veri tespit edilmemiştir. Çalışma grubunun oluşturulması esnasında katılımcılara, araştırmanın amacına ilişkin bilgi verilmiş ve gönüllülük esasına dayalı bir şekilde hareket edilmiştir. Çalışma grubunda yer alan bireylerin yaş ortalaması 25,95'tür. (SS: 6,91). Ölçeğe yönelik yapılan istatistiksel analizler bu çalışma grubu üzerinde gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada ölçek geliştirme sürecinde geliştirilen Öz Eleştiri Ölçeği ile birlikte "Kişisel Bilgi Formu" ve ölçüt geçerliği için "Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçeklere yönelik bilgiler bu başlık altında yer almaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Bu form, çalışma grubunu oluşturan katılımcıların demografik özelliklerini (cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik düzey) belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ), Smith vd., (2008) tarafından bireylerin psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi Doğan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. KPSÖ, 5'li Likert tipi bir ölçektir. Ölçek tek boyutlu ve 6 madden oluşmaktadır. Ölçekte bulunan maddelerin faktör yükleri .63 ile .79 arasındadır. Ölçekte yer alan 2, 4 ve 6. maddeler ters maddelerdir. Ölçekten elde edilen yüksek puanlar, psikolojik sağlamlığın yüksekliğine işaret etmektedir. KPSÖ'nün iç tutarlık güvenilirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

Öz Eleştiri Ölçeği

Ölçek geliştirme sürecinde ilk olarak ilgili alanyazın incelenmiş ve bir grup yetişkin bireye öz eleştiri ile ilgili kompozisyon yazdırılmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda 106 maddelik bir madde havuzu oluşturulmuştur. Hazırlanan maddelerle ilgili çeşitli uzmanlık alanlarından 12 uzmanın görüşüne başvurulmuştur. Uzmanlardan gelen geri bildirimler doğrultusunda uygulanan Lawshe tekniği sonucunda 52 maddelik taslak form elde edilmiştir. Oluşturulan bu taslak form ile esas uygulamaya başlamadan önce 42 kişilik yetişkin grubuna pilot uygulama yapılmıştır. Pilot uygulamanın ardından, gözlem ve katılımcılardan gelen geri bildirimler doğrultusunda anlatım, biçim veya yazım hatalarına yönelik bazı düzeltmeler yapılmıştır. Yapılan bu düzeltmelerin ardından yönerge de gözden geçirilip ölçeğe son hali verilmiştir. 52 maddelik taslak forma uygulanan açımlayıcı faktör analizi (AFA) sonucunda bazı maddelerin düşük yük değerlerine sahip veya farklı alt boyutlardan da yük aldıkları ve bazı maddelerin ise hiçbir boyutta yer almadıkları görülmüştür. Bu doğrultuda yapılan dik döndürme (varimax rotation) işlemleri neticesinde 22 madde (1., 2., 4., 5., 7., 8., 11., 12., 13., 16., 20., 23., 24., 29., 30., 33., 34., 35., 36., 39., 41., 48) ölçek dışı bırakılmıştır. DFA çalışma grubu için AFA sonuçlarına göre ortaya çıkan 30 maddelik Öz Eleştiri Ölçeği (ÖEÖ) formu oluşturulmuştur. Yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) analizi neticesinde, ÖEÖ 30 maddeden oluşmaktadır. Öz Eleştiri Ölçeği, 5'li likert tipinde (1= Beni hiç yansıtmıyor, 2= Beni biraz yansıtmıyor, 3= Beni orta derecede yansıtmıyor, 4= Beni oldukça yansıtmıyor, 5= Beni tamamen yansıtmıyor) derecelendirilmiştir. Ölçekte toplam puan bulunmamaktadır. Ölçek alt boyutları birbirlerinden bağımsız bir şekilde değerlendirilmektedir. Alt boyutlardan alınan yüksek puan ilgili öz eleştiri düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir. Yıkıcı Öz Eleştiri alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 10 en yüksek puan 50; Yapıcı Öz Eleştiri alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 12 en yüksek puan 60; Yetersiz Öz Eleştiri alt boyutundan alınabilecek en düşük puan 8 en yüksek puan 40'tır.

Veri Analizi

Ölçek geliştirme aşamasında toplanan veriler, SPSS 25 ve AMOS 24 istatistik programları ile analiz edilmiştir. İlk olarak, geliştirilen "Öz Eleştiri Ölçeği" maddelerinin birbirleriyle ve varsa alt boyutlarla olan ilişkilerini saptamak amacıyla Açımlayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. Bu aşamada, elde edilen Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's değerlerini incelenmesinin ardından gerekli analizler yapılarak dik döndürme (varimax rotation) sonucu ortaya çıkan maddeler sunulmuştur. Ölçek maddeleri, açımlayıcı faktör analizi sonucu aldıkları yük değerlerine göre alt boyutlara yerleşmektedir. Bu noktada, maddelerin yük değerlerinin artması ölçeğe ilişkin güvenilirlik değeri de artıracak şekilde yorumlanır. Büyüköztürk (2002) 0,30-0,59 arasındaki yük değerlerini orta; 0,60 ve üzeri değerleri ise yüksek düzey olarak tanımlamaktadır. Bu doğrultuda yapılan analizlerde, her bir madde yükünün ,45 ve üzeri olmasına dikkat edilmiş ve geri kalan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Daha sonra geliştirilen ölçeğin yapı geçerliğini test etmek amacıyla doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ayrıca ölçek güvenilirliği için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı, her bir alt boyut için hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemeye yönelik, üst-alt gruplar arasındaki fark için t-testi, ölçüt geçerliği ve test-tekrar testleri de yapılmıştır.

Bu araştırma için Marmara Üniversitesi'nden (03.05.2021 /4-22) etik izin alınmıştır.

Bulgular

Öz Eleştiri Ölçeğinin (ÖEÖ)'nin geliştirilmesi için yapılan geçerlik ve güvenirlik çalışmalarından elde edilen bulgulara ayrıntılı biçimde yer verilmiştir.

Geçerlik Analizlerine Yönelik Bulgular:

İlk olarak, geliştirilen "Öz Eleştiri Ölçeği" maddelerinin birbirleriyle ve varsa alt boyutlarla olan ilişkilerini saptamak amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi uygulanmıştır. Bu aşamada, elde edilen Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett's değerlerini incelenmesinin ardından gerekli analizler yapılarak dik döndürme (varimax rotation) sonucu ortaya çıkan maddeler sunulmuştur.

Tablo 1.

KMO ve Bartlett's Testi Değerleri

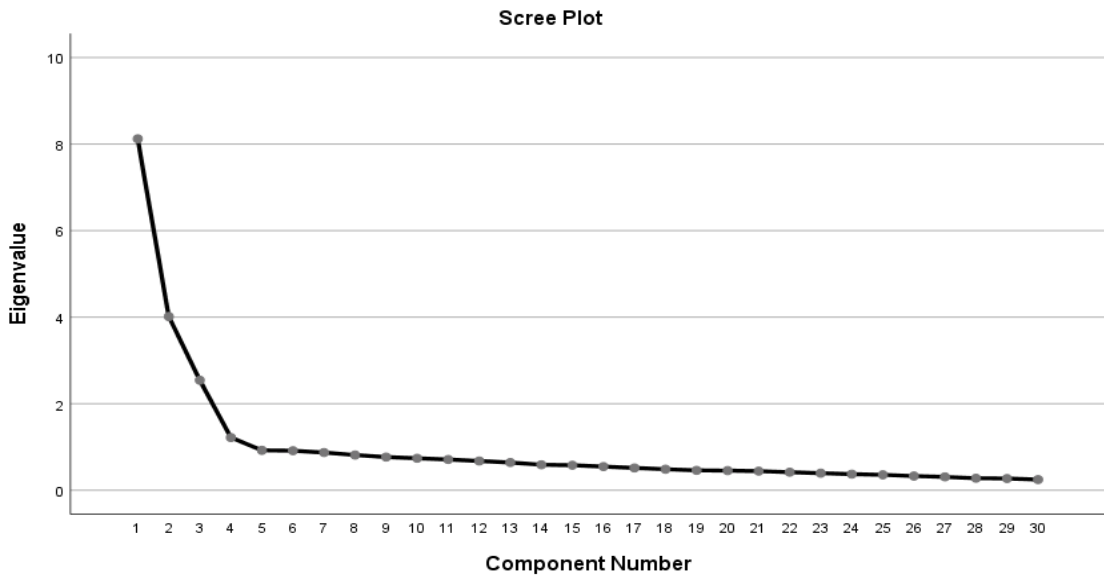
Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliliği		.909
Bartlett's Test of Sphericity	Ki-kare Değeri	5527,435
	S.Derecesi	435
	P	.000

Tablo 1'deki KMO değerleri incelendiğinde, KMO değeri ,909 olarak bulunmuştur. Bartlett's testi de istatistiksel olarak anlamlı ($p<,000$) sonuçlar vermiştir. Bartlett's değerinin anlamlı çıkması veri dağılımının normal olduğunu göstermektedir (Tavşancıl, 2010). Bu sonuçlar çalışma grubunun büyüklüğünün ve elde edilen verilerin açıklayıcı faktör analiz için uygun olduğu görülmektedir.

Geliştirilmek istenen ölçeğin faktör sayısını ortaya çıkarmak amacıyla 52 madde üzerinden AFA gerçekleştirilmiştir. Yapılan ilk analizde maddelerden bazılarının düşük yük değerlerine sahip oldukları, bazılarının ise farklı alt boyutlardan da yük aldıkları ve bazı maddelerin ise hiçbir boyutta yer almadıkları görülmüştür. Bu durumdaki maddeler sırasıyla atılmış ve varimax dik döndürme tekniği uygulanarak açıklayıcı faktör analizi tekrar edilmiştir. Varimax dik döndürme analizi için kesim noktası .45 olarak belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda yapılan işlemler neticesinde 22 madde (1., 2., 4., 5., 7., 8., 11., 12., 13., 16., 20., 23., 24., 29., 30., 33., 34., 35., 36., 39., 41., 48) ölçek dışı bırakılmıştır. Tüm bu işlemler sonucunda oluşan alt boyutlar ve maddelere ilişkin değerler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 2.*Öz Eleştiril Ölçeği Açıklanan Toplam Varyans Miktarları*

Faktörler	Başlangıç Öz değeri			Toplam Faktör Yük Değerleri		
	Toplam	%	Kümülatif %	Toplam	%	Kümülatif %
1	8,121	27,071	27,071	5,793	19,309	19,309
2	4,015	13,383	40,455	5,250	17,500	36,808
3	2,543	8,477	48,932	3,637	12,123	48,932
4	1,218	4,061	52,993			
5	,922	3,075	56,067			
6	,913	3,044	59,112			
7	,872	2,908	62,020			
8	,814	2,714	64,734			
9	,767	2,557	67,291			

**Şekil 2. Scree Plot Grafiđi**

Tablo 2 ve Şekil 2 incelendiğinde yapılan tekrarlı analizler neticesinde Öz Eleştiri Ölçeği'nin 3 alt boyutlu yapısı ortaya çıkmıştır. Oluşan bu 3 faktörün, toplam varyansı açıklama miktarının %48,932 olduğu saptanmıştır. Her bir faktörün açıkladıkları varyans miktarları incelendiğinde; birinci faktörün %19,309, ikinci faktörün %17,500, üçüncü faktörün ise %12,123 olduğu görülmektedir. Sosyal Bilimler alanında geliştirilen ölçeklerin toplam varyansa katkısı %40 ve %60 arası kabul edilebilir olarak ifade edilmekle birlikte bu değerlerin üstü ise iyi olarak değerlendirilmektedir (Tavşancıl, 2010).

Tablo 3.

Varimax Dik Döndürme Sonrası Açıklayıcı Faktör Analizi

Maddeler	Faktör1	Faktör2	Faktör3
M43	.788		
M32	.770		
M47	.756		
M15	.745		
M22	.736		
M38	.718		
M28	.712		
M49	.704		
M18	.690		
M45	.671		
M19		.753	
M9		.716	
M14		.700	
M37		.674	
M10		.664	
M51		.645	
M44		.626	
M40		.600	
M27		.597	
M6		.595	
M3		.548	
M42		.530	
M21			.733
M25			.675
M31			.674
M52			.658
M26			.631
M17			.561
M46			.554
M50			.548

Tablo 3'de görüldüğü üzere yapılan işlemler neticesinde, ölçeğin üç faktörden meydana geldiği ve bu faktörlerin de kabul edilebilir yük değerlerine sahip maddelerden oluştuğu görülmektedir (En düşük:530; En yüksek:788). Aynı zamanda herhangi bir madde diğer faktörlerden yük de almamaktadır.

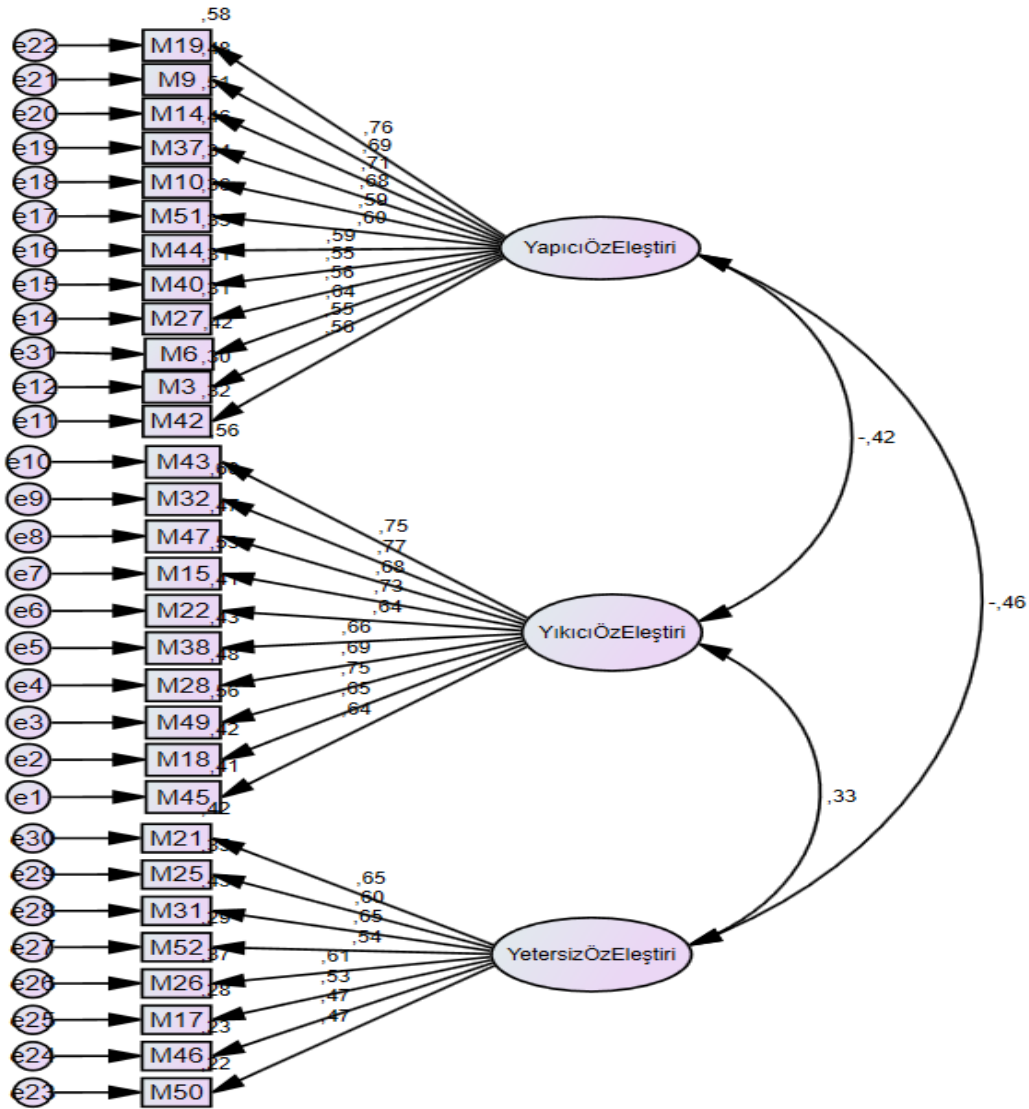
Tablo 4.

AFA Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlar ve Bu Boyutlardan Yük Alan Maddeler

Faktörler	Madde Sayısı	Madde Numaraları
1	.910	43, 32, 47, 15, 22, 38, 28, 49, 18, 45
2	.884	19, 9, 14, 37, 10, 51, 44, 40, 27, 6, 3, 42
3	.806	21, 25, 31, 52, 26, 17, 46, 50

Tablo 4’de görüldüğü üzere ölçek, birinci faktör 10 madde, ikinci faktör 12 madde; üçüncü faktör ise 8 madde olmak üzere toplam 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Devam eden analizlerde AFA sonucu ortaya çıkan ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek amacıyla daha sonra doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. DFA’ya ilişkin bulgular Şekil 3. ve Tablo 5.’te sunulmuştur.



Şekil 3. Öz Eleştiri Ölçeği'ne İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi Path Diyagramı

Şekil 3'e göre DFA sonucunda yapılan analizlere bakıldığında, tüm madde yük değerlerinin .47 üzerinde olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlar, Öz Eleştiri Ölçeği'nin 30 maddeden oluşan üç boyutlu modelini doğrular niteliktedir.

Uyum iyiliği indeksleri, bir modelin veri ile uyum ya da uyumsuzluğunu değerlendirmek için kullanılmaktadır (Meydan ve Şeşen, 2011). RMSEA, modelden ve örneklemden elde edilen varyans-kovaryans matrisinin uygunluğunu test etmek için geliştirilmiştir. RMSEA değerinin 0,05'e eşit ya da 0,05'den küçük olması iyi uyumun, 0,05 ile 0,08 arasında olması yeterli uyumun, 0,08 ile 1 arasında olması ise kabul edilebilir uyumun, 1'den büyük olması ise kabul edilemez uyumun bir göstergesidir (Kaplan, 2000). SRMR, gözlenen ve tahmin edilen korelasyon hatalarının bir ölçüsüdür (Kline, 2011). IFI, artan uyum indeksini verir. Bu indeks 0 ile 1 arasında değerler alır ve değeri 1'e yaklaştıkça model uyumu artar. CFI değeri karşılaştırmalı uyum indeksi hakkında bilgi verir. Yani model için tahmin edilen kovaryans matrisi ve sıfır hipotezli kovaryans matrisini karşılaştıran bir değerdir (Ayyıldız ve Cengiz, 2006). GFI ise modelin örneklemdaki kovaryans matrisini ne oranda ölçtüğünü gösterir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk 2012). Aşağıda model uyumunu test etmek amacıyla incelenen uyum indeksleri yer almaktadır.

Tablo 5.

Öz Eleştiri Ölçeği 'ne Ait Uyum İndeksleri

Uyum Ölçüleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Gözlenen Değerler
¹ X ² /sd	0 ≤ X ² ≤ 2sd	2sd ≤ c2 ≤ 5sd	2.472
² RMSEA	0 ≤ RMSEA ≤ 0.05	0.05 ≤ RMSEA ≤ 0.08	0.066
² SRMR	0 ≤ SRMR ≤ 0.05	0.05 ≤ SRMR ≤ 0.10	0.07
³ IFI	0.95 ≤ IFI ≤ 1.00	0.90 ≤ IFI ≤ 0.95	0.961
³ CFI	0.95 ≤ CFI ≤ 1.00	0.90 ≤ CFI ≤ 0.97	0.955
³ GFI	0.90 < GFI < 1.00	0.85 < GFI < 0.90	0.924

¹(Kline, 2011), ²(Browne & Cudeck, 1993), ³(Baumgartner & Homburg, 1996; Bentler, 1980; Marsh, Hau, Artelt, Baumert & Peschar, 2006)

Tablo 5 incelendiğinde ki-kare değeri (χ^2/sd)= 2,472, RMSEA=0,066; ve SRMR= 0,07 olarak bulunmuştur. Ayrıca IFI= 0,961; CFI= 0,955; GFI= 0,924 olarak belirlenmiştir. Kurulan bu modelin uygunluğuna ilişkin yapılan doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen uyum iyiliği indeksi sonuçlarına göre, model ve veri arasındaki uyum yüksektir. Yapılan analizden elde edilen sonuçlar Öz Eleştiri Ölçeği'nin genel olarak iyi uyum değerlerine sahip olduğunu göstermektedir.

Ölçeğe İlişkin Ölçüt Geçerliliği

Ölçüt geçerliği, geliştirilen ölçme aracı ile elde edilen sonuçların standart bir başka ölçme aracı ile karşılaştırılması sonucunda elde edilen korelasyonudur (Şencan, 2005). Bu doğrultuda, Öz Eleştiri Ölçeği karşılaştırılmak amacıyla Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)

ile birlikte uygulanmıştır. Bu durum, geliştirilen ölçekte kullanılan maddelerin benzer nitelikteki ölçeklerle karşılaştırmak açısından önemli bir husustur. Bu bağlamda öz eleştiri ölçeği alt boyutları kısa psikolojik sağlık ölçeği ile ilişkisine bakılmış ve elde edilen sonuçlar tablo halinde sunulmuştur.

Tablo 6.

Öz Eleştiri Ölçeği ve Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğinin Pearson Korelasyonu Sonuçları

Değişkenler	Yıkıcı Öz Eleştiri	Yapıcı Öz Eleştiri	Yetersiz Öz Eleştiri
Psikolojik Sağlık	-.719*	.693*	-.650*

*p<.001

Geliştirilen Öz Eleştiri Ölçeğinin Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğiyle olan ilişkisini belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları tablo 5'te gösterilmiştir. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğinden elde edilen toplam puan üzerinden analiz yapılmıştır. Yapılan analiz neticesinde, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve yıkıcı öz eleştiri alt boyutu arasında negatif yönlü ($r=-.71$; $p<.001$); yetersiz öz eleştiri alt boyutu arasında negatif yönlü ($r=-.65$; $p<.001$); yapıcı öz eleştiri alt boyutuyla arasında pozitif yönlü ($r=.69$ $p<.001$) ilişki bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre geliştirilen Öz Eleştiri Ölçeği alt boyutlarının istenilen özellikleri yordadığı ifade edilebilir.

Güvenirlilik Analizlerine Yönelik Bulgular:

Ölçek güvenirliğini hesaplamak için Cronbach Alpha (α) iç tutarlılık katsayılarına, test-tekrar test analizine ve %27'lik alt ve üst puanları arasındaki farka bakılmıştır. Elde edilen bulgular bu başlık altında sunulmuştur.

Tablo 7.

Faktör Analizi Sonucunda Belirlenen Alt Boyutlara Ait Cronbach Alpha

Güvenirlilik Katsayıları

Faktör	Cronbach Alpha Değeri
1. Yıkıcı Öz Eleştiri	.910
2. Yapıcı Öz Eleştiri	.884
3. Yetersiz Öz Eleştiri	.806

Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısının .70 ve üzeri olması, ölçek puanlarının güvenirliği bakımından yeterli olarak değerlendirilmektedir (Büyüköztürk, 2015). Yapılan analizlerde Yıkıcı Öz Eleştiri alt boyutunun Cronbach Alpha katsayısı $\alpha=.910$, Yapıcı Öz Eleştiri alt boyutunun Cronbach Alpha katsayısı $\alpha=.884$ ve Yetersiz Öz Eleştiri alt boyutunun Cronbach Alpha katsayısı $\alpha=.806$ olarak belirlenmiştir. Bu bağlamda Öz Eleştiri Ölçeği (ÖEÖ) iç tutarlılık katsayılarının istenilen değerler düzeyinde olduğu görülmektedir.

Bir ölçme aracının güvenirliğini değerlendirmek amacıyla kullanılan yöntemlerden biri de test-tekrar test analizidir. Bu kapsamda geliştirilen ölçek aynı gruba 2 hafta ara ile iki kez

uygulanmıştır. Elde edilen verilerden yola çıkarak ilk uygulama ile ikinci uygulama puanları arasındaki korelasyon değeri hesaplanmıştır.

Tablo 8.

Öz Eleştiri Ölçeği Test-Tekrar Test Güvenirlik Analizi

Faktör	Test-Tekrar Test Güvenirlik Katsayısı
1. Yıkıcı Öz Eleştiri	.875*
2. Yapıcı Öz Eleştiri	.841*
3. Yetersiz Öz Eleştiri	.862*

*p<,001

Tablo 8'deki öz eleştiri ölçeğinin test-tekrar test korelasyon katsayılarına bakıldığında, yıkıcı öz eleştiri boyutu için ,87, yapıcı öz eleştiri boyutu için ,84 ve yetersiz öz eleştiri boyutu için ise ,86 sonucunun elde edildiği görülmektedir. Bu değerler ölçeğin güvenilir olduğunun bir göstergesidir.

ÖEO'nun Madde Analizine İlişkin Bulgular

Yapılan analizlerin ardından ölçek toplam puanlarının ayırt ediciliğine ilişkin işlemlere geçilmiş, üst-alt çeyrek puanları arasındaki farkı belirlemeye yönelik bağımsız gruplar t testi yapılmıştır. Bu analizle verilen cevapların alt ve üst gruplar arasında farklılaşma durumunun belirlenmesi amaçlanmıştır. (Ergin, 1995)'e göre ölçek maddelerinin ayırt etme gücünü ortaya çıkarmak açısından bu işlemler önemlidir. Bu kapsamda yapılan ölçek alt boyutlarına ilişkin bağımsız gruplar t testi sonuçları, aşağıdaki tabloda sunulmuştur.

Tablo 9.

Ölçek Maddelerinin Ayırt Ediciliğine İlişkin Yapılan Bağımsız Grup t-Testi Sonuçları

Madde	Grup	X	SS	Sh _x	t	p	Madde	Grup	X	SS	Sh _x	t	P
M1	Alt %27	3,07	,739	,060	32,04	.000	M16	Alt %27	1,00	,000	,000	45.99	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	3,61	,694	,057		
M2	Alt %27	2,51	,642	,052	47,41	.000	M17	Alt %27	1,62	,487	,040	60.04	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	4,77	,420	,034		
M3	Alt %27	2,92	,690	,056	36,89	.000	M18	Alt %27	2,83	,910	,074	29.23	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	5,00	,000	,000		
M4	Alt %27	3,49	,730	,060	25.37	.000	M19	Alt %27	1,80	,401	,033	66.46	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	4,82	,385	,031		
M5	Alt %27	3,04	,759	,062	31.64	.000	M20	Alt %27	2,95	,712	,058	35.31	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	5,00	,000	,000		
M6	Alt %27	1,84	,580	,047	53.11	.000	M21	Alt %27	3,01	,700	,057	34.88	.000
	Üst % 27	4,83	,374	,031				Üst % 27	5,00	,000	,000		
M7	Alt %27	1,00	,000	,000	27.59	.000	M22	Alt %27	1,62	,527	,043	65.02	.000
	Üst % 27	3,07	,920	,075				Üst % 27	4,89	,318	,026		

M8	Alt %27	1,35	,478	,039	54.77	.000	M23	Alt %27	3,18	,715	,058	31.18	.000
	Üst % 27	4,43	,496	,041				Üst % 27	5,00	,000	,000		
M9	Alt %27	2,54	,631	,051	44.43	.000	M24	Alt %27	1,59	,494	,040	60.57	.000
	Üst % 27	4,95	,212	,017				Üst % 27	4,78	,416	,034		
M10	Alt %27	1,00	,000	,000	35.04	.000	M25	Alt %27	1,49	,501	,041	49.00	.000
	Üst % 27	3,25	,785	,064				Üst % 27	4,14	,434	,035		
M11	Alt %27	2,06	,593	,048	53.65	.000	M26	Alt %27	1,50	,502	,041	57.59	.000
	Üst % 27	4,92	,272	,022				Üst % 27	4,70	,460	,038		
M12	Alt %27	1,00	,000	,000	22.08	.000	M27	Alt %27	1,34	,475	,039	57.99	.000
	Üst % 27	2,67	,924	,075				Üst % 27	4,59	,494	,040		
M13	Alt %27	1,00	,000	,000	28.19	.000	M28	Alt %27	1,21	,406	,033	33.32	.000
	Üst % 27	3,01	,875	,071				Üst % 27	3,48	,730	,060		
M14	Alt %27	2,93	,795	,065	31.93	.000	M29	Alt %27	3,03	,655	,053	36.90	.000
	Üst % 27	5,00	,000	,000				Üst % 27	5,00	,000	,000		
M15	Alt %27	1,19	,396	,032	43.75	.000	M30	Alt %27	1,00	,000	,000	28.82	.000
	Üst % 27	4,21	,745	,061				Üst % 27	3,10	,910	,074		

Tablo 9’de görüldüğü üzere ölçek maddelerinin ayırt ediciliğini belirlemek üzere yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda tüm ölçek maddeleri için alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Ayrıca grupların aritmetik puanlarına bakıldığında üst grup ve alt grup puanları arasında önemli puan farklarının olduğu görülmektedir. Elde edilen sonuçlar ölçek maddelerinin ölçtükları özellik bakımından ayırt edici olduğunu göstermektedir.

Bununla birlikte ölçeğe yönelik test maddelerinden alınan puanlar ile testin toplam puanı arasındaki ilişkiyi açıklayan madde toplam korelasyonu, Pearson Momentler çarpımı korelasyon katsayısı ile hesaplanmıştır.

Tablo 10.

Yıkıcı Öz Eleştiri Alt Boyutu Madde Toplam (Item-Total) ve Madde Kalan (Item-Reminder) Korelasyon Sonuçları

	Ölçek Ortalaması	Ölçek Varyansı	Madde-Toplam Korelasyonu	Cronbach's Alpha Madde Silinirse
M43	27,82	71,307	,730	,897
M32	27,92	71,952	,726	,897
M47	27,99	72,321	,691	,900
M15	27,77	73,589	,671	,901
M22	27,59	74,838	,660	,902
M38	27,83	74,341	,646	,902
M28	28,64	73,618	,679	,900
M49	28,25	72,361	,665	,901
M18	28,41	73,911	,634	,903
M45	27,96	73,287	,632	,903

Tablo 11.

Yapıcı Öz Eleştiri Alt Boyutu Madde Toplam (Item-Total) ve Madde Kalan (Item-Reminder) Korelasyon Sonuçları

	Ölçek Ortalaması	Ölçek Varyansı	Madde-Toplam Korelasyonu	Cronbach's Alpha Madde Silinirse
M19	45,26	42,479	,708	,866
M9	44,95	44,195	,626	,872
M14	44,87	43,875	,671	,869
M37	44,91	43,615	,618	,872
M10	44,64	46,319	,554	,876
M51	45,01	45,616	,569	,875
M44	44,84	45,542	,573	,875
M40	45,03	45,334	,549	,876
M27	45,02	45,744	,508	,878
M6	45,22	43,995	,571	,875
M3	44,93	46,223	,511	,878
M42	44,88	45,782	,531	,877

Tablo 12.

Yetersiz Öz Eleştiri Alt Boyutu Madde Toplam (Item-Total) ve Madde Kalan (Item-Reminder) Korelasyon Sonuçları

	Ölçek Ortalaması	Ölçek Varyansı	Madde-Toplam Korelasyonu	Cronbach's Alpha Madde Silinirse
M21	14,23	20,884	,620	,769
M25	14,68	21,994	,567	,779
M31	14,12	20,331	,591	,773
M52	14,36	21,534	,530	,782
M26	14,49	21,553	,532	,782
M17	14,36	22,296	,456	,793
M46	13,49	21,892	,422	,800
M50	13,97	22,364	,449	,794

Yukarıdaki tablolar incelendiğinde yıkıcı öz eleştiri boyutundaki maddelerin madde-toplam korelasyonlarının .730 ile .632, yapıcı öz eleştiri alt boyutundaki maddelerin madde-toplam korelasyonlarının .708 ile .508, yetersiz öz eleştiri alt boyutundaki maddelerin madde-toplam korelasyonlarının ise .620 ile .422 arasında değiştiği görülmektedir. Madde toplam korelasyonu 0.30 ve üzeri değerler kabul edilebilir düzeydedir (Büyüköztürk, 2015; Tavşancıl, 2010). Bu bağlamda ölçekte yer alan 30 maddenin tamamının kabul edilebilir madde-toplam korelasyon değerine sahip olduğu söylenebilir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Tartışma

Sosyal bir varlık olan ve çevresiyle sürekli etkileşim halinde olan bireyler, günlük hayatta olumlu davranışlarda bulunduğu gibi kimi zaman da olumsuz davranışlar sergileyebilmektedir. Bu noktada kişinin öz eleştiride bulunarak hatalarını fark etmesi ve bu hataları düzeltmeye çalışması bireysel ve toplumsal açıdan dikkate değer bir durumdur. Bununla birlikte, bireyin öz eleştirinin önem ve mahiyetini kavramadan kendisine yönelik eleştirileri alışkanlık haline getirmesi ya da bu yola hiç başvurmaması öz eleştiriye işlevsiz hale getirebilir. Öz eleştirel beceriler, bireyin kendisine yönelik farkındalığını artıracak ve kişisel gelişimi destekleyecek bir unsur olabileceği gibi, aynı zamanda kişinin benlik saygısı ve iyi oluşu için de bir engel teşkil edebilir. Bu açıdan öz eleştirinin, çeşitlik kültürlerde nasıl algılandığına bağlı olarak işlevi ve kişiler üzerindeki etkisi değişkenlik gösterebilmektedir. Örneğin, Holle ve Ingram (2008)'e göre psikopatolojide öz eleştiri, bireyin kişisel veya fiziksel özelliklerine yönelik olumsuz ve eleştirel düşüncelerde bulunması, hata ve eksikleri için kendini aşırı derecede suçlaması, kendisiyle ilgili ulaşılması zor hedefler belirlemesi ve başkaları tarafından onaylanmayacağına dair inancı gibi unsurları içermektedir. Bu noktada öz eleştiri, birçok araştırmacı tarafından benliğin sert ve cezalandırıcı bir şekilde değerlendirilmesi olarak ele alınmaktadır (Powers, Zuroff ve Topciu, 2004; Thompson ve Zuroff, 2004). Aronfreed (1964)'de öz eleştirinin öğrenilmesinin çocukluk döneminde maruz kalınan cezaların içselleştirilmesi sonucu ortaya çıktığını vurgulamıştır. Bu bağlamda yıkıcı öz eleştiri, bireyde kendini eleştiren düşüncelerle birlikte çeşitli olumsuz duyguları da beraberinde getirebilir. Yapılan çalışmalarda bu tip öz eleştirel düşünce ve inançlar depresyon, sosyal kaygı, travma sonrası stres bozukluğu vb. çeşitli değişkenlerle ilişkilendirilmiştir (Adams vd., 2009; Beck, 1987; Blatt, 1995; Clark, Watson ve Mineka, 1994; Cox ve vd., 2004). Yapılan çalışmalar incelendiğinde genellikle Batı toplumlarında öz eleştirinin depresyon vb. çeşitli bozuklukların önemli bir yordayıcısı olarak değerlendirildiği görülmektedir.

Alanyazında öz eleştiriye çeşitli bozukluklarla ilişkilendiren yaklaşımların yanısıra öz eleştirinin uyarlanabilir yönlerinin de olduğunu ve kültürel bağlamda incelenmesi gerektiğini vurgulayan çalışmalarda mevcuttur. Örneğin, kolektif Doğu toplumlarında ise öz eleştiri, sorunlarla yüzleşmek ve kişisel başarı için gerekli olarak düşünülmektedir (Heine vd., 1999; Kitayama ve Markus, 2000). Kitayama ve Markus (2000)'a göre de Doğu Asya toplumlarında öz eleştirel tutum, kişinin karşılıklı sosyal ilişkilere tam olarak katılmasına yardımcı olur. Bu noktada özellikle kolektif özelliklere sahip toplumlara yönelik yapılan çalışmalarda öz eleştirel tutumların gerekliliğine yapılan vurgu göze çarpmaktadır. İçinde bulunduğumuz kültürel bağlamda değerlendirildiğinde ise öz eleştiri bireyin gelişimini destekleyen bir araç olarak görülmektedir. Turşak (2017)'e göre öz eleştiri ilk etapta zorlayıcı olsa da uzun vadede kişinin daha iyiye ulaşmasına yardımcı olur. Yapıcı bir şekilde öz eleştiride bulunan birey kendisini sorgular, irdeler ve hatalarını görüp kendisine çekidüzen verme gayreti içerisinde olur (Uludağ, 2011). Benlioğlu (2016) yapıcı eleştiriye en ideale ulaşmada önemli bir vasıta olarak nitelendirmiştir. Ayrıca öz eleştiri ile ilgili araştırmalarda yapıcı nitelikteki öz eleştirinin kişilik gelişimine katkısı vurgulanmıştır (Okan, 2021). Bu noktada yapıcı öz eleştirinin, bireyin kendi eksiklerini düzeltmesi ve olumlu yönlerini geliştirmesini noktasındaki gerekliliği ön plan çıkmaktadır. Yapıcı öz eleştiride bulunan birey hata ve eksiklerini fark etmekle kalmayacak, bunları daha güzel işlerle telafi etmek için olumlu davranışlarını artıracaktır. Turşak, (2020)'e

göre öz eleştiri hata ve eksiklere yönelik doğru teşhis olduğu gibi aynı zamanda bu hataları düzeltmeye yönelik bir tedavi niteliği taşımaktadır. Bu noktada birey, sürekli kendisini hatalı görmekten ya da başkalarını suçlamaktan kaçınıp yapıcı öz eleştiriye benimsediği takdirde, bu tutum hedeflerine ulaşmasına yardımcı olacaktır. Literatürdeki bu kültürel farklılıklar öz eleştiriye ölçme süreçlerine de yansımıştır. Örneğin, Öngen (2006) tarafından Türk örneklem üzerinde yapılan çalışmada sonucunda Thompson ve Zuroff (2004)'un aksine içselleştirilmiş öz eleştirinun depresyonun yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Öngen (2006) bu sonuçların Türk ergenler için belirledikleri içsel standartların kişilerarası standartlar kadar önemli olmamasından kaynaklı olabileceğini ifade etmiştir.

Yapılan araştırmalar ve literatür bilgisi, öz eleştirinun toplumların sahip olduğu kültürel özelliklerden etkilendiğini kanıtlar niteliktedir. Ayrıca Kannan ve Lewitt (2003) yaptıkları çalışmada öz eleştiri kavramına yönelik;

- Öz eleştirinun depresyon dışındaki psikolojik olgularla da ilişkisinin araştırılması
- Öz eleştirinun uyarlanabilir işlevleri ve daha az şiddetli öz eleştiri ile ilgili süreçlerin incelenmesi
- Depresyon ve mükemmeliyetçiliğin yanında, farklı ve işlevsel öz eleştiri tanımlarının geliştirilmesi
- Öz eleştirinun kapsamına ilişkin anlayışımızı zenginleştirmek için kültürel faktörler ve öz eleştiri üzerine araştırmalar yapılması
- Öz eleştirel tutumlara yönelik bütüncül tedavi yaklaşımlarının geliştirilmesi

ile ilgili konularda yapılacak araştırmaların, öz eleştiri kavramının kapsamlı ve derinlemesine incelenmesine katkıda bulunacağını belirtmiştir. Bu bağlamda öz eleştiriye, yalnızca yıkıcı yönüyle ilişkilendirmek yerine kültürel bağlamda çok boyutlu incelemek, kültüre duyarlı olan bu kavramın geniş bir perspektiften ele alınması ve tanımlanması bakımından önem arz etmektedir.

Gilbert vd., (2004) öz eleştiri çeşitleri ile ilgili daha ayrıntılı araştırmalara ihtiyaç duyulduğunu ifade etmiştir. Alanyazın incelendiğinde öz eleştiri ile ilgili literatür olmakla birlikte, bu konunun kültürel farklılıklara duyarlı bir bakış açısıyla incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bununla birlikte öz eleştiriyle ilgili Türkiye’de geliştirilmiş herhangi bir ölçeğin olmadığı belirlenmiştir. Bu noktadan bakıldığında, öz eleştiri kavramını kültürel açıdan ele almanın ve bireylerin öz eleştiri düzeylerini belirleyen bir ölçme aracının ne denli önemli olduğu anlaşılmaktadır. Zira sürekli öz eleştiriye bulunan ya da kendisine yönelik eleştiriye bulunmayan kişilerin kişisel ve sosyal ilişkilerinde ciddi sorunlar meydana gelebilmektedir. Dolayısıyla öz eleştiri ölçeği, sadece kişilerin öz eleştiri düzeylerinin değil aynı zamanda diğer psikolojik değişkenlerin de tahmin edilmesinde yardımcı olacaktır. Ayrıca özellikle sosyal bilimlerde kavramların tüm yönleriyle ele alınarak kültürel farklılıkları da göz önünde bulunduracak şekilde incelenmesi ve tartışılması gerektiği düşünülmektedir.

Gelinen noktada öz eleştirinun, yalnızca yıkıcı işlevlerinin ele alınmasının kavramın anlaşılması ve açıklanmasında eksikliklere sebep olduğu düşünülmektedir. Bireyin yaptığı her öz eleştiri olumsuz ve yıkıcı olarak ele alındığı takdirde, kişinin kendisine yönelik farkındalık geliştirmesi, eksikliklerini tespit etmesi ve hatalarından ders çıkartarak daha iyi yönelmesi

mümkün olmayacaktır. Dolayısıyla öz eleştirinin çok boyutlu olarak değerlendirilmesi, kavramla ilgili olumlu noktaların daha net bir şekilde görülmesine fırsat verecek ve öz eleştirinin yapıcı bir şekilde ele alınıp uygulanması gerek bireysel gerekse toplumsal hayatın gelişmesine yardımcı olacaktır. Bu kapsamda geliştirilmiş Öz Eleştiri Ölçeği'nin, kavramın kültürel bağlamda ele alınarak tartışılması ve yetişkin bireylerin öz eleştiri düzeylerini ölçme noktasında alan yazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Sonuç

Çalışmanın temel amacı yetişkin bireylerin öz eleştiri düzeylerini ölçmeye yarayacak kültürel yapıya uygun bir ölçme aracı geliştirmektir. Bu amaç kapsamında öz eleştiri ile ilgili alanyazın incelenmiş ve hedef kitleden bir gruba öz eleştiri ile kompozisyon yazdırılmıştır. Elde edilen bilgiler doğrultusunda 106 maddelik havuz oluşturulmuştur. Daha sonra bu maddeler uzman görüşüne sunulmuştur. 12 uzmanın görüşleri doğrultusunda elde edilen maddelere yönelik KGO hesaplamaları yapılmış ve bunun sonucunda 52 maddelik ölçek ortaya çıkmıştır. Hazırlanan bu form, 18-61 yaş arası toplam 675 yetişkin bireye gönüllülük esasına dayalı bir şekilde uygulanmış elde edilen veri seti SPSS 25 ve AMOS 24 istatistik programları aracılığıyla analiz edilmiştir. Bu analizler sonucunda Kaiser-Meyer-Olkin değeri 0,909 olarak hesaplanmıştır. Bu değer kabul edilebilir faktörlenebilirlik değerinin (0.6) üzerindedir. Bartlett's Sphericity testi istatistiki olarak anlamlı sonuç vermiştir (9556,648 $p < ,000$). Yapılan açımlayıcı faktör analizi sonucunda geliştirilen Öz Eleştiri Ölçeği (ÖEÖ) eigen değeri 1 alınmış ve toplam varyansın %59,14'ünü açıklamaktadır. Bununla birlikte bazı maddelerin düşük yük değerlerine sahip olduğu, bazılarının ise farklı alt boyutlardan yük aldıkları görülmüştür. Bu durumdaki maddeler sırasıyla atılarak, tüm madde yükleri ,45 ve üzeri olacak şekilde analiz tekrarlanmıştır. Tekrarlı analizler sonucunda herhangi bir faktörden yük almayan madde kalmamıştır. Yapılan dik döndürme (varimax rotation) neticesinde toplam varyansın %48,93'ünü açıklayan 3 alt boyutlu bir ölçek elde edilmiştir. Açıklanan toplam varyans sosyal bilimler için kabul edilebilir değer aralığındadır.

Yapılan analizler sonucunda üç faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu alt boyutlar madde özellikleri dikkate alınarak isimlendirilmiştir. 1. Faktör 10 madde "Yıkıcı Öz Eleştiri", 2. Faktör 12 madde "Yapıcı Öz Eleştiri" ve 3. Faktör 8 madde "Yetersiz Öz Eleştiri" olmak üzere toplam 30 maddelik bir ölçek oluşmuştur. Ölçeğe yönelik puanlama yapılırken toplam puan hesaplanırken alt boyuttaki maddeler kendi içinde toplanarak her alt boyut için ayrı toplam puan hesaplanır. Ölçeğin toplam puanı yoktur. Ölçeğin güvenilirliğini belirlemek üzere yapılan analizlerde Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı yıkıcı öz eleştiri alt boyutu için $\alpha = ,91$; yapıcı öz eleştiri alt boyutu için $\alpha = ,88$ ve yetersiz öz eleştiri alt boyutu için $\alpha = ,80$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlar ölçeğin geçerliliğine yönelik önemli bilgiler vermektedir. Ölçek alt boyutlarının ayırt ediciliğini belirlemek amacıyla yapılan analiz neticesinde tüm alt boyutlar için alt ve üst gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p < ,001$). Elde edilen sonuçlar ölçek maddelerinin ölçtükleri özellik açısından belirleyici ve ayırt edici olduğunu kanıtlar niteliktedir. Madde toplam korelasyonları belirlemeye yönelik yapılan analiz sonucunda tüm alt boyutlardaki maddelerin toplam puanla arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < ,001$). Ölçek alt boyutlarının arasındaki ilişkiyi belirlemeye yönelik yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizinde alt boyutlar arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir ($P < ,001$). Bu sonuçlar, alt boyutların birbirleriyle iyi ilişki içinde olduklarını göstermektedir. Yapılan test-tekrar test analizleri sonucunda elde edilen değerler istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur

($P < .001$). Bu değerler ölçeğin güvenilirliğini desteklemektedir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizinden elde edilen sonuçlar, ölçek maddelerinin gerekli yük değerlerine sahip olduğunu ve geliştirilmiş olan ölçeğin uyum değerlerinin kabul edilebilir düzeyde olduğunu göstermektedir. Geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmış bir başka ölçek ile korelasyonunu belirlemek amacıyla 30 maddelik nihai öz eleştiri ölçeği, kısa psikolojik sağlık ölçeği ile beraber 58 kişilik bir gruba uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar istatistiki olarak anlamlı bulunmuştur ($P < .001$). Buna göre Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği yıkıcı öz eleştiri ve yetersiz öz eleştiri alt boyutu ile negatif yapıcı öz eleştiri alt boyutu ile pozitif korelasyon göstermiştir. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin, yıkıcı öz eleştiri ve yetersiz öz eleştiri alt boyutu ile negatif korelasyon göstermesinin sebebi bu alt boyutlardaki maddelerle ters anlamlı maddelere sahip olmasıdır. Örneğin, başarısızlık karşısında yoğun öfke ve pişmanlık duyan bireyin psikolojik sağlık düzeyinin düşük olması olası bir durumdur. Bu doğrultuda elde edilen sonuçlar anlamlı bulunmuştur.

Geliştirilen bir ölçeğin yeterli geçerlik ve güvenilirlik değerlerine sahip olması da oldukça önemli bir durumdur. Büyüköztürk (2015) geçerliği, geliştirilmesi planlanan ölçme aracının istenen yapıyı gerçekten ölçüp ölçmediği şeklinde ifade ederken; güvenilirliği ise, katılımcıların verdiği cevaplar arasındaki tutarlık olarak ifade etmiştir. Yapılan geçerlik ve güvenilirlik analizlerinden elde edilen bulguların, kabul edilebilir istatistiki değer aralıklarında olduğu görülmüştür. Bu durum, Öz Eleştiri Ölçeği'nin yetişkinlerin öz eleştiri düzeylerini belirlemede geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak kullanılabileceğini ortaya koymaktadır.

Öneriler

Bu bölümde araştırmanın sınırlılıkları da dikkate alınarak çeşitli öneriler sunulmuştur.

- 1) Yapılan literatür incelemesinde öz eleştiri kavramına yönelik algısal farklılıkların söz konusu olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda farklı kültürlere yönelik yapılacak fenomenolojik çalışmaların kavramsal açıdan önemli sonuçlar ortaya koyacağı düşünülmektedir.
- 2) Farklı kültürlerde algılanan öz eleştiri kavramına yönelik kültürel karşılaştırmalara dayalı araştırmaların yapılması önerilmektedir. Bu araştırmalar öz eleştirinin daha iyi anlaşılmasına ve daha işlevsel kullanılmasına fayda sağlayacaktır.
- 3) Öz eleştiri ölçeğinin yapıcı öz eleştiri alt boyutunun özellikle; psikolojik iyi oluş, benlik saygısı, bilinçli farkındalık, öz şefkat, öz değerlendirme, sorumluluk vb. değişkenlerle ilişkisinin araştırılması önerilmektedir. Bu doğrultuda yapıcı öz eleştirinin pozitif psikoloji perspektifinde ele alınıp olumlu kişilik özellikleri ile ilişkisine yönelik çalışmaların alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu açıdan yapıcı öz eleştiri alt boyutuna ilişkin yapılacak çalışmalar gerek ölçeğin kullanılabilirliği gerekse yapıcı öz eleştiriyi ölçme noktasında fikir verecektir.
- 4) Ölçeğin yıkıcı öz eleştiri alt boyutunun depresyon, sosyal fobi, mükemmeliyetçilik, anksiyete vb. kavramlarla ilişkisinin incelenmesi önerilmektedir. Literatür kısmında aktarıldığı üzere var olan araştırmalarda yüksek düzeyde öz eleştirinin bu kavramlarla ilişkisi olduğu görülmektedir. Bu bağlamda bireylerin aşırı öz eleştirel düzeylerini belirlemeye yönelik tasarlanan yıkıcı alt boyutun bu vb. kavramlarla anlamlı ilişkilere sahip olabileceği düşünülmektedir.
- 5) Ölçeğin yetersiz öz eleştiri alt boyutunun özellikle mükemmeliyetçilik, narsizm, suçlayıcı düşünceler vb. değişkenler bağlamında incelenmesi önerilmektedir. Bireylerin kendilerine yönelik öz eleştiride bulunmalarının bu değişkenlerle ilişkisi olabileceği düşünülmektedir.

6) Geliştirilen bu ölçek yetişkin bireylere yönelik uygulanacaktır. Dolayısıyla başka yaş grupları için de öz eleştiriye yönelik ölçme araçları geliştirilebilir. Bu durum öz eleştiri değişkeninin ölçülmesi ve öz eleştiriye yönelik araştırmaların artması açısından önem arz etmektedir.

7) Bu çalışma yetişkin bireylerin öz eleştiri düzeylerini belirlemek için geliştirilen bir ölçek çalışmadır. Öz eleştiri düzeylerindeki farklılıkların altında yatan nedenlerle ilgili bilgi vermez. Bireylerin öz eleştirel tutumları, yetiştirilme tarzı, akran grubu, sosyal ilişkiler gibi etkenlerden önemli ölçüde etkilenmektedir. Bu bağlamda yapılacak nitel ve karma çalışmalarla bireylerin öz eleştiri düzeylerini etkileyen unsurlar hakkında bilgi sahibi olunabilir.

Çıkar Çatışması Bildirimi

Yazarlar, bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve/veya yayınlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemiştir.

Destek/Finansman Bilgileri

Yazarlar, bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve / veya yayınlanması için herhangi bir finansal destek almamıştır.

Etik Kurul Kararı

Bu araştırma için Marmara Üniversitesi kurumundan (03.05.2021 /4-22) etik izin alınmıştır.

Kaynakça/References

- Adams, P., Abela, J. R., Auerbach, R. ve Skitch, S. (2009). Self-criticism, dependency, and stress reactivity: An experience sampling approach to testing Blatt and Zuroff's (1992) theory of personality predispositions to depression in high-risk youth. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(11), 1440-1451.
- Aleamoni, L.M. (1976). The relation of sample size to the number of variables in using factor analysis techniques. *Educational and Psychological Measurement*, 36: 879–883.
- Altunay, E. (2020). Okul yöneticilerinin ders denetimlerine ilişkin yönetici ve öğretmen görüşleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (55), 95-127.
- Aronfreed, J. (1964). The origin of self-criticism. *Psychological Review*, 71, 193–218. <https://doi.org/10.1037/h0047689>.
- Ayyıldız, H. ve Ekrem, C. (2006). Pazarlama modellerinin testinde kullanılabilir yapısal eşitlik modeli (YEM) üzerine kavramsal bir inceleme. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 11 (1) : 63-84.
- Baumgartner, H., & Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161.
- Beck, A. T. (1987). Cognitive models of depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 1, 5-37.
- Benlioğlu, M. (2016). Tasavvufta iç tenkit geleneği: İmam-ı Rabbânî'nin Mektûbâtı örneği (Yüksek Lisans Tezi, Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Bentler, P.M. (1980). Multivariate analysis with latent variables: Causal modeling. *Annual Review of Psychology*, 31, 419-456.
- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism: Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003–1020.
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: Theoretical, research and clinical perspectives*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Blatt, S. J. D'Afflitti, J. P. ve Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal psychology*, 85(4), 383-389.
- Blatt, S. J., Shahar, G. ve Zuroff, D. C. (2001). Anaclitic (sociotropic) and introjective (autonomous) dimensions. *Psychotherapy*, 38(4).449-454.
- Blatt, S. J. ve Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527– 562.
- Breines, J. (2014, Ocak 9). Four Ways to Constructively Criticize Yourself. https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_ways_to_constructively_criticize_yourself.
- Browne, M.W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. In: Bollen, K.A., & Long, J.S. (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage

- Büyüköztürk, Ş. (2015). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (Genişletilmiş 21. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Carhart-Harris, R. L., Mayberg, H. S., Malizia, A. L. ve Nutt, D. (2008). Mourning and melancholia revisited: correspondences between principles of Freudian metapsychology and empirical findings in neuropsychiatry. *Annals of General Psychiatry*, 7(1), 9.
- Castilho, P., Pinto-Gouveia, J. ve Duarte, J. (2015). Exploring self-criticism: Confirmatory factor analysis of the FSCRS in clinical and nonclinical samples. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 22(2), 153-164.
- Clark, L. A., Watson, D. ve Mineka, S. (1994). Temperament, personality, and the mood and anxiety disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 103-116.
- Cox, B. J., Clara, I. P. ve Enns, M. W. (2009). Self-criticism, maladaptive perfectionism, and depression symptoms in a community sample: A longitudinal test of the mediating effects of person-dependent stressful life events. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 23(4), 336-349.
- Cox, B. J., MacPherson, P. S., Enns, M. W. ve McWilliams, L. A. (2004). Neuroticism and self-criticism associated with posttraumatic stress disorder in a nationally representative sample. *Behaviour Research and Therapy*, 42(1), 105-114.
- Çam, O. ve Akgün, E. (2007). Kişilerarası ilişkilerde çatışma ve çatışma yönetimi. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 23(2), 207-221.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2012). Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
- Doğan, T. (2015). Kısa psikolojik sağlamlık ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 93-102.
- Doğan, T., Sapmaz, F. ve Çötök, N. A. (2013). Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 21(1), 391-400.
- Ergin, D.Y. (1995). Ölçeklerde Geçerlik ve Güvenirlik. M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 7, 125-148.
- Erkoç, R. (2017). *Öz-eleştirinin öznel iyi oluş üzerindeki etkisinin aracı değişkenleri olarak farkındalık ve öz-duyarlılık*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Fazaa, N. ve Page, S. (2003). Dependency and self-criticism as predictors of suicidal behavior. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 33(2). 172-185.
- Fraenkel, J. R. ve Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education*. New York: McGrawHill Education.
- Gazâlî, M. (2002). *İhyâ'u 'Ulûmi'd-Dîn"* (c. 3) (Trc. Ahmet Serdaroğlu), İstanbul: Bedir Yayınevi.
- Gilbert, P., Clark, M., Hempel, S., Miles, J. N. V. ve Irons, C. (2004). Criticising and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 31-50.

- Heine, S. J., Lehman, D. R., Markus, H. R. ve Kitayama, S. (1999). Is there a universal need for positive self-regard? *Psychological Review*, 106, 766-794. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-295X.106.4.766>.
- Hocaoğlu, D. (1999). Türk milliyetçiliğinin en mühim ihtiyacı: Öz-eleştiri., *Türk Yurdu*. 19 (51). 95-100.
- Holle, C. ve Ingram, R. (2008). On the psychological hazards of self-criticism. *Self-criticism and self-enhancement: Theory, research, and clinical implications*. (s. 55-71) içinde. American Psychological Association.
- Kahraman, M. (2017). Türk dilinin terimsel gelişim sürecine tarihî bakış. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*,1(1),137-160.
- Kannan, D. ve Levitt, H. M. (2013). A review of client self-criticism in psychotherapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 23(2), 166-178.
- Kaplan D. (2000). Evaluating and Modifying Structural Equation Models. Structural Equation Modeling: Foundations and Extensions. 1st ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Kitayama, S. ve Markus, H. R. (2000). The pursuit of happiness and the realization of sympathy: Cultural patterns of self, social relations, and well-being. In E. D. Diener, & E. M. Suh (Eds.), *Culture and subjective well-Being* (pp. 113-161). Cambridge, MA: MIT Press.
- Kitayama, S., Markus, H. R., Matsumoto, H. ve Norasakkunkit, V. (1997). Individual and collective processes of self-esteem management: Self-enhancement in the United States and self-depreciation in Japan. *Journal of Personality and Social Psychology* 72: 1245-67.
- Kline, R.B. (2011). Principles and practice of structural equation modeling. New York: The Guilford Press. Leech, N.L., Barrett, K.C., & Morgan, G.A. (2005). SPSS for intermediate statistics; Use and interpretation. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Kopala-Sibley, D. ve Zuroff, D. (2017). Self-Criticism and Dependency. *The SAGE Encyclopedia of Abnormal and Clinical Psychology*. SAGE Publications.
- Leary, M. R. (2007). Motivational and emotional aspects of the self. *Annu Rev Psychol*. 58(1):317–344.
- Leary, M. R., ve Tangney, J. P. (2013). The self as an organizing construct in the behavioral and social sciences. *Handbook of self and identity* (2. Baskı).
- Lozano, E. B., Laurent, S. M., (2019.) The effect of admitting fault versus shifting blame on expectations for others to do the same. *Plos/Plus? One* 14(3).
- Marshall, H. H. (1989). The development of self-concept. *Young Children*, 44(5), 44-51.
- Marsh, H.W., Hau, K.T., Artelt, C., Baumert, J., & Peschar, J.L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360.
- Meydan, C.H., & Şeşen, H. (2011). Yapısal eşitlik modellemesi ve AMOS uygulamaları. Ankara: Detay Yayıncılık.

- Mongrain, M. ve Zuroff, D. C. (1994). Ambivalence over emotional expression and negative life events: Mediators of depression in dependent and self-critical individuals. *Personality and Individual Differences*, 16, 447-458.
- Monte, C.F. (1980). *Beneath the mask*. New York: (Holt, Rinehart ve Winston Inc).
- Nock, M. K. (2009). Why do people hurt themselves? *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 78-83.
- Nunnally, J. C. ve Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory*. (Third Edition). New York: McGraw-Hill.
- Okan, N. (2021). Öz Eleştiri (Self-criticism). *Eğitimde Öz* (1. baskı) içinde (s. 75-98). İstanbul: Kriter Yayınevi.
- Otrar, M. (2016). Yaşlılık ve Yaşlanmaya İlişkin Tutum Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *İstanbul University Journal of Sociology*, 36(2), 527-550.
- Öngen, D. E. (2006). The relationships between self-criticism, submissive behavior and depression among Turkish adolescents. *Personality and Individual Differences*, 41(5), 793-800.
- Powers, T. A., Zuroff, D. C. ve Topciu, R. A. (2004). Covert and overt expressions of self-criticism and perfectionism and their relation to depression. *European Journal of Personality*, 18, 61-72.
- Priel, B. ve Shahar, G. (2000). Dependency, self-criticism, social context and distress: Comparing moderating and mediating models. *Personality and Individual Differences*, 28, 51-525.
- Santor, D. A., Zuroff, D. C., Mongrain, M. ve Fielding, A. (1997). Validating the McGill revision of the depressive experiences questionnaire. *Journal of the Personality Assessment*, 69 (1), 164-182.
- Sezgin, O. (2019). *Eğitim: Kavram ve kuram*. İstanbul: Kalem Vakfı Yayınları.
- Shahar, B., Szsepsenwol, O., Zilcha-Mano, S., Haim, N., Zamir, O., Levi-Yeshuvi, S. ve Levit-Binnun, N. (2015). A Wait-List Randomized Controlled Trial of Loving-Kindness Meditation Programme for Self-Criticism. *Clinical psychology & psychotherapy*, 22(4), 346-356.
- Smith, B. W., Dalen, J., Wiggins, K., Tooley, E., Christopher, P. ve Jennifer Bernard, J. (2008). The brief resilience scale: Assessing the ability to bounce back. *International Journal of Behavioral Medicine*, 15, 194-200.
- Stillman, J. (2014, Ocak 24). *How to do self-criticism right*. <https://www.inc.com/jessica-stillman/how-to-do-self-criticism-right.html>.
- Şahin, S. ve Arslan, M. C. (2014). Öğrenci ve öğretmen görüşlerine göre istenmeyen öğrenci davranışlarına karşı kullanılan öğretmen stratejilerinin öğrenciler üzerindeki etkileri. *Electronic Turkish Studies*, 9(2).
- Tarmizi, T., Navissa, A., Dian, F., Rahma, F. ve Retno, A. (2019). Self-criticism scale, 1st International Seminar STEMEIF (Science, Technology, Engineering and Mathematics Learning International Forum), *Purwokerto*. The Guildford Press.
- Tavşancıl, E. (2010). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

- Thompson, R. ve Zuroff, D. C. (1999). Development of self-criticism in adolescent girls: Roles of maternal dissatisfaction, maternal coldness, and insecure attachment. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(2), 197-210.
- Thompson, R. ve Zuroff, D. C. (2004). The levels of self-criticism scale: Comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences*, 36, 419-430. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00106-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00106-5)
- Tinsley, H. E. ve Tinsley, D. J. (1987). Uses of factor analysis in counseling psychology research. *Journal Of Counseling Psychology*, 34(4), 414-424.
- Turşak, M. (2017). Dini kişiliğin oluşmasında özeleştirinin etkisi. *Ağrı İslâmi İlimler Dergisi (AGİİD)*, 1(1), 127-140.
- Turşak, M. (2020). *Kur'an'da özeleştiriri*. İksad Yayınlar.
- Uludağ, S. (2011). *Tasavvuf ve tenkit*. Mavi Yayıncılık.
- Uzun, Ç. (2009). *Özeleştiriri*, (Yayınlanmış Sanatta Yeterlilik Tezi), Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Resim Anasanat Dalı, Ankara.
- Yaman, E. (2014). *Değerler eğitimi*, Akçağ Yay., Ankara.
- Yenipinar, Ş., Göksoy, S. ve Bal Kusunacı, S. (2016). Okullarda Stratejik Yönetim Uygulamaları. *Ihlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 5-24.
- Wall, C. (1986). Self-concept: An element of success in the female library manager. *Journal of Library Administration*, 6(4), 53-65.
- Whelton, W. J. ve Henkelman, J. J. (2002). A verbal analysis of forms of self-criticism. *Alberta Journal of Educational Research*, 48, 88–90.
- www.tdk.gov.tr., Erişim tarihi: 06 Aralık 2020.
- Zuroff, D. C. (1992). New directions for cognitive models of depression. *Psychological Inquiry*, 3, 274-277.

İletişim/Correspondence

Uz. Psk. Dan. Mücahit YILMAZTÜRK
mchtylmztrk@gmail.com
 Prof. Dr. Halil EKŞİ
halileksi@marmara.edu.tr