

İLAHİYAT FAKÜLTESİ SON SINIF ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK ALGILARI VE YETKİNLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

İsmail Sağlam* Züleyha Demir Sakınmaz**

Öz

Benlik; ben'in özellikleri ve diğer insanlarla etkileşimlerinin olumlu ve olumsuz çeşitli yönlerinin algılanması sonucu oluşan örgütlenmiş ve kendi içinde tutarlı bir kavramdır. Ergenlik ve ilk yetişkinlik döneminde anlam kazanan ve yaşam boyu süren, bireyin insanlarla iletişiminden veya kendi duygu, düşünceleri ve diyaloglarından çıkar. İnsanı yaşamaya güdüleyen temel etken; fitratına yerleştirilen iyiye ve güzele ulaşma arzusudur. Daima daha üst noktayı hedefleyen, kendini gerçekleştirme yolunda hedefler belirleyen insanoğlu, toplumda statü kazanacağı, seveceği bir mesleğe sahip olma güdüsüyle çabalar. İlahiyat Fakülteleri de bu gayeyle yola çıkan öğrencilere eğitim veren kurumlardandır. Bu çalışma, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Bursa Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesinde öğrenim gören son sınıf öğrencilerinin benlik algılarını ve kendilerini ne denli yetkin gördüklerini tespit etmeye yönelik yapılmıştır. "Din Hizmetlerinde Rehberlik ve İletişim" dersinde "Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi" konuları ele alınmış ve bu kapsamda araştırmaya katılan 254 öğrenciye (168'i kız, 86'sı erkek) "Ayna Etkinliği" anketi uygulanmış, psikolojik, fizyolojik, duygusal ve öğrenci olarak kendilerini nasıl tanımladıkları tespit edilmeye çalışılmıştır. SPSS kullanılarak "Benim Dört Parçam" anket çalışmasından elde edilen veriler rakamsal olarak değerlendirilmiş, tarama modeli kullanılarak yorumlanmıştır. Yine doldurulan "Ayna Etkinliği" formları incelenmiş, olumlu veya olumsuz olarak belirtilen davranışlar ilahiyat fakültesi öğrencileri açısından değerlendirilmiştir. "Benim Dört Parçam" anket uygulamasından elde edilen veriler sonucunda öğrencilerin 200 üzerinden 154 aritmetik ortalamaya sahip oldukları, cinsiyet ve benlik algısı arasında anlamlı bir fark bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Din Eğitimi, Benlik, Benlik Algısı, Benlik Saygısı, Ayna Etkinliği, Benim Dört Parçam Etkinliği, Kendini Gerçekleştirme.

* Prof. Dr., Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Eğitimi Anabilim Dalı.

e-mail: isaglam@uludag.edu.tr, **ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-1666-6360>

** Yüksek Lisans Öğrencisi, Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Eğitimi Bilim Dalı.

e-mail: huzurislamda_610@outlook.com, **ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-4653-4481>

Atıf/Citation: Sağlam, İsmail - Züleyha Demir Sakınmaz. "İlahiyat Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Benlik Algıları Ve Yetkinliklerinin Değerlendirilmesi". *BAİD* 17 (Haziran 2023), 355-377.

THE EVALUATION OF THE FACULTY OF THEOLOGY FINAL GRADE STUDENTS SELF-PERCEPTIONS AND SENSE OF PERSONALITY ABILITIES

Abstract

Self perception is a consistent and organized concept that resulting from negative and positive sides of interactions with other people and qualities of ego. It has meaning in adolescence and early adulthood age(stage) and continues lifelong occurs as a result of interactions with people or self-emotions, thoughts and dialogues. The basic factor to motivate human to live is desire of having fort he better and nicer. Humanity always desires and targets of having fort he better and upper on the ways of self-realizing tries to have a good job and high prestige in a society. The aim of the Faculties of Theology is that. This investigation is made for the final grade students (of Uludag University 2017-2018 School Year) self perception, sense of soul, individuality abilities. In "Counselling & Communication in Religious Services" lesson, "Consciously Awareness & Time Management" is contextualized. "Mirror Activity" (Active Learning Method) is applied for 254 students (168 of them are girl/86 of them are boy). The aim of this application is how to introduce themselves as a student, psychological, emotional, psysical way. By using SPSS, the datas from 'My Four Parts' questionnaire activity are numerically analyzed and commented using scanning model. The forms of "Mirror Activity" searched and negative & positive behaviors are evaluated by the Faculty of Theology students point of view. At the results of datas from 'My Four Parts' questionnaire activity, it's understood that there is no difference between self-perception and gender; and the students have 154 arithmetic average out of 200.

Keywords: Religious Education, Self-perception, sense of soul, Self respect, Mirror activity, My four parts, Self-actualization.

Giriş

İnsanoğlunun ulaşmak için çaba sarf ettiği ve yakaladığında kaybetmek istemediği mutluluk; kişinin kendisini gerçekçi bir gözle tanınması, olduğu gibi kabullenmesi, sevmesi, öz saygıya sahip olması ve değer yargılarının farkına varmasıyla mümkündür. Oysaki bazı insanlar para ve yüksek statünün kişiyi mutluluğa ulaştıracağını düşünerek yanılıya düşebilmektedirler. İnsanı mutluluğa, öz saygıya ve bilinçli farkındalığa ulaştıran en önemli faktörlerin; sahip olduğu "kimlik", "kişilik", "benlik algısı" olduğu söylenebilir. Bunların sahip olduğu form kişide meydana gelecek davranışlara da kaynaklık edecektir. Bireyin davranışlarına kalıtım ve sosyal çevrenin kaynaklık ettiği ise bilinen bir gerçektir.¹

"Psikoanalitik yaklaşım insan davranışlarında bilinçaltı akımların etkili olduğunu savunurken sosyoloji ve antropoloji gibi bilimler sosyal çevrenin birey üzerindeki etkilerini incelerler. Bilim adamları arasında da bu konu üzerinde bir uzlaşma mevcut değildir. Örneğin Jung, kişiliğin kolektif bilinçaltıyla ilişkisi üzerinde dururken, Freud'a göre kişiliğin önemli bir kısmı küçük yaşlardaki deneyimler tarafından belirlenmektedir. Fromm ise kişiliğin

¹ İsmail Sağlam, "Çocuklarda Davranışların Şekillenmesinde Etkili Olan Faktörlere Teorik Bir Yaklaşım", *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 10/2 (1 Haziran 2001), 216.

oluşumunun daha ziyade çevreden edinilen kazanımlar ve kalıtsal özelliklerin harmanlanmasıyla gerçekleştiği kanaatindedir.

Kişiliğin karakter, mizaç ve benlik ile olan ilişkisine bakıldığında kişilik diğer üç terimi de içine alan geniş bir kavramdır. Karakter, “insanın bedeni, zihni ve duygusal etkinliğine toplumun verdiği değer”; mizaç, “bireyin duygusal ve devinimsel hayatının özellikleri”; benlik ise, “insanın kendi kişiliğine ilişkin kanılarının toplamı” olarak tanımlanabilir. Karakter kişiliğin ahlaki yönünü, mizaç duygusal yönünü, benlik ise bireyin kendisine yönelik düşünce yönünü oluşturmaktadır. Yani hem karakter hem mizaç hem de benlik kişiliğin özel yanlarıdır.²

Burns benliğin, birey tarafından önemsenen kişilerin etkileri sonucu oluştuğunu ve üç ayrı benlik bulunduğunu belirtmektedir. Bunlar;

Bilinen Benlik: Bireyin kendi yetenekleri, statüsü ve rolü ile ilgili olarak oluşturduğu kavramdır.

Sosyal Benlik: Bireyin başkalarının bakışı ile ilgili olarak kendisini değerlendirmesidir.

İdeal Benlik: Bireyin olmayı hedeflediği benlik düzeyidir. Bu üç benlik düzeyi fiziksel, sosyal, akademik ve duygusal olmak üzere dört boyutludur.³

Ego terimi ile de ifade edilen benlik, ben'in özellikleri ve diğer insanlarla etkileşimlerinin olumlu ve olumsuz çeşitli yönlerinin algılanması sonucu oluşan örgütlenmiş ve kendi içinde tutarlı bir kavramdır. Tek seferde gelişmesi mümkün olmayan benlik, ergenlik ve ilk yetişkinlik döneminde anlam kazanan ve yaşam boyu devam eden, insanlarla iletişimimizden veya kendi duygu ve düşüncelerimizle diyaloglarımızdan çıkar. Kişilerin günlük yaşamlarındaki olayları kontrolü için gereken; bilişsel, güdüsel ve davranışsal kaynaklara, gerektiğinde bu kaynakları harekete geçirebilecek kapasiteye sahip olduklarına dair inançlarına öz yeterlilik, bireyin yetenek ve kapasitesine güvenerek değerli olduğunu hissetmesine benlik saygısı denir. Benlik saygısı; yüksek ve düşük benlik saygısı olmak üzere iki boyutludur.⁴

² Semra Karakaya, *Dindarlık ve Kişilik Arasındaki İlişki, Allport ve Fromm'un Karşılaştırmalı Analizi* (Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008), 72.

³ Muammer Cengil, “Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi 1. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, *Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 8/15 (1 Haziran 2009), 80.

⁴ Gizem Yıldırım - Gaye Atilla, “Öz Yeterliğin Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısına Etkisi”, *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 21/1 (Haziran 2020), 62-63.

Disiplin ve sevgi aracılığıyla ana-babadan, uygun davranışı gösterme baskısıyla yaşıtlardan, başarı ya da başarısızlıkla okul yaşantılarından etkilenen benlik gelişimi, ruh ve beden sağlığımızı, başkalarıyla ilişkileri, akademik başarıları ve meslek seçimini etkileyebilir.⁵

Mevlâna, bilinçli bir varoluş halinin kişinin benliğinin farkına varması, nesnelleştirmesi ve kozmik evrimdeki yerini kavraması ile mümkün olduğunu söyler. İki farklı benlik düşüncesinden bahseden Mevlâna, bireyin sosyal çevreden etkilenerek oluşturduğu benliğine geleneksel benlik, özünde var olan, evrenle uyumlu benliğine de gerçek benlik der. Mevlâna düşüncesinde, geleneksel benliği paranteze alarak içinde bulunduğu benliğin farkına varan ve benliğinin eksik yönlerini onarmaya çalışan insan özgürlüğe adım atmış ve geleneksel benliğinin farkına vardığında, yeniden doğmuş olur.⁶

Kendilik kavramının Arapçasına tekabül eden nefis kavramı; halk arasında insana kötülüğü telkin eden, zaaflarına yenik düşüren bir çeşit şeytani varlık olarak bilirse de kelim ve tasavvuf literatüründe bireyin “insan olmak” bakımından derecelerini ifade eden yapının tümüne verilen isimdir.

Gazzâlî nefsi “rabbânî ve ilâhî latife”, “mânevî bir cevher”, “insandaki bilen ve algılayan latife”, “hakiki insan”, “insanın kendisi” şeklinde tarif eder.⁷ Nefis; nebatî, hayvanî ve insanî olmak üzere üç başlıkta toplanır. **Nebatî nefis**; yeme, içme, üreme gücü, **hayvani nefis**; his ve iradeli harekete sahip olma gücü, **insani nefis**; akıl yürütme gücüdür. İbn-i Sînâ insanı incelemeye fizyolojik kısımdan başlar. İnsan varlığının son katmanını insanî nefis olarak isimlendirir. İnsanın akıl etme başta olmak üzere tüm yetilerini ve ben olgusunu insanî nefis kapsamında ele alır ve “ben” olgusunu insanî nefis kapsamında inceler. Kişinin kendi nefisini bilmemesinin, varlığının bilincinde olmamasının mümkün olmadığına vurgu yapar.⁸ Aynı fikri taşıyan Descartes’te ben bilgisinin tüm bilgilerimiz arasında en kesin bilgi olduğunu “cogito” argümanı ile savunur.⁹ İbn-i Sînâ, insanın fitratî itibarıyla unutan bir varlık olduğunu, bu kesin bilgi ve bilincin farkındalığına sahip olamama ihtimaline karşı uyarılması gerektiğini,

⁵ Mary J. Gander - Harry w. Gardiner, *Çocuk ve Ergen Gelişimi*, çev. Ali Dönmez vd. (İstanbul: İmge Yayınları, 3. Basım, 1993), 595.

⁶ Yasemin Akış Yaman, “Mevlânâ ve Kierkegaard’da Benliğin Gelişimi”, *Kaygı, Uludağ Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi*, 29/Güz (30 Ekim 2017)113.

⁷ Süleyman Uludağ, “NEFİS - TDV İslâm Ansiklopedisi”, erişim: 11 Eylül 2019, <https://islamansiklopedisi.org.tr/nefis>.

⁸ Sümeyye Külçe, “İbn Sînâ’nın Nefis Kavramı ve Modern Psikolojideki Ego Kavramının Benlik Olgusu Bağlamında Karşılaştırılması”, *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi*, 1/1 (Ocak 2018), 53.

⁹ Şehabettin Yalçın, “Ben Neyim?”, *Beytülhikme AnInternational Journal of Philosophy*, 1/2 (Aralık 2011), 29.

dinin görevinin de uyarma olduğunu bildirir.¹⁰ Muhammed İkbâl de benliği geliştiren ve yücelten bütün tedbirlerin İslam tarafından alındığını¹¹ söyleyerek İbn-i Sînâ'nın söylemini geliştirir.

Teorik olarak çeşitli filozofların benlikle ilgili görüşlerinden yararlanmakla beraber konuyu izah etmekte dikkate sunmak istediğimiz diğer bir konu da benlik algısının değişkenliğidir. Zaman, zemin ve kişiye bağlı farklılık gösteren bir yapıya sahip olan insanoglu, farklı zamanlarda farklı davranışlar sergileyebilmektedir. Örneğin; orta dereceli bir okulda öğrencisi T. ile ilgilenen öğretmen, Beden Eğitimi öğretmeni ile görüştüğünde T.'nin sorumluluk duygusu gelişmiş ve lider konumunda olduğunu, Müzik öğretmeniyle görüştüğünde dikkatsiz ve kaba olduğunu, Matematikten hep pekiyi alırken Sosyal Bilgilerden bazen iyi bazen zayıf not aldığını öğrenmiş ve "Sanki birden fazla T. var" diye düşünebilme durumunda kalmıştır.¹² Bu örnek akıllara Gardner'in çoklu zekâ kuramını getirmektedir. Aslında T. birden fazla değil, ya kinestetik ve mantıksal zekâyâ sahip, ritmik ve sözel zekâ bakımından zayıf, ya da özdeşim kurduğu öğretmenlerin dersinde ilgili ve başarılı, diğer derslerde ilgisizdir ve bu ilgisizlik T.'yi başarısızlığa sürüklemiştir. Bireyin kendini tanımlayıp, ilgi ve beklentilerini saptayarak hedefleri doğrultusunda mücadelesi sonucunda, kendini gerçekleştirme mümkündür.

Abraham Maslow, tarihte yaşamış ve halen hayatta olan seçkin kimseler üzerinde, klinik metotla derinlemesine yürüttüğü incelemeler sonunda kendini gerçekleştiren kimselerin en belirgin özellikleri olarak şunları saptamıştır:¹³

1. Gerçeği olduğu gibi algılayabilme: Önyargıların etkisi altında kalmadan nesnelere, olayları ve insanları oldukları gibi algılayabilme; somut ve taze yaşantılara yer verme,
2. İçten geldiği gibi davranabilme,
3. Kişisel olmayan, insanlıkla ilgili bir probleme yönelik olma,
4. Kendine yeterli olma: Problemlerini kendi başına çözerek başkalarından yardım, destek ve iltifat beklemeden eylemde bulunabilme,
5. Çevreden bağımsız olma: İnsanların durumlarından faydalanmayı beklememe. Fiziksel ve sosyal çevreden bağımsız yaşayabilme,

¹⁰ Külçe, "İbn Sînâ'nın Nefs Kavramı ve Modern Psikolojideki Ego Kavramının Benlik Olgusu Bağlamında Karşılaştırılması".

¹¹ Mehmet S. Aydın, "İkbâl'in Felsefesinde İnsan", *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 29/1 (Ağustos 1987), 99.

¹² Yahya Özsoy, *Eğitimde Öğrencileri Tanıma Teknikleri* (Ankara: Temel Eğitim Kitapları, 1968), 19.

¹³ İbrahim Gürses, *Dindarlık ve Kişilik* (Bursa: Emin Yayınları, 2. Basım, 2010), 39-40.

6. Takdir edebilme,

7. İnsanlıkla özdeşleşme: Kendini insanlara yakın hissetme, derin bir sempati duyma,

8. Demokratik bir karakter yapısına sahip olma: İrk, sosyal tabaka, eğitim ve siyasal inanç farkı gözetmeksizin yetenek ve iyi kişilik özelliklerine saygı duyma,

9. Nüktedanlık: İnce filozofik değeri olan, güldürürken düşündüren nükteler yapabilme,

10. Yaratıcılık: Yeni bir eser, tarz ve tavır ortaya koyabilme,

11. Sosyal kalıplaşmaya direniş: Kültürün içinde hazır bulunan davranış kalıplarını benimseme zorunluluğu duymama ve modayı yakından izleme gereği duymama.

Yukarıda kendini gerçekleştirmiş bireylerin kişilik özellikleri yer almaktadır. Ancak bilinmelidir ki, kendini gerçekleştirme hayat boyu devam eden, sonu olmayan bir süreçtir. Yani birey, “kendimi gerçekleştirdim, ötesi yok” deme imkânına sahip değildir. Bu durum dünyaya gönderiliş amacımızla da uyum arz etmektedir. Tepe noktasına ulaştığını düşünen bireyin bir süre sonra yaşamından lezzet almasının mümkün olmayacağı, insanı yaşamaya güdüleyen temel etkenin fitratımıza yerleştirilen iyiye ve güzele ulaşma arzusu ve daima daha üst noktayı hedeflemek olduğu unutulmamalıdır.

Hedefe ulaşmadaki yollardan biri de hedefe götüreceği bilgi birikimine sahip olmak için çaba sarf etmektir. İlahiyat fakülteleri de dini alanla ilgili hedef belirleyen bireylere rehberlik eden ve katkı sağlayan kurumlardandır.

İlahiyat fakültesindeki öğrenciler her ne kadar eğitim sistemi gereği belli bir alanı seçmiş ve o alanda yükseköğrenim görmekte iseler de farklı eğilimlere sahip olabilecekleri gözden uzak tutulmamalıdır. Bunların da farklı ilgileri, kabiliyetleri ve benlik algıları olabileceği düşünülmelidir. Hastanelerden cezaevlerine, Millî Eğitim Bakanlığı'ndan Diyanet İşleri Başkanlığı'na kadar birçok kuruma personel yetiştiren İlahiyat Fakülteleri, alanıyla ilgili teknik donanıma sahip olmakla beraber, kendisiyle barışık, yeteneklerinin, ilgi ve ihtiyaçlarının farkında, özgüven sahibi, kendi kendine kararlar verebilen, duygu, düşünce ve davranış bütünlüğünü elde etmiş bireyler yetiştirmeyi misyon edinmiştir.

İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin bahsi geçen özelliklerini konu edinen hatta diğer fakülte öğrencileriyle karşılaştıran bilimsel çalışmalar mevcuttur.¹⁴ Örneğin Aydın (2005) tarafından Ankara Üniversitesi'nde yapılan araştırmada Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi öğrencileri ile İlahiyat Fakültesi öğrencileri arasındaki ereksel değerler şu şekildedir¹⁵: İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin öncelikli değerleri sırasıyla; ahiret mutluluğu, iç huzur, erdemlilik, barış içinde bir dünya ve aile güvenliği iken, Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin sırasıyla aile güvenliği, iç huzur, özgürlük, mutluluk ve kendine saygı değerlerini tercih sıralamalarında belirttikleri görülmektedir. Alt sıralarda gösterilen ereksel değerler İlahiyat Fakültesi öğrencileri için: rahat bir yaşam, sosyal saygınlık, heyecanlı bir yaşam, güzellik/estetik ve zevk iken; Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi öğrencileri için, ulusal güvenlik, ahiret mutluluğu, zevk, heyecanlı bir yaşam, güzellik/estetik olarak değerlendirilmektedir. Mutluluk ve ulusal güvenlik değerleri İlahiyat Fakültesi öğrencilerince daha önemli olarak değerlendirilip, üst sıralarda yer verilirken; olgun sevgi, özgürlük, rahat bir yaşam, sosyal saygınlık ve zevk değerleri Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi öğrencilerinin tercihlerinin üst sıralarında yer almıştır. Şimdi çalışmamızda yer verdiğimiz İlahiyat Fakültesi son sınıf öğrencilerine uygulanan "Bilinçli Farkındalık" eğitimi kapsamında "Ayna ve Benim Dört Parçam" etkinliklerinden elde ettiğimiz sonuçlara değinelim.

1. Yöntem

1.1. Araştırmanın Amacı

Araştırmanın amacı; "mezuniyet aşamasındaki İlahiyat fakültesi öğrencilerinin benlik ve kimliğini tanıması, kimliğinin boyutlarının farkına varması ve kabul etmesi" olarak belirlenmiştir.¹⁶

1.2. Araştırmanın Modeli

Araştırmada, betimsel bir model olan, örneklemeyle çalışarak evren hakkında anketletlerle çıkarım yapmayı sağlayan tarama modeline başvurulmuştur.¹⁷

¹⁴ Veysel Karani Altun, *İlahiyat Fakültesi ve Diğer Fakülte Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Ahlaki Yargı Düzeylerinin incelenmesi* (Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018); Murat Salur, *Eğitim ve İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Perspektifinden Göç ve Mülteci Meselesi* (Malatya: İnönü Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018).

¹⁵ Azize Aydın, *Dil-Tarih ve Coğrafya Öğrencilerinin Değer Hiyerarşileri İle İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Değer Hiyerarşilerinin Karşılaştırılması*, (Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2005), 74.

¹⁶ *İlgili etkinlik örneği için bkz. Ümre Kaynak vd., Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları: Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi* (Ankara: Anı Yayıncılık, 2019), 71.

1.3. Araştırma Grubu

Bu araştırma grubunu, 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Bursa Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesinde “Din Hizmetlerinde Rehberlik ve İletişim” dersinde son sınıf öğrencilerinden “Bilinçli Farkındalık” eğitimi kapsamında “Benim Dört Parçam Etkinliğine” katılan 254 öğrenci ile “Ayna Etkinliğine” katılan, 256 öğrenci oluşturmaktadır.

2. Veri Toplama Araçları

2.1. Ayna Etkinliği:¹⁸ Deneklerden sakın bir ortamda ayna karşısında olduklarını hayal ederek iç ve dış benliklerine yönelik hislerini yazmaları, “Ben kimim?”, “Amaçlarım ne?”, “Değer yargılarım, doğru ve yanlışlarım neler?” sorularını yanıtlamaları, cevaplarını dağıtılan boş kağıtlara yazmaları istenmiştir.¹⁹

2.2. Benim Dört Parçam Etkinliği:²⁰ Dağıtılan form aşağıda görülmektedir. Formda, öğrenci ben, sosyal ben, bedensel ben ve duygusal ben olmak üzere dört alana ait bölümler bulunmakta ve her bölümde 10 rol yer almaktadır. Her alanda birbirine zıt iki rol bulunmakta ve bu roller arasında 1 ile 5 arası rakamlar bulunmaktadır. 1 ve 2 ile düşük benlik algısına sahip rollere yakınlık belirtilirken, 4 ve 5 ile yüksek benlik algısına sahip roller belirtmektedir. 3 ise kişinin kendisini ortada gördüğünü ifade etmektedir. Her bir alandan alınacak maksimum puan 50, toplam maksimum puan 200’dür.

2.3. “Öğrenci Ben”, “Sosyal Ben”, “Duygusal Ben” ve “Bedensel Ben” Değer Ölçekleri

Katılımcıların kendilerini değerlendirecekleri “öğrenci ben”, “sosyal ben”, “duygusal ben” ve “bedensel ben” kategorilerine ait ölçekler aşağıda yer almaktadır.

Tablo 1: “Öğrenci Ben” Ölçeği

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------|---|---|---|---|----------|
| 1. Başarısız | | | | | Başarılı |
| 2. Hoşnutsuz | | | | | Hoşnut |

¹⁷ Ü. Raşit Aydoğdu vd., “Akademik Araştırmalarda Araştırma Yöntemleri ile Örneklem İlişkisi: Doğrulayıcı Doküman Analizi Örneği”, *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi* 30 (04 Temmuz 2017), 559.

¹⁸ Kaynak vd., *Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları: Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi*, 72,73.

¹⁹ Kaynak vd., *Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları: Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi*, 72.

²⁰ Kaynak vd., *Bilişsel Davranışçı Yaklaşımına Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları: Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi*, 75-77.

| | | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|--|-------------------------------|
| 3. | Kararsız | | | | Emin |
| 4. | Diğerlerinden Daha Kötü | | | | Diğerlerinden Daha İyi |
| 5. | Sıkkin | | | | Canlı |
| 6. | Okul Tarafından Kızdırılmış | | | | Okul Tarafından Mutlu Edilmiş |
| 7. | Çalışma Becerileri Kötü | | | | Çalışma Becerileri İyi |
| 8. | Testlerde Zayıf | | | | Testlerde Güçlü |
| 9. | Öğretmenlerce Sevilmeyen | | | | Öğretmenlerce Sevilen |
| 10. | Okula Kızgın | | | | Okulu Seven |
| | TOPLAM | | | | |

Tablo 2: "Sosyal Ben" Ölçeği

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|----------------------------|---|---|---|---------------------------|
| 1. | Güvensiz | | | | Güvenli |
| 2. | Eleştirilen | | | | Kabul Gören |
| 3. | Göz Ardı Edilen | | | | İstenilen |
| 4. | Güçsüz | | | | Güçlü |
| 5. | Arkadaşsız | | | | Çok Arkadaşlı |
| 6. | Değersiz | | | | Üstün |
| 7. | Arkadaşlık Becerileri Kötü | | | | Arkadaşlık Becerileri İyi |
| 8. | Hor Görülen | | | | Sevilen |
| 9. | Popüler Olmayan | | | | Popüler |
| 10. | Mahcup | | | | Gururlu |
| | TOPLAM | | | | |

Tablo 3: "Duygusal Ben" Ölçeği

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-----|----------------|---|---|---|-----------------|
| 1. | Şefkatsiz | | | | Şefkatli |
| 2. | Dürüst Olmayan | | | | Dürüst |
| 3. | Duygusuz | | | | Hassas |
| 4. | Sabırsız | | | | Sabırlı |
| 5. | Soğuk | | | | Arkadaş Canlısı |
| 6. | Mutsuz | | | | Mutlu |
| 7. | Kederli | | | | Neşeli |
| 8. | Kabul Görmeyen | | | | Kabul Gören |
| 9. | Korkak | | | | Emin |
| 10. | Yeteneksiz | | | | Yetenekli |
| | TOPLAM | | | | |

Tablo 4: “Bedensel Ben” Ölçeği

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|--------------------|---|---|---|---|--------------------------|
| 1. Kötü Görünümlü | | | | | İyi Görünümlü |
| 2. Çok Kısa | | | | | Yeterince Uzun |
| 3. Çok İnce | | | | | Olması Gereken Kiloda |
| 4. Çok Ağır | | | | | Çok Hafif |
| 5. Sakar | | | | | El Göz Koordinasyonu İyi |
| 6. Toy | | | | | Yeterince Olgun |
| 7. Kötü Görünen | | | | | Hoş Görünen |
| 8. Zayıf | | | | | Güçlü |
| 9. Burnu Kötü | | | | | Burnu Hoş |
| 10. Saçları Çirkin | | | | | Saçları Güzel |

TOPLAM

2.4. Uygulama

Denek sayısı kadar çoğaltılmış “Benim Dört Parçam” etkinlik formu öğrencilere dağıtılmış ve nasıl doldurmaları gerektiği anlatılmıştır. Ayna etkinliğinde ise deneklerden kendilerini rahat hissettikleri sessiz bir ortamda soruları cevaplamaları istenmiştir.²¹

2.5. İstatiksel Değerlendirme

İstatiksel analizler IBM SPSS 22. sürüm ile yapılmıştır. “Benim Dört Parçam” etkinlik formundan elde edilen rakamsal değerlerin aritmetik ortalamaları hesaplanmış, her rolün likert ölçek değeri belirlenmiştir. Benlik algılarından elde edilen puanların cinsiyete bağlı farklılık gösterip göstermediği Bağımsız İki Örneklem T Testi (Independent Samples Test) ile test edilmiş,²² normal dağılıma sahip olmayan değerlerde Bağımsız İki Örneklem T Testi’nin parametrik olmayan karşılığı Mann Whitney U Testi’ne başvurulmuştur.²³ Anlamlılık düzeyi P 0,05 olarak kabul edilmiştir.

3. Bulgular ve Yorum

3.1. “Benim Dört Parçam” Etkinliği

Deneklerin teslim ettikleri formlardan elde edilen sonuçlar ve her rolün likert ölçeği aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

²¹ Kaynak vd., *Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları: Bilinçli Farkındalık ve Zaman Yönetimi*, 71-73.

²² A. Hamdi İslamoğlu - Ümit Alnıaçık, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (İstanbul: Beta Yayınları, 5. Basım, 2016) 309-312.

²³ İslamoğlu - Alnıaçık, *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*, 464-466.

Tablo 5: “Öğrenci Ben” Ölçek Değerleri

| | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | Likert Ölçeği | |
|--------|-----------------------------|----|------|----|------|-----|------|-----|------|----|------|-------------------------------|------|
| | | S | % | S | % | S | % | S | % | S | % | | |
| 1 | Başarısız | 3 | 1,1 | 10 | 3,6 | 103 | 37,8 | 117 | 43 | 39 | 14,3 | Başarılı | 3,65 |
| 2 | Hoşnutsuz | 12 | 4,4 | 33 | 12,2 | 73 | 27,1 | 108 | 40,1 | 43 | 15,9 | Hoşnut | 3,50 |
| 3 | Kararsız | 19 | 7,1 | 40 | 15 | 92 | 34,7 | 71 | 26,7 | 43 | 16,2 | Emin | 3,29 |
| 4 | Diğerlerinden Daha Kötü | 10 | 3,7 | 15 | 5,5 | 138 | 51,4 | 76 | 28,3 | 29 | 10,8 | Diğerlerinden Daha İyi | 3,36 |
| 5 | Sıkkin | 13 | 4,8 | 28 | 10,4 | 78 | 28,9 | 87 | 32,3 | 63 | 23,4 | Canlı | 3,59 |
| 6 | Okul Tarafından Kızdırılmış | 31 | 11,5 | 46 | 17,1 | 77 | 28,7 | 77 | 28,7 | 37 | 13,8 | Okul Tarafından Mutlu Edilmiş | 3,16 |
| 7 | Çalışma Becerileri Kötü | 7 | 2,6 | 29 | 10,7 | 55 | 20,4 | 118 | 43,8 | 60 | 22,3 | Çalışma Becerileri İyi | 3,72 |
| 8 | Testlerde Zayıf | 9 | 3,3 | 17 | 6,2 | 58 | 21,4 | 110 | 40,7 | 76 | 28,1 | Testlerde Güçlü | 3,84 |
| 9 | Öğretmenlerce Sevilmeyen | 8 | 2,5 | 9 | 2,9 | 107 | 34,6 | 99 | 32 | 86 | 27,8 | Öğretmenlerce Sevilen | 3,79 |
| 10 | Okula Kızgın | 28 | 9,1 | 27 | 8,8 | 96 | 31,3 | 68 | 22,2 | 87 | 28,4 | Okulu Seven | 3,51 |
| TOPLAM | | | | | | | | | | | | 35,41 | |

Deneklerden elde edilen sonuçların likert ölçeği değerlerine bakarak 3,5 ve üzeri değerleri yuvarlaklaştırdığımızda likert ölçeği değeri 4'e tekabül etmektedir, bu da öğrencilerin, “öğrenci ben” kategorisinde; “başarılı, hoşnut, canlı, çalışma becerileri iyi, testlerde güçlü, öğretmenlerce sevilen, okulu seven” rollerinde, benlik algılarının yüksek olduğunu göstermektedir. “Emin, diğerlerinden daha iyi, okul tarafından mutlu edilmiş” rollerinin likert ölçeği değerlerine bakılarak yuvarlaklaştırıldığında likert ölçeği değeri 3 olarak

belirlenir. 3 değeri kararsızlığı ifade ettiğinden öğrencilerin bu rollerde kararsız olduğu saptanmıştır.

Tablo 6: “Sosyal Ben” Ölçek Değerleri

| | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | Likert Ölçeği | |
|--------|----------------------------|----|-----|----|-----|-----|------|-----|------|-----|-------|---------------------------|------|
| | | S | % | S | % | S | % | S | % | S | % | | |
| 1 | Güvensiz | 6 | 2,2 | 12 | 4,4 | 34 | 12,6 | 76 | 28,2 | 141 | 52,4 | Güvenli | 4,24 |
| 2 | Eleştirilen | 3 | 1,1 | 14 | 5,2 | 57 | 21,2 | 109 | 40,6 | 85 | 31,7 | Kabul Gören | 3,96 |
| 3 | Göz Ardı Edilen | 4 | 1,5 | 10 | 3,7 | 55 | 20,8 | 125 | 47,3 | 70 | 26,5 | İstenilen | 3,93 |
| 4 | Güçsüz | 6 | 2,2 | 14 | 5,2 | 59 | 22,2 | 101 | 38,1 | 85 | 32 | Güçlü | 3,92 |
| 5 | Arkadaşsız | 6 | 2,2 | 9 | 3,3 | 48 | 17,9 | 89 | 33,3 | 115 | 43 | Çok Arkadaşlı | 4,11 |
| 6 | Değersiz | 6 | 2,2 | 10 | 3,7 | 78 | 29,2 | 125 | 46,8 | 48 | 17,9 | Üstün | 3,74 |
| 7 | Arkadaşlık Becerileri Kötü | 5 | 1,8 | 12 | 4,3 | 34 | 12,4 | 94 | 34,3 | 129 | 47 | Arkadaşlık Becerileri İyi | 4,20 |
| 8 | Hor Görülen | 6 | 2,1 | 7 | 2,5 | 29 | 10,6 | 100 | 36,3 | 131 | 47,9 | Sevilen | 4,25 |
| 9 | Popüler Olmayan | 15 | 5,4 | 24 | 8,6 | 110 | 39,7 | 87 | 31,4 | 41 | 14,8 | Popüler | 3,41 |
| 10 | Mahcup | 12 | 4,4 | 23 | 8,5 | 96 | 35,8 | 77 | 28,7 | 60 | 22,3 | Gururlu | 3,93 |
| TOPLAM | | | | | | | | | | | 39,69 | | |

“Sosyal ben” kategorisinden elde edilen sonuçların, likert değerlerine bakarak yuvarlaklaştırılma yapıldığında, deneklerin, sadece “popüler” rolünde kararsız oldukları, “güvenli, kabul gören, istenilen, güçlü, çok arkadaşlı, üstün, arkadaşlık becerileri iyi, sevilen, gururlu” rollerinde ise yüksek benlik algısına sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 7: "Duygusal Ben" Ölçek Değerleri

| | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | Likert Ölçeği | |
|--------|-------------------|----|------|----|------|----|------|-----|------|-----|------|--------------------|------|
| | | S | % | S | % | S | % | S | % | S | % | | |
| 1 | Şefkatsiz | 5 | 1.8 | 10 | 2.2 | 13 | 4.7 | 70 | 25.8 | 177 | 65.3 | Şefkatli | 4,50 |
| 2 | Dürüst Olmayan | 4 | 1.4 | 33 | 1.4 | 10 | 3.7 | 92 | 34.4 | 157 | 58.8 | Dürüst | 4,47 |
| 3 | Duygusuz | 9 | 3.3 | 40 | 0.7 | 32 | 11.8 | 60 | 22.3 | 166 | 61.7 | Hassas | 4,38 |
| 4 | Sabırsız | 29 | 10.7 | 15 | 15.9 | 59 | 21.9 | 61 | 22.6 | 77 | 28.6 | Sabırlı | 3,42 |
| 5 | Soğuk | 5 | 1.8 | 28 | 4.1 | 51 | 19 | 86 | 32 | 115 | 42.9 | Arkadaş Canlısı | 4,10 |
| 6 | Mutsuz | 6 | 2.2 | 46 | 3.7 | 64 | 23.7 | 103 | 38.2 | 86 | 31.9 | Mutlu | 3,94 |
| 7 | Kederli | 7 | 2.6 | 29 | 4.8 | 62 | 23.1 | 99 | 36.9 | 87 | 32.4 | Neşeli | 3,91 |
| 8 | Kabul Görmeyen | 5 | 1.8 | 17 | 2.2 | 42 | 15.6 | 115 | 42.9 | 100 | 37.3 | Kabul Gören | 4,11 |
| 9 | Korkak | 7 | 2.6 | 9 | 2.9 | 49 | 18.2 | 112 | 41.6 | 93 | 34.5 | Emin | 4,02 |
| 10 | Yeteneksiz | 10 | 3.7 | 27 | 2.9 | 65 | 24.3 | 103 | 38.5 | 81 | 30.3 | Yetenekli | 3,88 |
| TOPLAM | | | | | | | | | | | | 40,73 | |

"Duygusal ben" likert ölçeği değerlerini göz önüne alarak yuvarlaklaştırılma yapıldığında, deneklerin, "sabırlı" rolünde kararsız oldukları, "şefkatli, dürüst, hassas, arkadaş canlısı, mutlu, neşeli, kabul gören, emin ve yetenekli" rollerinde ise benlik algılarının yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 8: "Bedensel Ben" Ölçek Değerleri

| | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | | Liker t Ölçeği | | |
|--------|----------------|----|-----|----|------|-----|------|-----|------|-----|----------------|--------------------------|------|
| | S | % | S | % | S | % | S | % | S | % | | | |
| 1 | Kötü Görünümü | 4 | 1,5 | 12 | 4,5 | 105 | 39,9 | 110 | 41,8 | 32 | 12,6 | İyi Görünümü | 3,69 |
| 2 | Çok Kısa | 10 | 3,7 | 13 | 4,9 | 91 | 34,4 | 91 | 34,4 | 59 | 22,3 | Yeterince Uzun | 3,66 |
| 3 | Çok İnce | 13 | 4,9 | 19 | 7,1 | 66 | 24,9 | 78 | 29,4 | 89 | 33,5 | Olması Gereken Kiloda | 3,79 |
| 4 | Çok Ağır | 14 | 5,3 | 13 | 4,9 | 52 | 19,9 | 80 | 30,6 | 102 | 39 | Olması Gereken Kiloda | 3,93 |
| 5 | Sakar | 9 | 3,3 | 11 | 4,1 | 38 | 14,1 | 105 | 39,1 | 105 | 39,1 | El Göz Koordinasyonu İyi | 4,06 |
| 6 | Toy | 4 | 1,4 | 5 | 1,8 | 35 | 13 | 120 | 44,7 | 104 | 38,8 | Yeterince Olgun | 4,17 |
| 7 | Kötü Görünen | 5 | 1,9 | 7 | 2,6 | 62 | 23,7 | 117 | 44,8 | 70 | 26,8 | Hoş Görünen | 3,91 |
| 8 | Zayıf | 10 | 3,7 | 10 | 3,7 | 66 | 25 | 100 | 37,8 | 78 | 29,5 | Güçlü | 3,85 |
| 9 | Burnu Kötü | 17 | 6,5 | 28 | 10,7 | 73 | 27,9 | 70 | 26,8 | 73 | 27,9 | Burnu Hoş | 3,59 |
| 10 | Saçları Çirkin | 12 | 4,4 | 13 | 4,8 | 49 | 18,2 | 95 | 35,4 | 99 | 36,9 | Saçları Güzel | 3,95 |
| TOPLAM | | | | | | | | | | | 38,6 | | |

Deneklerin kendilerini fizyolojik olarak tanımladıkları "bedensel ben" likert ölçeği değerlerine bakılarak yuvarlaklaştırılma yapıldığında, öğrencilerin, "çok iyi görünümlü, yeterince uzun, olması gereken kiloda, el göz koordinasyonu iyi, yeterince olgun, hoş görünen, güçlü, burnu hoş, saçları güzel" rollerinde yeterli benlik algısına sahip oldukları saptanmıştır.

Deneklerin teslim ettikleri formlardan elde edilen sonuçların likert ölçeği değerleri saptandıktan sonra cinsiyet ile benlik algısı arasında anlamlı bir fark bulunup bulunmadığı test edilmiştir. Deneklerin cinsiyete bağlı aritmetik ortalamaları Tablo 1’de görülmektedir. 50 puan üzerinden yapılan hesaplamada kız öğrencilerin “öğrenci ben” ortalamaları 36, “sosyal ben” ortalamaları 40, “duygusal ben” ortalamaları 41, “bedensel ben” ortalamaları 39, genel ortalamaları 200 puan üzerinden 155’tir. Katılımcı erkek öğrencilerin “öğrenci ben” ortalamaları 35, “sosyal ben” ortalamaları 39, “duygusal ben” ortalamaları 41, “bedensel ben” ortalamaları 38, genel ortalamaları 153’tür. Fakülte öğrencilerinin genel aritmetik ortalamaları 154’tür.

Tablo 9: Aritmetik Ortalama

| Gruplar | Öğrenci Ben | Sosyal Ben | Duygusal Ben | Bedensel Ben | Toplam |
|---------|-------------|------------|--------------|--------------|--------|
| Kız | 36,33 | 39,56 | 40,95 | 38,52 | 155,36 |
| Erkek | 35,08 | 39,07 | 40,86 | 38,20 | 153,21 |

Cinsiyet ve benlik algısı arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını test etmek için yapılan Bağımsız İki Örneklem T Testi ve normalliğin sağlanmadığı durumlarda Bağımsız İki Örneklem T Testi’nin muadili olarak başvuru Mann Whitney U testinin sonuçları aşağıdaki tablolarda görülmektedir.

3.2. Bağımsız İki Örneklem T Testi (Independent Samples Test)

Tablo 10: “Öğrenci Ben” Değer Tablosu

| Gruplar | Örneklem Sayısı | Ortalama | Standart Sapma | Serbestlik Derecesi | T Değeri | P Değeri |
|---------|-----------------|----------|----------------|---------------------|----------|----------|
| Kız | 168 | 36,33 | 5,504 | 252 | 1,631 | 104 |
| Erkek | 86 | 35,8 | 6,237 | 153,836 | 1,567 | 119 |

Tablo 11: “Duygusal Ben” Değer Tablosu

| Gruplar | Örneklem Sayısı | Ortalama | Standart Sapma | Serbestlik Derecesi | T Değeri | P Değeri |
|---------|-----------------|----------|----------------|---------------------|----------|----------|
| Kız | 161 | 40,95 | 5,386 | 237 | ,114 | ,909 |
| Erkek | 78 | 40,86 | 6,532 | 129,328 | ,107 | ,915 |

3.4. Mann Whitney U Testi

Tablo 12: “Sosyal Ben” Değer Tablosu

| Gruplar | Örneklem Sayısı | Sıra Ortalama | Sıra Toplamı | U Değeri | P Değeri |
|---------|-----------------|---------------|--------------|----------|----------|
| Kız | 168 | 128,3 | 21509,50 | 7134,500 | ,871 |
| Erkek | 86 | 126,46 | 10875,50 | | |

Tablo 13: “Bedensel Ben” Değer Tablosu

| Gruplar | Örneklem Sayısı | Sıra Ortalama | Sıra Toplamı | U Değeri | P Değeri |
|---------|-----------------|---------------|--------------|----------|----------|
| Kız | 161 | 120,18 | 19349,00 | 6250,00 | ,954 |
| Erkek | 78 | 119,63 | 9331,00 | | |

Elde edilen anlamlılık testlerinin p değerleri sonuçları şöyledir:

“Öğrenci ben” kız 0,909 erkek 0,915

“Duygusal ben” kız 0,104, erkek 0,119

“Sosyal ben” 0,871,

“Bedensel ben” 0,954 olarak belirlenmiştir.

Elde edilen bütün değerler $P < 0,05$ 'ten büyük olduğu için cinsiyet ve benlik algısı arasında anlamlı bir fark olmadığına karar verilmiştir.

3.3. Ayna Etkinliğinden Elde Edilen Bulgular

3.3.1. “Ben Kimim?” Sorusundan Elde Edilen Bulgular

Ayna karşısında olduklarını hayal ederek formu dolduran katılımcıların, fiziksel olarak kendilerini tanımlamalarını sağlayan “ben kimim?” sorusuna verdikleri cevaplara bakıldığında, deneklerin fiziksel görünüşlerinden memnun oldukları görülmektedir. Ayrıca, “Benim dört parçam” etkinliğinin “bedensel ben” kategorisinde, ölçek değer toplamı 38,6 olarak bulunmuş, değerler toplamı birim miktarına bölüldüğünde 3,86 likert ölçek değerine ulaşılmıştır. Bu rakamın 3,9'a, yuvarlaklaştırma ile de 4'e tekabül ettiği sonucu göz önüne alındığında, deneklerin fiziksel olarak yüksek benlik algısına sahip oldukları sonucuna varılmaktadır. Deneklerin fiziksel olarak memnun olmadıkları kısımlar arasında ise; burun, boy ve kilo, gözlük, istemeyen ben ve sivilceler öne çıkan unsurlardandır. Etkinlik sonucunda erkek öğrencilerin fiziksel görünüşleriyle daha barışık oldukları, kız öğrencilerinse bu konuda daha titiz ve hassas oldukları tespit edilmiştir.

3.3.2. “Değer Yargılarım Neler?” Sorusundan Elde Edilen Bulgular

Denekler en temel değer olarak ahlakî ilke edinmişler ve varoluş sebeplerinin ahlakî olgunluğa ulaşmak olduğunu belirtmişlerdir. İslam’ın getirdiği değer yargılarına sahip olma misyonuyla hareket ederek “adaletli, insanları ötekileştirmeyen, insana, eşrefi mahlûkat oluşundan dolayı değer veren” olabilme amacı gütmüşlerdir. “Benim dört parçam” etkinliğinin “duygusal ben” kategorisinde yer alan şefkatli rolüne deneklerin %91’i, dürüst rolüne %93’ü olumlu cevap vermiştir. Bu da deneklerin ahlak temelli bir değer yargı sistemi benimsediklerini göstermektedir.

3.3.3. “Doğru ve Yanlışlarım Neler?” Sorusundan Elde Edilen Bulgular

Olumsuz kişilik özelliklerini yazmaları istenen öğrenciler; kaygı, fevri davranışlar, özgüven eksikliği, tahammülsüzlük, zaman yönetimini sağlayamama, İnternet ve TV gibi çeldiricilere bağımlılık, kararları uygulamada disiplin gösterememe, yalana başvurma, sevgisini belli edememe, sürekli komplo teorileri kurgulama, ibadette gevşeklik gösterme, başına gelen bela ve musibetlerde sorgulama içine girme, yakın arkadaşı bile olsa bir başkasının başarısını hazmedememe, kendini doğru ifade edemeyeceği önyargısıyla konuşmaktan çekinerek içine kapanma, müsriflik, başkalarını dünyanın merkezine koyarak onları mutlu etmeye çalışma ve bu uğurda sürekli tavizler verme, kendi gibi düşünmeyi dışlama ve yok sayma, doğruya yöneltmede baskıcı ve hırçın davranışlar sergileme gibi özelliklerinden rahatsızlık duyduklarını belirtmişlerdir.

Olumlu ve beğenilen özellikleri sorulan öğrenciler kendilerini; vefalı, meraklı, empati kurabilen, ailesine ve değerlerine bağlı, neşeli, yetenekli, samimi, insanları yargılama ve yaftalamadan uzak, hatalarından ders alan ve aynı hatayı tekrardan kaçınan, adaletli, kibar, azimli, sözüne sadık, pratik yönü güçlü, kriz durumlarıyla baş edebilen, toplumsal sorunlara duyarlı, kitleleri harekete geçirebilen, öğrenmeye hevesli, sabırlı ve merhametli olarak tanımlamışlardır.

3.3.4. “Amaçlarım Neler?” Sorusundan Elde Edilen Bulgular

Öğrencilerin “Amaçlarım neler?” sorusuna verdikleri cevaplardan bazıları şunlardır:

- Varoluş sebebi olan ahlakî olgunluğa erişmek,
- Başarısızlık karşısında umutsuzluğa kapılmak yerine üzerine giderek aşmaya çalışmak,
- İyi eğitimci, iyi kul, razı olunacak evlat, hayırlı ebeveyn olmak,

- Nerde olursa olsun orada olmanın hakkını verme gayretinden vazgeçmemek,
- Kötüde güzeli görmeye çalışmak,
- Anı en iyi şekilde değerlendirmek,
- İngilizce ve Arapçayı ana dili gibi konuşmak,
- Tevhid ekseninde bir hayat sürerek yeryüzünde adaletin sağlanması adına katkı sağlamak,
- Başkalarına su-i misal olmaktan kaçınmak,
- Dünya meşguliyetlerini ilim tahsil ederek savmak.

Sonuç

Bireyin dingin ve bilinçli farkındalık haliyle hareket etmesi, huzurlu bir yaşam sürmesi benlik algısının idrakiyle başlar. Bilinçli farkındalığa sahip bir birey mutlu, uyanık, hazır ve rahattır. Bu rahatlığı yakalayarak zihinsel algıyı arttırabilmenin, fikirleri derinleştirebilmenin yolu ise algılarının farkında, düşüncelerinin idrakinde olmayı tecrübe etmektir.²⁴ Fromm, ideal benliğin gerçekleşmesini; bireyin tüm yönleriyle kişiliğini ortaya koyması, duygusal ve zihinsel potansiyellerini etkili biçimde yansıtmaları ve kişiliğinin göz ardı edilen yönleriyle uzlaşmasına bağlar.²⁵

Benlik algısı, bireyin hayatının her aşamasına etki edecek; kişiliğinde, yeteneklerini gerçekleştirilmesinde, doğru mesleği seçmesinde etkili olacaktır. Sağlıklı benlik algısına sahip bir öğrenci; değerli ve sevecen olduğunu düşünerek gücüne ve kapasitesine duyduğu inançla daha çok öğrenmeye güdülenirken²⁶ düşük benlik algısına sahip bir öğrenci; tedirgin, karamsar, geleceğe yönelik olumsuz duygular geliştiren, başarısızlık eğilimi taşıyan bir bireye dönüşecektir.²⁷ Öz yeterliliğin, bilinçli farkındalık ve benlik saygısına etkisinin araştırıldığı bir çalışmada, öz yeterlilik ve benlik saygısı arasında pozitif bir ilişki bulunmuş, benlik saygı düzeyi atıkça öz yeterlilik düzeyinde artmasının beklendiği aktarılmıştır.²⁸ Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve yalnızlık düzeyinin araştırıldığı diğer bir çalışmada ise düşük benlik saygısının

²⁴ Yıldırım - Atilla, "Öz Yeterliliğin Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısına Etkisi", 61.

²⁵ Gülüşan Göcen - Ayşegül Konar, "Din Psikolojisi Açısından İnsan Olma Sürecinde Kendini Gerçekleştirme ve Din", *Toplum Bilimleri Dergisi* 8/15 (Ocak 2014), 373.

²⁶ Fatih Başçıftçı vd., *e-Journal of New World Sciences Academy* 5/4 (2010), 2199.

²⁷ Elif Yöyen, "Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi", *Kastamonu Eğitim Dergisi* 25/6 (2017), 2187.

²⁸ Yıldırım - Atilla, "Öz Yeterliliğin Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısına Etkisi", 77.

artması ile sosyal ilişkilerdeki doyumun azalması, sosyal ilişkilerdeki memnuniyetsizlik ve yalnızlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.²⁹ Ayna etkinliğine katılan öğrencilerin problem davranışlarına baktığımızda da sorunlu davranışların kaynağının eksik özgüven ve benlik saygısı olduğunu fark ederiz. Örneğin kendini yanlış ifade etme korkusuyla konuşmaktan çekinen ve içine kapanan öğrenci, öncesinde yanlış anlaşılmış ve bu sebeple yargılanmış ya da dışlanmış olabilir. Bu hal onu düşük benlik saygısına sahip olmaya dolayısıyla da yalnızlığa sürüklemiş olabilir.

Benlik algısının ve saygısının oluşum ve gelişiminde çevresel faktörlerin büyük rol oynadığı gerçeği önümüzdedir. Özellikle anne-babanın desteği ve rehberliği, bireyin benliğini fark etmesinde, benlik algısını geliştirmesinde, yüksek benlik saygısına sahip olmasında, kendini gerçekleştirmesinde hayati önem arz eder. En yakın arkadaşının başarısını hazmedemeyen öğrencinin problem davranışının temelinde; “sosyal reddedilme, başarısızlığı sebebiyle akran zorbalığına maruz kalması, ebeveynleri tarafından küçük yaşlardan itibaren akranlarıyla mukayese edilmesi, öğretmenin başarılı olanlara sağladığı, fazla iltimas içeren tutumlar” gibi sebepler yatabilir.

Benliğin, kişinin etrafındaki kişiler tarafından oluşturulduğunu ifade eden Cooley, ortaya koyduğu “ayna benlik” kuramıyla bireyin, etrafındaki kişilerin beklentilerine göre şekillenen bir ürün olduğunu savunur ve şöyle der:

“Ben düşündüğüm kişi değilim, ben düşündüğünüz kişi değilim, ben düşündüğünüzü düşündüğüm kişiyim.”³⁰

Ayna etkinliğinden elde edilen verilerde karşılaşılan bir başka sorun davranışta, bireyin, başkalarını hayatının merkezine koyması, onların mutluluğu için kendi benliğinden vazgeçmesidir. Bireyin bu davranışının nedeni; zamanında kazanılmayan sevilme duygusunun bir tezahürü, hiç istemediği şeyleri yapmada zorunluluk hissetmesi; Cooley’in savunduğu gibi başkalarının düşüncelerinde olumlu intibâ oluşturma ve toplumda kabul görme beklentisi olabilir. Sebebi ne olursa olsun kişide meydana getirdiği yıkım, düşük benlik saygısı olarak açıklanabilir.

Daha önce de belirttiğimiz üzere benlik algısı farklı zamanlarda farklı seviyelerde seyredebilir. Araştırmaya katılan öğrencilerin son sınıfta olmaları, sınav, mezuniyet, meslek sahibi olabilme, aile ve toplumun beklentilerini karşılayabilme gibi kaygılar taşımaları stres, fevri davranışlar, tahammülsüzlük gibi sorun davranışlar sergilemelerinde büyük etkiye sahiptir. Çözümün ilk

²⁹ Yöyen, “Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi”, 2194.

³⁰ Ali Eren Demir, “Kitap İncelemesi: Benlik Yanılsaması: Sosyal Beyin, Kimliği Nasıl Oluşturur?”, *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 9/2 (2020), 236.

basamağı problemlerin farkına varmaktır. Bu farkındalık kazanıldıktan sonra olası çözüm yollarını belirlemek elzemdir.

İlahiyat öğrenimleri boyunca yardımlaşma ve dayanışma düsturuyla çalışan, birbirlerine omuz veren öğrenciler, sorun davranışların üstesinden de yine bu dayanışma ruhuyla gelebilir. Eğitim sistemimiz içinde yetişecek bireylerin yüksek benlik saygısına sahip olmaları, onları yetiştirecek öğretmenlerin de yüksek benlik saygısına sahip olmalarını gerektirdiği için öğretmen yetiştiren fakültelerde öğretmen adaylarının, benlik ve mesleki benlik saygılarını geliştirecek grup çalışmalarının yapılması önemlidir.³¹ Grupla bir uzman önderliğinde gerçekleşecek rehberlik faaliyetleri, empati duygusunu geliştirirken kişinin kendini sevmesine, değerli hissetmesine dolayısıyla benlik algısını yükselterek nefis-i emmare'den nefis-i mutmainne'ye doğru bir yolculuğa çıkmasına zemin hazırlayabilir.

Kişinin kendi özelliklerinin farkında olmasını önemseyen ve değerler vurgusuyla varoluşsal sorunlarına çözümler üreterek insanı mutluluk ve huzura sevk eden dinî yapı, bireye varoluş gerçekliğini sunarak onu bu yoldaki yüce değerlere sevk etmektedir.³² İlahiyat Fakülteleri de bu hedefle eğitim veren kurumlardır. Araştırmaya katılan öğrencilerinin olumlu davranışları arasında zikrettikleri, yaptığı hatayı yinelemekten kaçınma, değerlere bağlılık, insanları sınıflandırma ve yaftalamaya uzaklık, kötüde güzeli görme çabası, su-i misal olmaktan kaçınma gibi erdemler ile belirlenen hedefler göz önüne alındığında İlahiyat Fakültesinde mezuniyet aşamasına gelmiş öğrencilerin, verilen eğitimden istifade ettikleri ve kâl durumundan hâl durumuna geçme mücadelesi taşıdıkları gözlemlenmiştir.

Kaynaklar

- Akış Yaman, Yasemin. "Mevlânâ ve Kierkegaard'da Benliğin Gelişimi". *Kaygı. Uludağ Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Felsefe Dergisi* 29/ Güz (Ekim 2017), 111-123.
- Aydın, Azize. *Dil-Tarih ve Coğrafya Fakültesi Öğrencilerinin Değer Hiyerarşileri ile İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Değer Hiyerarşilerinin Karşılaştırılması*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2005.
- Aydın, Mehmet S. "İkbal'in Felsefesinde İnsan". *Ankara Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 29/ 1 (1 Ağustos 1987), 83-106.

³¹ Nurten Kimter, "Üniversiteli Gençlerde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma", *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2/2 (Kasım 2017), 59.

³² Göcen - Konar, "Din Psikolojisi Açısından İnsan Olma Sürecinde Kendini Gerçekleştirme ve Din", 367.

- Aydoğdu, Ü. Raşit vd. "Akademik Araştırmalarda Araştırma Yöntemleri ile Örneklem İlişkisi: Doğrulamalı Doküman Analizi Örneği". *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi* 30 (04 Temmuz 2017), 556-565.
- Başçiftçi, Fatih vd. *e-Journal of New World Sciences Academy* 5/4 (2010), 2199-2205.
- Cengil, Muammer. "Hitit Üniversitesi İlahiyat Fakültesi I. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi". *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 15/1 (1 Haziran 2009), 77-102.
- Demir, Ali Eren. "Kitap İncelemesi: Benlik Yanılsaması: Sosyal Beyin, Kimliği Nasıl Oluşturur?" *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 9/2 (2020), 232-239.
- Gander, Mary J - Gardiner, Harry W. *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. çev. Ali Dönmez vd. Ankara: İmge Yayınları, 3. Basım, 1993.
- Göcen, Gülüşan - Konar, Ayşegül. "Din Psikolojisi Açısından İnsan Olma Sürecinde Kendini Gerçekleştirme ve Din". *Toplum Bilimleri Dergisi* 8/15 (Ocak 2014), 365-383.
- Gürses, İbrahim. *Dindarlık ve Kişilik*. Bursa: Emin Yayınları, 2. Basım, 2017.
- İslamoğlu, A. Hamdi - Alnaçık, Ümit. *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri (SPSS Uygulamalı)*. İstanbul: Beta Basım Yayım, 5. Basım, 2016.
- Karakaya, Semra. *Dindarlık ve Kişilik Arasındaki İlişki, Allport Ve Fromm'un Karşılaştırmalı Analizi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2008.
- Kaynak, Ümre -Terzi, Sare. *Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Dayalı Grupla Psikolojik Danışma Uygulamaları ve Programları*. ed. Mehmet Güven. Ankara: Anı Yayıncılık, 2. Basım, 2019.
- Kımtır, Nurten. "Üniversiteli Gençlerde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma". *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2/2 (Kasım 2017), 39-60.
- Külçe, Sümeyye Nur. "İbn Sînâ'nın Nefs Kavramı ve Modern Psikolojideki Ego Kavramının Benlik Olgusu Bağlamında Karşılaştırılması". *Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi* 1/1 (Ocak 2018), 54-78.
- Özsoy, Yahya. *Eğitimde Öğrencileri Tanıma Teknikleri*. Ankara: Temel Eğitim Kitapları, 1968.
- Sağlam, İsmail. "Çocuklarda Davranışların Şekillenmesinde Etkili Olan Faktörlere Teorik Bir Yaklaşım". *Uludağ Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi* 10/2(1 Haziran 2001), 209-223.
- Uludağ, Süleyman. "Nefis", *Türkiye Diyanet Vakfı İslam Ansiklopedisi*. Erişim 11 Eylül 2019. <https://islamansiklopedisi.org.tr/nefis>
- Yalçın, Şehabettin. "Ben Neyim?". *Beytülhikme AnInternational Journal of Philosophy* 1/2 (Aralık 2011), 27-38.
- Yıldırım, Gizem - Atilla, Gaye. "Öz Yeterliğin Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısına Etkisi". *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 21/1 (Haziran 2020), 59-84.
- Yöyen, Elif. "Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi". *Kastamonu Eğitim Dergisi* 25/6 (2017), 2185-2198.

Ek1: Araştırmaya Ait Etik Kurul Onayı

BURSA ULUDAĞ ÜNİVERSİTESİ
ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULLARI
 (Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etik Kurulu)
TOPLANTI TUTANAĞI

OTURUM TARİHİ
 27 OCAK 2023

OTURUM SAYISI
 2023-01

KARAR NO 32: İlahiyat Fakültesi Dekanlığından alınan Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü Din Eğitimi Ana Bilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. İsmail SAĞLAM'ın "İlahiyat Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Benlik Algıları Ve Yetkinliklerinin Değerlendirilmesi" konulu araştırma çalışması kapsamında uygulanacak anket sorularının değerlendirilmesine geçildi.

Yapılan görüşmeler sonunda; İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü Din Eğitimi Ana Bilim Dalı öğretim üyesi Prof. Dr. İsmail SAĞLAM'ın "İlahiyat Fakültesi Son Sınıf Öğrencilerinin Benlik Algıları Ve Yetkinliklerinin Değerlendirilmesi" konulu araştırma çalışması kapsamında uygulanacak anket sorularının fikri, hukuki ve telif hakları bakımından metot ve ölçөгüne ilişkin sorumluluğu başvurucuya ait olmak üzere uygun olduğuna oybirliği ile karar verildi.

Prof. Dr. Feriudin YILMAZ
 Kurul Başkanı

Prof. Dr. Abamüslim AKDEMİR
 Üye

Prof. Dr. Doğan ŞENYÜZ
 Üye

Prof. Dr. Ayşe OĞUZLAR
 Üye

Prof. Dr. Vejdi BİLGİN
 Üye

Prof. Gülay GÖGÜŞ
 Üye

Prof. Dr. Alev SINAR UĞURLU
 Üye

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı / Contribution of Authors

İsmail Sağlam (%50) - Züleyha Demir Sakınmaz (%50)

Çıkar Çatışması Beyanı / Conflict of Interest

Çalışma kapsamında herhangi bir kurum veya kişi ile çıkar çatışması bulunmamaktadır.
There is no conflict of interest with any institution or person within the scope of the study.

İntihal Politikası Beyanı / Plagiarism Policy

Bu makale iThenticate yazılımıyla taranmıştır. İntihal tespit edilmemiştir.
This article has been scanned by iThenticate. No plagiarism was detected.

Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı / Scientific Research and Publication Ethics Statement

Bu çalışmada “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi”
kapsamında uyulması belirtilen kurallara uyulmuştur.
In this study, the rules stated in the “Higher Education Institutions Scientific Research and
Publication Ethics Directive” were followed
