

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN BENLİK SAYGISI DÜZEYİ YORDAYICILARI: DUYGUSAL ZEKA VE OTANTİKLİK

PREDICTORS OF UNIVERSITY STUDENTS' SELF-ESTEEM LEVEL: EMOTIONAL INTELLIGENCE AND AUTHENTICITY

Mehmet Fatih ŞİRAZ¹

Yusuf AKYIL²

Azmi ÇAĞLAR³

Başvuru Tarihi: 14.11.2023

Yayına Kabul Tarihi: 20.04.2024

DOI:10.21764/maeuefd.1390840

(Araştırma Makalesi)

Özet: Benlik saygısı bireylerin mutlu olmasından başa çıkma becerilerine kadar etkililiği bulunan bir kavramdır. Bu bağlamda çalışmamızda temel amaç duygusal zeka ve otantiklik düzeylerinin benlik saygısı ile ilişkisini ve bu ilişkideki yordayıcı etkileri belirlemek hedeflenmektedir. Araştırmanın örneklemini 310 kız, 106 erkek olmak üzere toplamda 416 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmada demografik veri formu, Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği-Kısa Formu, Otantiklik Ölçeği ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma bünyesinde verilerin normallik analizi, güvenilirlik analizi, korelasyon analizi, t testi ve regresyon analizi yapılmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre, duygusal zeka, otantiklik ve benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Duygusal zeka ve otantiklik ise benlik saygısının alt boyutlarından kendini sevme varyansının % 55, öz yeterlilik varyansının %40'ını açıkladığı sonucuna varılmıştır. Ruh sağlığı psikolojik danışmanlığı çerçevesinde ruh sağlığı alanında verilen hizmetlerde, çift ya da grup psikoterapilerinde benlik saygısını arttırmaya odaklanan çalışmalarda duygusal zeka ve otantikliği arttırmaya yönelik müdahaleler geliştirilebilir. Ek olarak boylamsal çalışmalar yapılması alana katkı sağlayacaktır.

Anahtar Sözcükler: *Duygusal zeka, otantiklik, benlik saygısı*

Abstract: Self-esteem is a concept that has an impact on individuals' happiness and coping skills. In this context, the main purpose of our research is to determine the relationship between emotional intelligence and authenticity levels and self-esteem and the predictive effects of this relationship. The sample of the research consists of 416 university students in total, 310 girls and 106 boys. Demographic data form, Emotional Intelligence Trait Scale-Short Form, Authenticity Scale and Two-Dimensional Self-Esteem Scale were used in the research. Within the scope of the research, normality analysis, reliability analysis, correlation analysis, t test and regression analysis of the data were performed. According to the results obtained in the study, significant relationships were found between emotional intelligence, authenticity and self-esteem. It was concluded that emotional intelligence and authenticity explained 55% of the variance of self-love and 40% of the variance of self-efficacy, which are sub-dimensions of self-esteem. Interventions to increase emotional intelligence and authenticity can be developed in mental health services within the framework of health psychological counseling and in studies focusing on increasing self-esteem in couple or group psychotherapy. Additionally, conducting longitudinal studies will contribute to the field.

Keywords: *Emotional intelligence, authenticity, self-esteem*

¹ Dr. Psikolog, Sağlık Bakanlığı, fatihsiraz@gmail.com, ORCID:0000-0001-5399-5898

² Dr. Psikolojik Danışman, Milli Eğitim Bakanlığı, yusufakyil430@gmail.com, ORCID:0000-0002-9482-1429

³ Dr. Öğretim Üyesi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, ORCID:0000-0001-7924-2229

Giriş

Benlik saygısı, kişinin kendisi hakkında olumlu ya da olumsuz değerlendirmeleri ve hissettikleri olarak ifade edilir (Rosenberg, 1965). Farklı bir tanımda ise bireyin kendisini diğerlerinden üstün ya da küçük görmeden kendisinden memnun olması, kendisi hakkında olumlu değerlendirmeler yapması ve kendini kabul etmesi olarak da belirtilmiştir (Yörükoğlu, 2000). Genel olarak bireyler yüksek benlik saygısı arzulama eğilimindedirler (Crocker & Park, 2004). Benlik saygısı yüksek bireyler kendini geliştirme eğilimindeyken, benlik saygısı düşük bireylerde isteksizlik, kendini koruma stratejileri, fark edilmekten ve risklerden kaçınma gibi eğilimleri daha yüksektir (Josephs vd., 1992). Benlik saygısının düşük olması olumsuz duyguları deneyimlemeye (Mruk, 2006), sosyal kaygı (Sharp & Getz, 1996), yalnızlık (Haines vd.,1993) düzeylerinin yüksek olmasına sebebiyet vermektedir. Bunların yanı sıra düşük benlik saygısının psikopatolojiye eşlik ettiği de alan literatüründe bildirilmektedir. Örnek olarak bireyin kendisini değerli hissetmesi ruh sağlığı açısından önemli bir gösterge olmasından dolayı, bireyin benlik saygısını kaybetmesi veya değersizlik duygusunun hakim olması depresyona girmesine sebep olabilir (Yıldız & Çapar, 2010). Sowislo ve Orth (2013) yaptıkları meta analiz sonunda depresyonun benlik saygısını yordadığı ancak benlik saygısının depresyonu yordama düzeyinin daha güçlü olduğu yönündedir. Araştırmanın bir başka bulgusunda anksiyete üzerinedir. Benlik saygısı ve anksiyete karşılıklı olarak birbirini yordamakla birlikte bu ilişki dengeli düzeydedir. Benzer şekilde düşük benlik saygısı ile sosyal fobi (İzgiç vd. 2004) ve obsesif kompulsif bozukluk (Wu vd., 2006) arasında da ilişkiler bulunmaktadır. Bu bulguların yanı sıra iki istisnai durumda yüksek benlik saygısı ve psikopatoloji arasında ilişkiler mevcuttur. Bunlardan ilki narsisizmdir. Yüksek düzeydeki benlik saygısı ile psikopatoloji arasında güçlü ilişki bulunmaktadır (Brown & Zeigler-hill 2004). Diğer istisna ise bipolar bozukluktaki manik dönemdeki yüksek düzeydeki benlik saygısının psikopatoloji ile ilişkisidir (Van der Gucht vd, 2009). Diğer taraftan psikopatoloji dışında yüksek bir benlik saygısına sahip olan bireylerin öznel iyi oluş (Doğan & Eryılmaz, 2013), bilinçli farkındalık (Rasmussen & Pidgeon, 2011) düzeyleri de yüksektir. Dolayısıyla pozitif kavramlarla da ilişkisi olduğu söylenebilir.

Benlik saygısının diğer birkavram olan duygusal zeka ile yapılan incelemelerde mevcuttur (Coşkun, 2017; Karademir vd., 2010). Bireylerin zekâ kullanımını yıllar boyunca araştırılmıştır. Bilişsel zekâ her ne kadar önemli olsa da son zamanlarda duygusal bilgi kavramı, duyguyu işleme ve dolayısıyla

duygusal zekâ ile ilgili araştırmalar önem kazanmaktadır. Duygusal zeka duyguları algılama, kavrama, anlama, açıklama ve kullanma becerileri olarak tanımlanmaktadır (Mayer vd., 2001). Farklı bir tanım olarak ise bireyin kendisinin ve karşısındakinin duygularını bilme ve ona göre uygun tepkiyi verme olarak ele alınmaktadır. Duygusal zekaya sahip bireylerin sahip olduğu özellikler kümesinde bireyin kendisini harekete geçirebilmesi, duygularını düzenleyebilmesi, olumsuz durumlar karşısında yoluna devam edebilmesi, engellere karşı çözüm düşünebilmesi, empatik becerisini kullanabilmesi ve umutlu olabilmesi bulunmaktadır (Goleman, 2011). Duygusal zeka; yaşam doyumu, iyi oluş, sosyallik, öz kontrol, duygusallık kavramlarını içinde barındırır (Deniz & Yılmaz, 2004; Deniz vd., 2013). Literatüre bakıldığında duygusal zekanın mükemmeliyetçilik, yetersizlik duygusu, özgecilik, iyi oluş (Özdin, 2019), bilinçli farkındalık, romantik ilişki doyumu (Saticı, 2018), benlik saygısı (Coşkun, 2017) gibi konularla birlikte çalışmalar yapılmıştır. Farklı bir araştırmada saldırganlık ve duygusal zekâ arasında ilişkilerin negatif yönde anlamlı olduğunu bulunmuştur. Ek olarak öğrencilerin duygusal zekaları ile akademik başarıları arasında anlamlı ilişkiler saptanmış, ayrıca duygusal zekanın geliştirilebilir olduğu vurgulanmıştır (Köksal, 2007; Ulutaş, 2005; Yaşarsoy, 2006). Benlik saygısı ve duygusal zeka arasında ise, duygusal zekanın benlik saygısını anlamlı düzeyde yordadığını Cheung vd. (2015) rapor etmişlerdir. Diğer taraftan Johar ve Sahah (2014) yapmış oldukları araştırmada duygusal zekanın benlik saygısını anlamlı düzeyde yordadığını rapor etmişlerdir.

Alan literatüre bakıldığında benlik saygısı ile otantiklik arasında doğrudan bir araştırma bulunmamaktadır. Ancak duygusal zekâ ile otantiklik kavramı arasında ilişkiler bulunmaktadır (Kocaoğlu & Çekiç, 2021). Otantiklik, kişinin kendisi gibi davranması, duygu ve düşüncelerindeki tutarlık, açıklık ve dürüstlük kavramları ile açıklanmaktadır (Kernis & Goldman, 2006). Birey kendi içinden geldiği gibi değerleri doğrultusunda yaşaması, otantik olması halinde sağlıklı ve uyumlu bir şekilde hayatına devam edebilir (İlhan & Özdemir, 2013). Otantikle ilgili yapılan çalışmalarda, otantiklik seviyesinin yüksek olması halinde stress, kaygı (Wood vd., 2008), depresyon (Lopez & Rice, 2006) düzeylerinin düşük olacağı sonucuna ulaşılmıştır. Diğer taraftan duygusal zeka ile pozitif yönde anlamlı ilişki göstermektedir (Kocaoğlu & Çekiç, 2021).

Düşük benlik saygısını kavramsallaştırırken alan literatüründe iki bakış açısı ön plana çıkmaktadır bunlardan ilki savunmasızlık modeli düşük benlik saygısının psikopatolojiye sebep olduğunu savunurken (Neff & Vonk, 2009), yara izi modeli ise psikopatolojinin sonucu olarak benlik

saygısında düşüşün olduğunu savunmaktadır (Orth vd., 2008). Her iki yaklaşımda ruh sağlığı psikolojik danışmanlığı açısından psikopatolojiyle ilişkilendirilen neden ya da sonucun her ikisinde de bireyin ruh sağlığı korumak ve iyileştirmek adına müdahale edilmesi gerektiği söylenebilir. Alan yazın çerçevesinde benlik saygısı kavramı bir çok kez araştırılmasına rağmen duygusal zeka ve otantiklik kavramları ile birlikte çalışma bulunamamıştır. Sonuç olarak benlik saygısını etkileyebilecek birçok etken bulunmaktadır. Bu araştırmanın temel amacı, benlik saygısının yordayıcıları duygusal zeka ve otantikliğin incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma sonucunda duygusal zeka kullanımı ve otantik olma durumunun benlik saygısı açısından değerlendirilmesi katkılar sağlayacaktır. Benlik saygısının bireyin içinde bulunduğu duruma yönelik algısı ile duyguları kullanma becerileri ile duygusal zekaya, davranışları ile tutarlı olması otantiklik kavramına yönelik araştırma merakı oluşturmaktadır. Tüm bu edinilen bilimsel bilgiler bünyesinde bireylerin öz saygılarını etkileyen durumların belirlenmesi, bu alanı güçlendirilecek müdahaleler için yol gösterici olacaktır. Bu bağlamda çalışmada belirlenen araştırma soruları şu şekildedir:

1. Benlik saygısı demografik değişkenler açısından farklılaşmakta mıdır?
2. Benlik saygısı düzeyini, duygusal zeka ve otantiklik yordamakta mıdır?

Yöntem

Benlik saygısı ile duygusal zeka ve otantiklik arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanan bu araştırma genel tarama modellerinin bir türü olan ilişkisel tarama modeline uygun olarak tasarlanmıştır. Tarama araştırmaları, belirlenen örnekleme esas alarak eğilim ve tutumların betimlenmesine olanak tanıyan bir araştırma modelidir. Genel tarama modeli türlerinden biri olan ilişkisel tarama modeli; iki ya da daha fazla sayıdaki değişken arasında, değişkenlerin birlikte değişim veya derecesini belirlemeyi amaçlayan bir araştırma modelidir (Fraenkel ve Wallen, 2009; Karasar, 2005).

Çalışma Grubu

Bu araştırma kapsamında araştırma sorunlarını incelemek için seçilen katılımcılar uygun örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Araştırmanın katılım koşulları olarak 1) 18 yaş üzerinde olmak, 2) Araştırmaya katılmaya gönüllü olmak, 3) Araştırmaya atılmayı engelleyecek düzeyde ruhsal hastalığı olmamak 4) Bir üniversitede lisans düzeyinde eğitim alıyor olmak olarak

belirlenmiştir. Katılım koşullarını sağlayan ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan 416 bireye ulaşılmış ve demografik veri formu ile birlikte araştırma amaçları doğrultusunda belirlenen ölçekler uygulanmıştır. Katılımcıların 310'u (% 75) kız, 106'sı (%25) erkektir. Katılımcıların yaşları 18-32 arasında (ort=21.39; ss=1.81) değişmektedir. Kızların yaş ortalaması 21.36 (ss=1.95), erkeklerin yaş ortalaması 21.47 (ss=1.36) olarak saptanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik veri formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan cinsiyet, yaş, bölüm, gibi demografik değişkenlerin bulunduğu form kullanılmıştır.

Duygusal zeka özelliği ölçeği–kısa formu

Ölçeğin geliştirme çalışması Petrides & Furnham (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. 7'li likert tipinde toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Türkçe'ye uyarlama çalışması ise Deniz ve diğerleri (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçekte toplamda dört alt boyut bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; iyi oluş, öz kontrol, sosyallik ve duygusallıktır. Ölçekte toplamda en yüksek 140 ve en düşük 20 puan alınabilmektedir. Puanların yüksek olması duygusal zekanın da yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Güvenirlilik katsayıları ise iyi oluş faktörü için .72, öz kontrol için .70, duygusallık için .66, sosyallik için .70 ve ölçeğin tamamı için .81 olarak bulunmuştur. Bu araştırma kapsamında yapılan analiz sonucu ölçeğin güvenirlilik katsayısı 0.83 olarak bulunmuştur.

Otantiklik ölçeği

Ölçeğin geliştirme çalışması Wood ve diğerleri (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. 7'li likert tipinde toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Türkçe'ye uyarlama çalışması ise İlhan & Özdemir (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçekte toplamda üç alt boyut bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; kendine yabancılaşma, dış etkileri kabullenme ve otantik yaşamdır. Ölçekte toplamda en yüksek 84 ve en düşük 12 puan alınabilmektedir. Ölçek uyarlama çalışması sonucunda güvenirlilik katsayıları sırasıyla kendine yabancılaşma .75, dış etkileri kabullenme .70 ve otantik yaşam .50 sonucuna ulaşılmıştır. . Bu araştırma kapsamında yapılan analiz sonucu ölçeğin güvenirlilik

katsayıları; Kendine Yabancılaşma: 0.83, Dış Etkileri Kabullenme: 0.81 Otantik Yaşam: 0.70 olarak bulunmuştur.

İki boyutlu benlik saygısı ölçeği (İBBSÖ)

Ölçeğin geliştirme çalışması Tafarodi & Swann (2001) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5’li likert tipinde toplam 16 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte toplamda iki alt boyut bulunmaktadır. Bu alt boyutlar kendini sevme ve öz yeterlik olarak adlandırılmıştır. Türkçe’ye uyarlanması Doğan (2011) tarafından gerçekleştirilmiştir. İç tutarlılık katsayısı kendine sevme için .83, öz yeterlik için .74 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulayıcı faktör analizine bakılmış ve AGFI= 0.91, GFI= 0.94, CFI= 0.97, NFI= 0.95 ve RMSEA= 0.49 uyum iyiliklerine ulaşılmıştır. Bu araştırma kapsamında yapılan analiz sonucu ölçeğin güvenirlik katsayıları; kendine sevme 0.89, özyeterlik: 0.79 olarak bulunmuştur.

Uygulama

Araştırmanın amacına uygun olarak kullanılacak ölçekler belirlendikten sonra ölçeklerin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yapan araştırmacılara ulaşılarak gerekli izinler alınmıştır. Daha sonra araştırmanın yapılabilmesi için Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulundan 05.04.2023 tarihinde (NO: 2023.04) etik kurul izni alınmıştır. Araştırma ile ilgili bilgiler uygulama öncesinde öğrencilere verildikten sonra araştırmaya katılmaya gönüllü olan bireylere katılımcı koşullarını da içeren araştırma onam formu ile birlikte Duygusal Zeka Özelliği Ölçeği–Kısa Formu, Otantiklik Ölçeği ve İki Boyutlu Benlik Saygısı Ölçeği (İBBSÖ) uygulanmıştır. Elde edilen veriler değerlendirmeye alınmış ve analizler yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma bünyesinde katılımcıların vermiş olduğu bilgiler çerçevesinde demografik verileri incelenmiştir. Bu işlem yapılırken tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılarak değerlendirilmiştir. Araştırma kapsamında kullanılan ölçeklerin normallik analizlerine bakılmış olup basıklık çarpıklık değerleri hesaplanmıştır. Sonuç olarak basıklık ve çarpıklık değerlerinin duygusal zeka ölçeği toplam puanlarının basıklık değeri -.335 e çarpıklık değeri .060’dır. Otantiklik ölçeğinin alt bölümlerinin basıklık değerleri -.096 ile -.511 arasında, çarpıklık değerleri ise -.530 ile .320

arasında değişmektedir. Benlik saygısı ölçeği alt bölümlerinin basıklık değerleri -.506 ile -.041, çarpıklık değerleri ise -.319 ile .267 olarak hesaplanmıştır. Normal dağılım değerlendirmesinde basıklık ve çarpıklık değerlerinin +1 ve -1 aralığında olması gerektiği ve +2 ve -2 aralığının da kabul edilebileceği belirtilmiştir (George & Mallery, 2019). Araştırmanın ilk sorusu test edilirken verilerin parametrik testlerden t test kullanılarak araştırılmıştır. Araştırmanın ikinci sorusu test edilirken çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi öncesi verilerin uygunluğu ve kavramlar arası ilişkilerin olup olmadığına bakılmıştır. Değişkenler arası korelasyon analizi yapılmış ve r değerleri -.716 ile .678 arasında bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerin çoklu bağlantı problemi olup olmadığını belirlemek amacıyla varyans artış faktörleri (VIF değerleri <10) ve tolerans değerleri (TV >.2) ne bakılmış ve doğrusallık varsayımının olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sorusu üzerine duygusal zeka ve otantikliğin, benlik saygısını hangi düzeyde yordadığını belirlemek amacıyla regresyon analizi yapılmıştır. Analiz işlemleri yapılırken SPSS 26 paket programından yararlanılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde araştırma sorularına uygun olarak nicel incelemelere yer verilmiştir. Öncelikle duygusal zeka, otantiklik ve benlik saygısı ölçeklerine ilişkin betimsel incelemeler ve değişkenler arasındaki ilişkilere dair korelasyonlara daha sonra demografik değişkenler açısından benlik saygısı incelenerek çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Betimsel İstatistikler ve Korelasyon İncelemeleri

Yapılan incelemede katılımcılar benlik saygısı ölçeği “Kendini Sevme” alt bölümünden 28.44±6.61, “Öz yeterlik” alt bölümünden 24.96±4.79, Duygusal Zeka ölçeğinden 91.13±14.69 puan almışlardır. Otantiklik ölçeği “Kendine Yabancılaşma“ alt bölümünden alt bölümlerinden 14.12±5.84, “Dış Etkiyi Kabullenme” alt bölümünden 14.77± 5.08, “Otantik Yaşam” alt bölümünden 22.68±3.37 puan almışlardır.

Benlik saygısı alt bölümlerinden kendini sevme ile duygusal zeka ($r=.678$) arasında pozitif yönde $p<.01$ düzeyinde, kendine yabancılaşma ($r=-.669$) arasında negatif yönde $p<.01$ düzeyinde, dış etkiyi kabullenme ($r=-.416$) arasında negatif yönde $p<.01$ düzeyinde, otantik yaşam ($r=.395$) arasında pozitif yönde $p<.01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Benlik saygısı

alt bölümlerinden özyeterlik ile duygusal zeka ($r=.635$) arasında pozitif yönde $p<.01$ düzeyinde, kendine yabancılaşma ($r=-.499$) arasında negatif yönde $p<.01$ düzeyinde, dış etkiyi kabullenme ($r=-.348$) arasında negatif yönde $p<.01$ düzeyinde, otantik yaşam ($r=.276$) arasında pozitif yönde $p<.01$ düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır. Analizlere ilişkin veriler Tablo 1.'de verilmiştir.

Tablo 1

Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Betimleyici İstatistikleri ve Korelasyon İncelemeleri

	\bar{X}	SS	Kendini Sevme ^a	Öz yeterlik ^a
Kendini sevme	28.44	6.61	-	.634**
Özyeterlik	24.96	4.79	.634**	-
Duygusal Zeka	91.13	14.69	.678**	.635**
Kendine Yabancılaşma	14.12	5.84	-.669**	-.499**
Dış Etkiyi Kabullenme	14.77	5.08	-.416**	-.348**
Otantik Yaşam	22.68	3.37	.395**	.276**

^aPearson Korelasyon Analizi, ** $p<.01$

Demografik Değişkenler Açısından Benlik Saygısının Farklılaşma Düzeyleri

Benlik saygısı ile demografik değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde yaş değişkeni ile benlik saygısı “kendini sevme” alt bölümü arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($r= .066$; $p>.05$). Benlik saygısı “öz yeterlik” alt bölümü ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmamıştır ($r= .023$; $p>.05$).

Benlik saygısının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde benlik saygısı “kendini sevme” alt bölümünün cinsiyet açısından farklılaşmadığı ($t=-1.692$; $p>.05$), “öz yeterlik” alt bölümünün cinsiyet açısından farklılaştığı ($t= -2.827$; $p<.01$) sonucuna ulaşılmıştır. Analizlere ilişkin veriler Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2

Benlik Saygısının Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi

		r	p
^a Yaş * Kendini Sevme		.066	.181
^a Yaş * Öz yeterlik		.023	.636
	$\bar{X} \pm SS$	t	p
^b Cinsiyet * Kendini Sevme			
Kız (N=310)	28.13±6.83	-1.692	.091
Erkek (N=106)	29.40±5.91		
^b Cinsiyet * Öz yeterlik			
Kız (N=310)	24.58±4.91	-2.827	.005**
Erkek (N=106)	26.09±4.29		

^aPearson Korelasyon Analizi, ^bt-test, **p<.01

Benlik Saygısının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi İle İlgili Bulgular

Araştırma kapsamında elde edilen veriler ile otantiklik ve duygusal zeka bağımsız değişkenlerinin benlik saygısı bağımlı değişkenini yordayıp yordamadığını belirleyebilmek, otantikliğin ve duygusal zekanın benlik saygısına hangi düzeyde katkıda bulunduğunu anlamak amacıyla çoklu regresyon analizi kullanılmıştır.

Benlik saygısının kendini sevme alt boyutu ile ilgili yapılan analiz sonucu modelde bağımsız değişkenlerin benlik saygısının kendini sevme alt boyutundaki varyansın %55'ini anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir ($R = .74$, $R^2 = .55$, $F = 125.83$, $p < .001$). Bağımsız değişkenlerin önem sırasına bakıldığında sırasıyla, duygusal zekânın ($\beta = .36$; $p < .01$) artan düzeyde, kendine yabancılaşma ($\beta = -.32$; $p < .01$) azalan düzeyde, otantik yaşam ($\beta = .14$; $p < .01$) artan düzeyde ve dış etkiyi kabullenme ($\beta = -.07$; $p < .05$) azalan düzeyde bağımlı değişken üzerinde etkilidir. Analiz sonuçları benlik saygısı alt boyutlarından kendini sevme için Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3

Otantiklik ve Duygusal Zekanın Benlik Saygısı Alt Boyutu Kendini Sevmeyi Yordamasına İlişkin Çoklu Regrasyon Analizi Sonuçları

	B	SE	β	t	TV	VIF	R	R ²	F(df)
Model							.74	.55	125.830 (4,411)
SABİT	13.822	2.948		4.688**					
Duygusal Zekâ	.16	.02	.36	7.43**	.463	2.158			
Kendine Yabancılaşma	-.36	.05	-.32	-6.43**	.433	2.309			
Dış Etkiyi Kabullenme	-.09	.05	-.07	-1.97*	.734	1.363			
Otantik Yaşam	.28	.07	.14	4.04**	.854	1.171			

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

Benlik saygısının öz yeterlik alt boyutu ile ilgili yapılan analiz sonucu modelde bağımsız değişkenlerin benlik saygısının kendini sevme alt boyutundaki varyansın %41'ini anlamlı düzeyde açıkladığı görülmektedir (R= .64, R² =.41, F= 72.322, p<.001). bağımsız değişkenlerin önem düzeyleri ve açıklama düzeyleri incelendiğinde duygusal zekânın (β = .54; p<.01) artan düzeyde öz yeterlik üzerinde etkisi varken diğer değişkenlerin anlamlı etkisi bulunmamaktadır (p>.05). Analiz sonuçları benlik saygısı alt boyutlarından kendini sevme için Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4

Otantiklik ve Duygusal Zekanın Benlik Saygısı Alt Boyutu Öz Yeterliliği Yordamasına İlişkin Çoklu Regrasyon Analizi Sonuçları

	B	SE	β	t	TV	VIF	R	R ²	F(df)
Model							.64	.41	72.322 (4,411)
SABİT	8.810	2.442		3.608**					
Duygusal Zeka	.18	.02	.54	9.827**	.463	2.158			
Kendine Yabancılaşma	-.04	.05	-.05	-.890	.433	2.309			

Dış Etkiyi Kabullenme	-.07	.04	-.07	-1.79	.734	1.363
Otantik Yaşam	.07	.06	.05	1.22	.854	1.171

**p<.01

Tartışma

Araştırma sonuçlarına göre benlik saygısı ile demografik değişkenlerden yaş değişkeni ile anlamlı ilişkisi olmadığı ancak cinsiyet değişkeni açısından benlik saygısının alt boyutu olan öz yeterliğin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin öz yeterlik puanları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucu ise duygusal zekâ ve otantikliğin benlik saygısının alt bölümü olan kendini sevmeyi yordarken, özyeterliği sadece duygusal zekânın yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Bu çalışmada benlik saygısı, duygusal zeka ve otantiklik arasındaki ilişkilere yönelik bulgular, literatürdeki çalışmalarla benzer sonuçlar niteliği göstermektedir. Bibi ve diğerleri (2016) üniversite örnekleminde yapmış oldukları araştırmada benlik saygısı ile duygusal zeka arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu rapor etmişlerdir. Diğer taraftan Mesmer-Magnus vd. (2006) yapmış oldukları çalışmada benlik saygısı ve duygusal zeka arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cheung vd. (2015) duygusal zekanın benlik saygısı açısından güçlü bir belirleyici olduğunu ve benlik saygısı üzerindeki olumlu etkisini ifade etmektedirler. Ayrıca yapmış oldukları araştırmada duygusal zeka ile benlik saygısı arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu sonucunu rapor etmişlerdir. Buna ek olarak duygusal zeka ve benlik saygısı arasındaki ilişkiler ergen (Tajpreet & Maheshwari, 2015), öğretmen adayları (Onen & Ulusoy, 2015), sağlık çalışanları (Lee vd., 2017; Pérez-Fuentes vd., 2019) gibi farklı örneklemlerde de benzer sonuçlar olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve duygusal zeka arasındaki ilişkilerde olduğu gibi otantiklik ile de ilişkili araştırmalar olduğu görülmektedir. Benlik saygısı ve otantiklik arasındaki ilişkilere yönelik Kocaoğlu ve Çekiç (2021) tarafından yapılan araştırma sonuçları iki değişken arasında pozitif yönde anlamlı ilişkilere işaret etmektedir. Benzer şekilde Wang (2015) ilişki doyumunda otantiklik ve benlik saygısı arasındaki ilişkileri incelediği araştırmasında otantiklik ve benlik saygısı ilişkisinde pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu saptamıştır. Bireylerin nevi şahsına münhasır olarak davranmaları yani tutarlı davranışlar sergilemeleri, içi dışı

bir davranmaları bireylerin kendilerine olan saygılarına dair olumlu düşünceler içerisine girmelerine sebep olabilir.

Araştırmada benlik saygısı farklı demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Buna kapsamda yaş değişkeni açısından bir fark olmadığı, cinsiyete göre kendini sevme boyutunda farklılaşmadığı ancak öz yeterlik boyutunda erkeklerin kadınlara göre benlik saygısının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Literatür incelendiğinde Albar (2023) benlik saygısının üniversite öğrencilerinde yaş değişkenine göre farklılaşmadığını saptamıştır. Benzer şekilde Şipal (2022) üniversite öğrencilerinde yaş değişkenine göre farklılık olmadığını rapor etmiştir. Cinsiyet değişkeni çerçevesinde alanyazın incelendiğinde Taşgit (2012) üniversite öğrencileri üzerine yapmış olduğu çalışmada benlik saygısı ve karar verme düzeyleri arasındaki ilişkide cinsiyete göre benlik saygısında anlamlı bir farklılık saptayarak erkeklerin kadınlara göre daha yüksek benlik saygısı düzeyini rapor etmiştir. Saygılı vd. (2015) ise cinsiyete göre kadınların erkeklere nazaran daha yüksek benlik saygısı düzeylerinin olduğunu saptamışlardır. Buna ek olarak alanyazında cinsiyete göre benlik saygısı açısından farklılık olmadığını rapor eden araştırmalarda mevcuttur. Doğan ve diğerleri (2009) üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve sosyal zeka arasındaki ilişkileri inceledikleri çalışmalarında benlik saygısının cinsiyete göre farklılaşmadığını rapor etmişlerdir. Yine Efilti ve Çıkılı (2017) özel eğitim bölümü öğrencileri üzerinde yapmış oldukları araştırmada cinsiyete göre farklılık olmadığını saptamışlardır. Bununla birlikte araştırmada benlik saygısının boyutlarından biri olan öz yeterlik düzeylerinin erkeklerin lehine farklılık olma sonucunu destekleyen araştırmalar da mevcuttur. Cantez (2018) üniversite öğrencileri üzerinde yapmış olduğu araştırmasında öz yeterlik açısından mevcut araştırmanın sonuçlarını destekler nitelikte erkek katılımcılarda daha yüksek öz yeterlik düzeyi olduğunu rapor etmişlerdir. Mevcut araştırma sonuçları ile alanyazında yapılan araştırma sonuçları değerlendirildiğinde cinsiyet değişkenine göre farklı sonuçlar raporlandığı görülmektedir. Bu farklılığın nedeni farklı örneklem gruplarından olduğu söylenebilir. Farklı bir bakışla ise cinsiyet rollerinin kültürlere görede farklı sonuçları olacağı söylenebilir.

Araştırma sonuçları duygusal zeka ve otantikliğin benlik saygısının alt boyutu olan kendini sevmeyi anlamlı düzeyde yordadığı, öz yeterlik boyutunu ise sadece duygusal zekanın yordadığını göstermiştir. Duygusal zekanın benlik saygısının güçlü bir belirleyicisi olduğuna yönelik alanyazında araştırmalar mevcuttur. Nitekim genç yetişkinlerde duygusal zekanın benlik saygısını

anlamli düzeyde yordadığını Cheung vd. (2015) rapor etmişlerdir. Diğer taraftan Johar ve Sahah (2014) yapmış oldukları araştırmada duygusal zekanın benlik saygısını anlamli düzeyde yordadığını rapor etmişlerdir. Ayrıca Pérez-Fuentes ve diğerleri (2019) duygusal zekanın öz-yeterlik ve benlik saygısının yordayıcıları olduğunu, öz-yeterlilik ve duygusal zekanın benlik saygısı ile anlamli ve pozitif bir ilişkiye sahip olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte otantikliğin benlik saygısının anlamli bir yordayıcı olduğunu Plasencia (2014) yapmış olduğu araştırmada rapor etmiştir. Duyguları etkin kellenabilme duygusal zekanın parçası olduğundan (Goleman, 2005), benlik saygısı açısından bireyin kendine olan duygularını kontrol altına almasına ve kendine olan yargılarını olumlu hale getirebilir.

Benlik saygısını etkileyen birçok değişken olmakla birlikte araştırmamızda ulaşılan sonuçlar açısından duygusal zekânın en fazla yordayan değişken olduğu görülmüştür. Sağlık psikolojik danışmanlığı çerçevesinde ruh sağlığı alanında verilen hizmetlerde, çift ya da grup psikoterapilerinde benlik saygısını arttırmaya odaklanan çalışmalarda duygusal zeka ve otantikliği arttırmaya yönelik müdahaleler geliştirilebilir. Ek olarak boylamsal çalışmalar ile duygusal zeka ve otantikliğin, benlik saygısını etkileme durumu zamansal olarak ele alınabilir. Diğer taraftan araştırmamızda çeşitli sınırlıklarda bulunmaktadır. Araştırmanın üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olması nedeniyle benzer araştırma farklı örneklem gruplarında tekrarlanabilir. Ayrıca aynı değişkenler ile nitel araştırmalar tasarlanması Alana katkı sağlayacaktır.

Kaynakça

- Albar, İ. (2023). *18 - 29 yaş aralığındaki genç yetişkinlerde vücut kitle indeksi, benlik saygısı ve yeme bozuklukları arasındaki ilişkinin incelemesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bibi, S., Saqlain, S., & Mussawar, B. (2016). Relationship between emotional intelligence and self esteem among Pakistani university students. *Journal of Psychology & Psychotherapy*, 6(4), 1-6. DOI: [10.4172/2161-0487.1000279](https://doi.org/10.4172/2161-0487.1000279)
- Brown, R. P., & Zeigler-Hill, V. (2004). Narcissism and the nonequivalence of self-esteem measures: A matter of dominance? *Journal of Research in Personality*, 38, 585-592. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2003.11.002>
- Cantez, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlamlık ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 4(2), 61-76.

- Cheung, C. K., Cheung, H. Y., & Hue, M. T. (2015). Emotional intelligence as a basis for self-esteem in young adults. *The Journal of psychology*, 149(1), 63-84. <https://doi.org/10.1080/00223980.2013.838540>
- Coşkun, İ. (2017). *İlkokul birinci kademe öğrencilerinin anne tutumu, benlik saygısı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Crocker, J., & Park, L. E. (2004). The costly pursuit of self-esteem. *Psychological Bulletin*, 130, 392-414. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.3.392>
- Deniz, M. E. ve Yılmaz, E. (2004). Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka yetenekleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi bildiri özetleri içinde* (s. 68-77). Malatya: İnönü Üniversitesi.
- Deniz, M. E., Özer, E. ve Işık, E. (2013). Duygusal zeka özelliği ölçeği-kısa formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 38(169), 407-419.
- Doğan, T., Totan, T., ve Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zeka. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (17), 235-247.
- Doğan, T. (2011). İki boyutlu benlik saygısı: Kendini Sevme/Özyeterlik Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, 36(162).
- Doğan, T., & Eryılmaz, A. (2013). Benlik saygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33(33), 107-117.
- Efiliti, E., ve Çıkılı, Y. (2017). Özel eğitim bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 99-114. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2017.17.28551-304623>
- Fraenkel, Jack R., & Wallen, Norman E. (2009). *How to design and evaluate research in education* (Seventh ed.). New York: McGraw-Hill.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Goleman, D. (2005). *Duygusal zekâ neden iq'dan daha önemlidir* (29. Basım). (Çev: B. S. Yüksel). İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (2011). *The brain and emotional intelligence: New insights* (Vol. 94). Northampton, MA: More than sound.
- Haines, D. A., Scalise, J. J., & Ginter, E. J. (1993). Relationship of loneliness and its affective elements to self-esteem. *Psychological Reports*, 73(2), 479-482. <https://doi.org/10.2466/pr0.1993.73.2.479>

- Henning, E. R., Turk, C. L., Mennin, D. S., Fresco, D. M., & Heimberg, R. G. (2007). Impairment and quality of life in individuals with generalized anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, 24, 342–349. <https://doi.org/10.1002/da.20249>
- İlhan, T., & Özdemir, Y. (2013). Otantiklik Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 4(40), 142-153.
- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O., & Kuğu, N. (2004). Social phobia among university students and its relation to self-esteem and body image. *The Canadian journal of psychiatry*, 49(9), 630-634. <https://doi.org/10.1177/070674370404900910>
- Johar, S. S. H., & Shah, I. M. (2014). The impact of emotional intelligence on organizational commitment through self-esteem of employee in public sector. *The Business & Management Review*, 4(3), 1-11.
- Josephs, R. A., Larrick, R. P., Steele, C. M., & Nisbett, R. E. (1992). Protecting the self from the negative consequences of risky decisions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 26–37. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.62.1.26>
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B., & Kafkas, M. E. (2010). Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zeka. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.
- Karasar, Niyazi. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kernis, M. H., & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Theory and research. *Advances in experimental social psychology*, 38, 283-357. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)38006-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)38006-9)
- Kocaoğlu, F. ve Çekiç, A. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının yordayıcıları olarak duygusal zekâ ve otantiklik. *Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (48), 149-169. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/mkusbed/issue/65621/971763>
- Köksal, A. (2007). Bar'On duygusal zeka ölçeği çocuk ve ergen formu (EQ-i YV) geçerlik güvenilirlik çalışması, *International Emotional Intelligence and Communication Symposium Proceedings Book I içinde* (s. 15-22). İzmir, Ege Üniversitesi.
- Lee, Y. E., Kim, E., Park, S. Y., Lee, Y. E., Kim, E., & Park, S. Y. (2017). Effect of self-esteem, emotional intelligence and psychological well-being on resilience in nursing students. *Child Health Nursing Research*, 23(3), 385-393. <https://doi.org/10.4094/chnr.2017.23.3.385>
- Lopez, F. G., & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53(3), 362-371. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.3.362>

- Mayer, J. D., Salovey, P., Caruso, D. R., & Sitarenios, G. (2001). Emotional intelligence as a standard intelligence. *Emotion, 1*(3), 232–242. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.1.3.232>
- McManus, F., Waite, P., & Shafran, R. (2009). Cognitive-behavior therapy for low self-esteem: A case example. *Cognitive and Behavioral Practice, 16*, 266–275. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2008.12.007>
- Mesmer-Magnus, J., Viswesvaran, C., Deshpande, S., & Joseph, J. (2006). Social desirability: The role of over-claiming, self-esteem, and emotional intelligence. *Psychology Science, 48*(3), 336.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem*. Springer Publishing Company.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality, 77*, 23–50. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00537.x>
- Onen, A. S., & Ulusoy, F. M. (2015). The relationship between pre-service teachers' self-esteem and emotional intelligence levels. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 186*, 1163-1168.
- Orth, U., Robins, R. W., & Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology, 95*, 695–708. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.695>
- Özdin, G. Ç. (2019). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ve özgecilik düzeylerinin psikolojik iyi oluş düzeylerine etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa.
- Pérez-Fuentes, M. D. C., Jurado, M. D. M. M., & Gázquez Linares, J. J. (2019). Explanatory value of general self-efficacy, empathy and emotional intelligence in overall self-esteem of healthcare professionals. *Social work in public health, 34*(4), 318-329. <https://doi.org/10.1080/19371918.2019.1606752>
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European journal of personality, 15*(6), 425-448. <https://doi.org/10.1002/per.416>
- Plasencia, M. L. (2014). *The relationship between safety-seeking, self-authenticity, self-esteem, and relatedness in social anxiety* (Doctoral dissertation). University of British Columbia.
- Rasmussen, M. K., & Pidgeon, A. M. (2011). The direct and indirect benefits of dispositional mindfulness on self-esteem and social anxiety. *Anxiety, Stress, & Coping, 24*(2), 227-233. <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.515681>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

- Satıcı, B. (2018). *Genç yetişkinlerde mükemmeliyetçilik ile romantik ilişki doyumu arasında duygusal zeka ve bilinçli farkındalığın aracılık rollerinin incelenmesi* (Doktora tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Saygılı, G., Kesercioğlu, T., & Kırıktaş, H. (2015). Eğitim düzeyinin benlik saygısı üzerinde etkisinin incelenmesi. *Turkish International Journal of Special Education and Guidance & Counselling*, 4(1), 1-8.
- Sharp, M. J., & Getz, J. G. (1996). Substance use as impression management. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 22(1), 60-67. <https://doi.org/10.1177/0146167296221006>
- Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213–240. <https://doi.org/10.1037/a0028931>
- Şipal, O. (2022). *Üniversite öğrencilerinin egzersizde davranışsal düzenlemeleri, benlik saygısı ve liderlik yönelimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bayburt.
- Tafarodi, R. W., & Swann Jr, W. B. (2001). Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences*, 31(5), 653-673. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(00\)00169-0](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(00)00169-0)
- Tajpreet, K., & Maheshwari, S. K. (2015). Relationship of emotional intelligence with self-esteem among adolescents. *Indian Journal of Psychiatric Nursing*, 10(1), 18-23.
- Taşgit, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Ulutaş, İ. (2005). *Anasınıfına devam eden altı yaş çocuklarının duygusal zekalarına duygusal zeka eğitiminin etkisi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Van der Gucht, E., Morriss, R., Lancaster, G., Kinderman, P., & Bentall, R. P. (2009). Psychological processes in bipolar affective disorder: Negative cognitive style and reward processing. *British Journal of Psychiatry*, 194, 146–151. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.107.047894>
- Wang, Y. N. (2015). Authenticity and relationship satisfaction: Two distinct ways of directing power to self-esteem. *PLoS One*, 10(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0146050>
- Wood, A. M., Maltby, J., Gillett, R., Linley, P. A., & Joseph, S. (2008). The role of gratitude in the development of social support, stress, and depression: Two longitudinal studies. *Journal of Research in Personality*, 42(4), 854-871. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.11.003>
- Wu, K. D., Clark, L. A., & Watson, D. (2006). Relations between obsessive-compulsive disorder and personality: Beyond axis I axis II comorbidity. *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 695–717. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2005.11.001>

Yaşarsoy, E. (2006). *Duygusal zeka gelişim programının, eğitilebilir zihinsel engelli öğrencilerin davranış problemleri üzerindeki etkisi* (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Adana

Yıldız, M. ve Çapar, B. (2010). Ortaöğretim öğrencilerinde benlik saygısı ile dindarlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Din bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*. 10 (1), 103-131.

Yörükoğlu, A. (2000). *Gençlik çağı*. Ankara: Özgür Yayınları.

Extended Abstract

Self-esteem is expressed as positive or negative evaluations and feelings about oneself (Rosenberg, 1965). In a different definition, it is also stated as an individual's satisfaction with himself/herself, making positive evaluations about himself/herself and accepting himself/herself without considering himself/herself superior or inferior to others (Yörükoğlu, 2000). In general, individuals tend to desire high self-esteem (Crocker & Park, 2004). While individuals with high self-esteem tend to develop themselves, individuals with low self-esteem tend to have higher tendencies such as reluctance, self-protection strategies, avoidance of being noticed and avoiding risks (Josephs et al., 1992). Low self-esteem leads to experiencing negative emotions (Mruk, 2006), anger (Arslan, 2009), social anxiety (Sharp & Getz, 1996), and high levels of loneliness (Haines, Scalise, & Ginter, 1993). In addition to the studies revealing the relationship between self-esteem and psychopathology, the relationships between self-esteem and different variables have been examined. One of them is the studies on emotional intelligence (Karademir et al., 2010; Coşkun, 2017; Eroğlu, 2018). Individuals' use of intelligence has been researched over the years. Although cognitive intelligence is important, recently we have been confronted with the concept of emotional information, emotion processing and thus emotional intelligence. Emotional intelligence is defined as the ability to perceive, comprehend, understand, explain and use emotions (Mayer et al., 2001). As a different definition, it is also considered as knowing one's own and others' emotions and reacting accordingly (Goleman, 2005). Emotional intelligence is a set of important characteristics such as the ability of individuals with emotional intelligence to mobilize themselves, to regulate their mood, to continue on their way despite adverse situations, not to let the troubles they experience prevent them from thinking, to control their impulses and postpone their satisfaction, to empathize and to have hope (Goleman, 2011). The concept of emotional intelligence includes many concepts such as life satisfaction, well-being, sociability, self-control and emotionality (Deniz & Yılmaz, 2004; Deniz et al., 2013). Another concept that is related to emotional

intelligence, which is our research area, is the concept of authenticity (Kocaoğlu & Çekiç, 2021). Authenticity is explained by the concepts of acting as oneself, consistency in feelings and thoughts, openness and honesty (Kernis & Goldman, 2006). If an individual lives in line with his/her values as he/she comes from within and is authentic, he/she can continue his/her life in a healthy and harmonious way (İlhan & Özdemir, 2013). In studies on authenticity, it has been concluded that high levels of authenticity are associated with low levels of stress, anxiety (Wood et al., 2008), depression (Lopez & Rice, 2006). On the other hand, there are significant positive relationships with emotional intelligence (Kocaoğlu & Çekiç, 2021). Looking at the literature, there is no direct research between self-esteem and authenticity. While conceptualizing low self-esteem, two perspectives come to the fore in the literature, the first of which is the vulnerability model, which argues that low self-esteem causes psychopathology (Neff & Vonk, 2009), and the scar model, which argues that there is a decrease in self-esteem as a result of psychopathology (Orth et al., 2008). Although both approaches are not mutually exclusive, it can be said that both the cause or effect associated with psychopathology in terms of health psychological counseling should be intervened in order to protect and improve the mental health of the individual. Although the concept of self-esteem has been investigated many times in the literature, there are no predicted results with the concepts of emotional intelligence and authenticity. As a result, there are many factors that can affect self-esteem. The main purpose of this study is to examine emotional intelligence and authenticity as predictors of self-esteem. As a result of the research, the use of emotional intelligence and being authentic will contribute to the evaluation of self-esteem in terms of self-esteem. Determining the situations that affect individuals' self-esteem in line with the scientific information obtained will be a guide for interventions to strengthen this area.

This study, which aims to determine the relationship between self-esteem, emotional intelligence and authenticity, was designed in accordance with the relational survey model, which is a type of general survey model.

A statistically significant relationship was found between self-love and emotional intelligence ($r=.678$), self-alienation ($r=-.669$), acceptance of external influence ($r=-.416$), and authentic life ($r=.395$) at the $p<.01$ level in a positive direction, $p<.01$ in a negative direction, and $p<.01$ in a positive direction, respectively. Statistically significant relationships were found between self-efficacy and emotional intelligence ($r=.635$), self-alienation ($r=-.499$), acceptance of external

influence ($r=-.348$), and authentic life ($r=.276$) at the $p<.01$ level in a positive direction. When the relationships between self-esteem and demographic variables were examined, no statistically significant relationship was found between age variable and self-esteem "self-love" subsection ($r=.066$; $p>.05$). There was no statistically significant relationship between the "self-efficacy" subsection of self-esteem and the age variable ($r=.023$; $p>.05$). When it was examined whether self-esteem differed in terms of gender variable, it was concluded that the "self-love" subsection of self-esteem did not differ in terms of gender ($t=-1,692$; $p>.05$), while the "self-efficacy" subsection differed in terms of gender ($t=-2,827$; $p<.01$). As a result of the analysis of the self-love sub-dimension of self-esteem, it is seen that the independent variables in the model explain 55% of the variance in the self-love sub-dimension of self-esteem at a significant level ($R=.74$, $R^2 =.55$, $F=125.83$, $p<.001$). Considering the order of importance of the independent variables, emotional intelligence ($\beta= .36$; $p<.01$) has an increasing effect on the dependent variable, self-alienation ($\beta= -.32$; $p<.01$) has a decreasing effect, authentic life ($\beta= .14$; $p<.01$) has an increasing effect, and acceptance of external influence ($\beta= -.07$; $p<.05$) has a decreasing effect. As a result of the analysis of the self-efficacy sub-dimension of self-esteem, it is seen that the independent variables in the model explain 41% of the variance in the self-love sub-dimension of self-esteem at a significant level ($R=.64$, $R^2 =.41$, $F= 72.322$, $p<.001$). When the importance levels and explanation levels of the independent variables are examined, emotional intelligence ($\beta= .54$; $p<.01$) has an effect on self-efficacy at an increasing level, while the other variables have no significant effect ($p>.05$).

Although there are many variables affecting self-esteem, emotional intelligence was found to be the most predictive variable in terms of the results obtained in our study.

ETİK BEYAN: “Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeyi Yordayıcıları: Duygusal Zeka Ve Otantiklik” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamıştır ve veriler toplanmadan önce Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu’ndan 14/05/2023 tarih ve 2023/04 sayılı etik izin alınmıştır. Karşılaşılacak tüm etik ihlallerde “Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Yayın Kurulunun” hiçbir sorumluluğunun olmadığı, tüm sorumluluğun Sorumlu Yazarlara ait olduğu ve bu çalışmanın herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiş olduğunu taahhüt ederim.

