

**Atıfta Bulunmak İçin / Cite This Paper:**

Mamirova, C. ve Yılmaz, H. (2019). "İtaatkârlar Daha Mı Mutlu? "Pozitif Psikoloji Perspektifinden Boyun Eğicilik"", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (Ek Sayı 1): 1153-1169

Geliş Tarihi / Received Date: 22.11.2018

Kabul Tarihi / Accepted Date: 10.12.2018

Araştırma Makalesi**İTAATKÂRLAR DAHA MI MUTLU? "POZİTİF PSİKOLOJİ PERSPEKTİFİNDEN BOYUN EĞİCİLİK"****Cıldız MAMIROVA**

Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü doktora öğrencisi

cildiz.mamirova@manas.edu.kg

ORCID ID: 0000-0003-1859-2027

Doç. Dr. Hasan YILMAZ

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi

Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi

hasanyilmaz2001@hotmail.com

ORCID ID: 0000-0002-9069-1524

Öz

Boyun eğicilik, kişinin, otoritenin koyduğu kurallara ve verdiği talimatlara uygun davranması, düşünce ve davranışlarını otoritenin istediği yönde değiştirmesi olarak tanımlanmaktadır. Başkalarını kırmamaya, incitmeye özen gösterme, çevresindekileri memnun etmeye çalışma, iyiliksever olmaya eğilimlilik, karşı çıkmaktan çekinme, onaylamadığı durumları ifade edememe, öfkesini göstermede zorluk, aşırı onaylanma ihtiyacı, düşünce ve haklarını savunamama, boyun eğici kişiliğe sahip bireylerin en belirgin özellikleridir. Bu araştırmanın amacı, boyun eğicilik ile pozitif psikolojinin temel kavramlarından, yaşam doyumu, mental iyi oluş, iyimserlik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri ve boyun eğiciliğin bu kavramları açıklama gücünü saptamaktır. Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Örneklem yüzde 68.9'u kadın, 31.1'i erkek olmak üzere 707 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonunda boyun eğiciliğin araştırmanın bağımlı değişkenlerin tamamıyla negatif ilişkili olduğu saptanmıştır. Boyun eğicilik özelliğinin en fazla, öznel iyi oluş üzerinde olumsuz etki gösterdiği gözlenmiştir. Araştırma bulguları mevcut alanyazın bilgileri ışığında tartışılmış ve öneriler geliştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Boyun Eğicilik, Yaşam Doyumu, Mental İyi Oluş, İyimserlik, Öznel İyi Oluş.

ARE THE OBEDIENT HAPPIER? SUBMISSIVENESS IN TERMS OF POSITIVE PSYCHOLOGY**Abstract**

Submissiveness is defined as the individual acting in accordance with the rules and instructions of the authority and changing his / her thoughts and behaviors in the direction desired by the authority. Taking care not to break and hurt others, trying to please the ones around them, a tendency to kindness, hesitating to oppose, inability to express disagree, difficulty in expressing his / her anger, excessive need for approval, inability to protect his / her thoughts and rights are the most prominent characteristics of individual with a subservient personality. The aim of this study is to determine the relationships between submissiveness and some basic concepts of positive psychology, as life satisfaction, mental well-being, optimism and subjective well-being; and how much does submissiveness explain these concepts. Correlation screening method was used in the study. The sample consisted of 707 university students, 68.9% of whom are female and 31.1% male. At the end of the study, it was determined that the submissiveness was negatively related to all of the dependent variables. It has been revealed that the feature of

submissiveness has most negative effect on the subjective well-being. The research findings were discussed in light of the current literature and recommendations were developed.

Keywords: Submissiveness, Life Satisfaction, Mental Well-Being, Optimism, Subjective Well-Being.

1. GİRİŞ

İnsanlar; boyun eğme, saldırganlık, yönlendirici davranış ve atılganlık olarak sınıflandırılan dört temel davranıştan birini seçerek tepkide bulunur (Messarra, Karkoulian ve El-Kassar, 2016). Bu davranışlardan birisi olan boyun eğme; kişinin, otoritenin koyduğu kurallara ve verdiği talimatlara uygun davranması, düşünce ve davranışlarını otoritenin istediği yönde değiştirmesi olarak tanımlanır (Grzyb vd., 2018). Başkalarını kırmamaya, incitmeye özen gösterme, çevresindekileri memnun etmeye çalışma, iyiliksever olmaya eğilimlilik, karşı çıkmaktan çekinme, onaylamadığı durumları ifade edememe, öfkesini göstermede zorluk, aşırı onaylanma ihtiyacı, düşünce ve haklarını savunamama, boyun eğici kişiliğe sahip bireylerin en belirgin özellikleridir (Gilbert ve Allan, 1994; Bègue vd., 2015; Sopić, (2015).

Bu özelliklerin yanında; kendini daha az değerli ve önemsiz görme (Gilbert vd., 2003), çekingenlik, kendini suçlama eğilimi (Gilbert, Pehl ve Allan, 1994), sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu (O'Connor vd., 2002) boyun eğici insanlarda sıklıkla gözlenen davranışlardır.

Boyun eğici kişiliklerin Beck'in tanımladığı kişilik özellikleri ile de ilişkisi kurulabilir. Beck iki kişilik türü tanımlamıştır, bunlar otonomi ve sosyotropidir (Beck, 1996). Otonom özellikler gösteren insanlar bağımsızlığa ve başarıya önem veren bireylerdir. Sosyotropi özellikleri gösterenler ise sosyal bağların zayıflaması, ilişkilerin sonlanması ve reddedilme gibi durumlara aşırı duyarlı olan bireylerdir (Allen, de L. Horne ve Trinder, 1996). Boyun eğici davranışın baskın gözlemlendiği bireyler sosyotropi kişilik kapsamına girmektedir. Au ve Lam (2017), benlik kurgusu ve boyun eğicilik konusunda yaptıkları araştırmada da bu görüşü destekleyen sonuçlar elde etmişlerdir.

Bowlby, Maslow, Alderfer, Glasser, Horney, Murray, Erich Fromm ve Sullivan bireylerin temel ihtiyaçları arasında aidiyet ihtiyacının önemli bir yer tuttuğunu ileri sürmüşlerdir (Narvaez, 2018). Bununla birlikte, bu ihtiyacı yüksek düzeyde hissetme ya da karşılanmadığına inanma boyun eğiciliği artırmaktadır (Yörük ve Dündar, 2011). Boyun eğicilerde sıklıkla gözlenen, başkalarının tepkilerine karşı sürekli tetikte olma (Wilhelm, Boyce ve Brownhill, 2004) ve reddedilmeye karşı aşırı duyarlılık (Harb vd., 2002), bu kapsamda değerlendirilebilir.

Sosyal etki kuramına göre itaat ve uyumun benzer yönleri olmakla birlikte birbirinden farklı kavramlardır (Latané, 1981; Barreto ve Hogg, 2018). Her ikisi de insanların

başkalarının görüşlerinin etkisi altında tutum veya davranışlarda değişikliğe yol açan, iki tür sosyal etkidir (Xie vd., 2016). Uyma davranışında bağımsız karar verebilme ve iradenin söz konusu olması, buna karşılık boyun eğicilik davranışının, otorite talimatlarının bir sonucu olarak gerçekleşmesi iki kavram arasındaki ayırt edici farktır (Cialdini ve Goldstein, 2004).

Sosyal Statü Kuramı (Social Ranking Theory) da, boyun eğme davranışının altında korku duygusunun bulunduğunu ileri sürer (Gilbert, 2000). Kurama göre, kendisini sosyoekonomik açıdan düşük statüde algılayan kişiler, diğer bireylerle yaşadığı çatışmaları kazanma ya da çözme ihtimallerinin düşük olduğunu düşündükleri anda kaçma ya da boyun eğme davranışı sergilemektedirler (Lantz, Pieterse ve Taylor, 2018).

Boyun eğici davranışın kaynakları konusunda farklı görüşler bulunmaktadır. Bazı yazarlar, çocukluk döneminde aile ortamının ve ebeveyn tutumlarının (Bellido-Zanin vd. 2018; Akcinar ve Baydar, 2014), bazıları, insanın o an içinde bulunduğu sosyal çevrenin ve algılarının belirleyici olduğunu (Park and Lau, 2016) ileri sürmüştür. Boyun eğici davranışlarda kültürün rolünün önemli bulan araştırmacılar da vardır (Hoffmann, Heinrichs ve Moscovitch, 2004; O'Connor vd., 2002; Varnum, Grossmann, Kitayama ve Nisbett, 2010). Bu araştırmacılara göre, saygı ve itaat kavramlarının karıştırıldığı doğu toplumlarında, batı kültüründeki bireylere nazaran daha çok boyun eğici davranış, saptanmıştır. Genetik faktörler ile boyun eğicilik arasında ilişki arayan araştırmacılar ise (Feder vd., 2010), boyun eğicilik özelliğinin yüzde 20'ye yakınının genetik yatkınlıkla açıklanabileceğini savunmuşlardır. Ebeveyn tutumlarının büyük ölçüde içinde yaşanan kültürden etkilendiği de düşünüldüğünde, boyun eğiciliğin sebepleri konusunda ağır basan görüş; otoriter, disiplinli, denetimli, baskıcı, aşırı kısıtlayıcı anne ve baba tutumları olduğu yönündedir (Tekin ve Filiz, 2008).

Literatürde boyun eğicilik ile çok sayıda farklı değişken arasında ilişki arayan araştırma mevcuttur. Düşük benlik saygısı (Özkan ve Özen, 2008; Sturman, 2011; Torun vd., 2012), utanç (Cheung, ve Irons, 2004) sosyal kaygı, suçluluk ve olumsuz değerlendirilme korkusu (Gilbert, 2000), sosyal kaygı (Weeks, Heimberg ve Heuer, 2011), depresyon (Öngen, 2006), cinsel tatminsizlik (Sanchez vd., 2011), stres (Catarino vd., 2014), çocukluk yıllarına ait istismar (Çelik ve Odacı, 2012), kendini başkaları ile kıyaslamaya dayanan öz eleştiri, izolasyon ve aşırı özdeşleşme (Gilbert vd., 2003; Akın, 2009), ruminasyon (Öngen, 2010), sosyal, siyasi ve dini yönelimler (Bègue vd., 2015; Frimer, Gaucher ve Schaefer, 2014; Ludeke, Johnson ve Bouchard Jr, 2013), bilişsel kapanma (Grzyb vd., 2018), testosteron hormonu (Inoue vd., 2017) boyun eğicilikle ilişkisi sınırlanan değişkenlere örnektir. Bununla birlikte, bu değişkenler incelendiğinde tamamının psikopatoloji ile ilgili olduğu görülmektedir. Catarino vd. (2014) de bu duruma dikkat çekerek, boyun eğicilik ile olumlu

nitelikler arasında ilişki arayan araştırmaların yapılmasını önermişlerdir. Son yıllarda pozitif psikoloji alanında yapılan çalışmaların ve bu alanda geliştirilen ölçme araçlarının sayısındaki artışa rağmen boyun eğicilik ile pozitif psikoloji kavramları arasında ilişki arayan araştırmalar yapılmamıştır. Bu araştırmanın bu ihtiyacı belli bir ölçüde karşılayacağı umulmaktadır.

Pozitif Psikoloji, altında olumlu duyguların, olumlu karakter özelliklerinin yer aldığı bir şemsiye terimidir. Her ne kadar insan doğasını olumsuz niteliklerle tanımlayan ve psikopatolojiye odaklanan kuramlara alternatif olarak ortaya çıktıysa da, amacı, insanın acı çekmesi, güçsüzlüğü ve patolojisi ile ilgili bilinen şeylerin yerini almak değil, tamamlayıcı olmaktır (Seligman vd., 2005).

Seligman'ın (1999) pozitif psikoloji'nin kurucu anı olarak kabul edilir. Ona göre pozitif psikoloji; iyimserlik, iyi oluş, mutluluk, cesaret, iş ahlakı, geleceğe dair fikirlilik, kişilerarası beceri ve içgörü kapasitesi ve sosyal sorumluluk gibi bireyin güçlü ve olumlu özelliklerinin anlaşılmasını ve geliştirilmesini vurgulayan yeniden yönlendirilmiş bir bilim dalıdır (Proyer, 2017). Araştırmada, boyun eğicilik ile ilişkisi aranan pozitif psikoloji kavramları; yaşam doyumu, mental iyi oluş, iyimserlik ve öznel iyi oluştur. Bu kavramlara ilişkin literatürden elde edilen açıklamalara aşağıda yer verilmiştir.

Yaşam doyumu; bireyin beklentileriyle sahip olduklarının karşılaştırılması sonucu elde edilen tatmin düzeyini ifade eder (Haybron, 2007). Bu değerlendirme bireyin hayatının tümünü kapsar ve kendi belirlediği ölçütlere göre yapılır. Öznel iyi oluşun önemli bir parçası ve iyilik halinin bir ölçüsü olarak kabul edilen yaşam doyumu, kişinin yaşamına karşı olumlu bir tutumu içinde olması durumudur (Kuppens, Realo ve Diener, 2008). Yaşam doyumunun; kişilik (Jankowski, 2012; Díaz-Morales vd., 2013), özsaygı (Cummins, 2003), hayata bakış açısı, iyimserlik (Chang ve Sanna, 2001; Bailey vd., 2007), yaş (Palgi ve Shmotkin, 2010), yaşam olayları ve deneyimler (Burger ve Samuel, 2017), mevsim (Maennig, Steenbeck ve Wilhelm, 2013), aile (Plunkett vd., 2007), kariyer (Kahneman ve Deaton 2010; Diener vd., 2010) faktörlerinden etkilendiği saptanmıştır.

Mental iyi oluş, yaşamda karşı karşıya kalınan varoluşsal meydan okumaları (anamlı amaçları sürdürme, kişisel gelişim ve diğerleri ile nitelikli ilişkiler kurma gibi) yönetme olarak tanımlanmıştır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002). Mental iyi oluşun altı faktörlü modeli Ryff (1996) tarafından geliştirilmiştir. Yaşam memnuniyeti ve mutluluğa katkıda bulunan altı faktör; öz-kabul, diğerleri ile pozitif ilişkiler, özerklik, çevresel kontrol, yaşam amacı ve kişisel gelişimdir (Ryff vd., 1999). Mental iyi oluş, hem zorlayıcı hem de ödüllendirici yaşam olaylarından etkilenen bir denge durumu sağlayarak elde edilir (Gutman vd., 2017). Aynı zamanda, bireylerin yeteneklerini toplumsal ve evrensel değerler ile uyum içinde

kullanmalarını sağlayan dinamik bir iç denge halidir (Galderisi vd., 2015). Mental iyi oluş bütünüyle ulaşılması zor, geniş bir durumdur. Bu sebeple farklı bileşenlere ayırmak onu anlaşılır ve erişilebilir kılar. Mental iyi oluşun genel kabul görmüş dört önemli bileşeni vardır. Bunlar; sağlıklı bir benlik hissi, sağlıklı bir bakış açısı (perspektif), psikolojik sağlamlık, şimdiki zamanda olmaktır (Goodman, Doorley ve Kashdan, 2018). Bunlara ilave olarak; olumlu mizah, eğlence için fırsatlar yaratma, sosyal destek bulma ve kullanma, duygusal farkındalık geliştirme ve hayatında nelerin değiştirilemeyeceğini kabul etme mental iyi oluşun göstergeleri olarak belirtilmektedir (Alkon, 2018). Mental iyi oluş kavramı yerine, psikolojik iyi oluş kavramını kullanan kaynaklar da vardır.

İyimserlik, belirli bir çabanın veya genel olarak sonuçların olumlu ve arzu edilebilir olduğu yönündeki bir inancı veya umudunu yansıtan zihinsel bir tutumdur (Jefferson, Bortolotti ve Kuzmanovic, 2017). İyimserliğin kalıtsal temelleri olduğu kadar (Bates, 2015) bireyin biyolojik özelliklerinden de etkilenir (Sharot, 2011). Ayrıca, aile ortamı da dahil olmak üzere çevresel faktörler (Kurtz-Nelson, E. ve McIntyre, 2017) de iyimserlik üzerinde etkilidir. Bunlarla birlikte pek çok yazar, iyimserliğin öğrenilebileceğini savunur (Vaughan, 2000). Son araştırmalar iyimserliğin yaşam doyumu, mutluluk, psikolojik ve fiziksel iyi oluş, fiziksel sağlık ile pozitif depresyon ve anksiyete ile negatif korelasyon gösterdiğini ortaya koymuştur. (Peterson, Park ve Kim, 2012; Alarcon, Bowling ve Khazon, 2013; Pänkäläinen, Kerola ve Hintikka, 2015)

Öznel iyi oluş, bir kişinin yaşam kalitesini kendi bakış açısıyla değerlendirmesinden çıkardığı sonuçtur ve kişinin hayatının iyi gittiğine inandığını veya hissettiğini ifade eder (Diener, Lucas ve Oishi, 2018). Terimin içinde yer alan, "öznel" kavramı, kişinin yaşam kalitesinin, kendi perspektifinden değerlendirilmesinin ifadesidir (Hurka, 2014). Sevinç, neşe, memnuniyet, gurur, sevgi, mutluluk ve coşku öznel iyi oluşu hem destekleyen hem de sonuçları olan duygu durumları iken; suçluluk, utanç üzüntü, kaygı ve kuruntu, öfke stres, depresyon ve kıskançlık öznel iyi oluşla bağdaşmayan ve ona zarar veren duygulardır (Wood, Froh ve Geraghty, 2010). Aile ve iş hayatı, serbest zaman etkinlikleri, sağlık, gelir, benlik saygısı, arkadaşlık ise öznel iyi oluş üzerinde etkili olan faktörlerdir (Diener, Oishi ve Lucas, 2003).

Boyun eğicilik konusunda yapılan çalışmalar incelendiğinde, araştırmaların daha çok; sosyal kaygı, depresyon, intihar, düşük benlik saygısı, öfke, suçluluk, kıskançlık, istismar, ruminasyon gibi psikopatoloji eksenli olduğu görülmektedir. Bu araştırmanın amacı, boyun eğicilik ile pozitif psikolojinin temel kavramlarından, yaşam doyumu, mental iyi oluş, iyimserlik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri ve boyun eğiciliğin bu kavramları açıklama gücünü saptamaktır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

i. Boyun eğicilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişki nedir ve boyun eğicilik yaşam doyumunu ne oranda açıklamaktadır?

ii. Boyun eğicilik ile mental iyi oluş arasındaki ilişki nedir ve boyun eğicilik yaşam doyumunu ne oranda açıklamaktadır?

iii. Boyun eğicilik ile iyimserlik arasındaki ilişki nedir ve boyun eğicilik yaşam doyumunu ne oranda açıklamaktadır?

iv. Boyun eğicilik ile öznel iyi oluş arasındaki ilişki nedir ve boyun eğicilik yaşam doyumunu ne oranda açıklamaktadır?

2. YÖNTEM

Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada boyun eğicilik bağımsız değişken, yaşam doyumu, mental iyi oluş, iyimserlik ve öznel iyi oluş bağımlı değişken olarak saptanmıştır. Yaşları 20 ile 25 arasında değişen 707 kişiye veri toplama araçları uygulanmıştır. Araştırmanın örnekleme, veri toplama araçlarına ve analiz yöntemlerine ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

2.1. Çalışma Evreni ve Örneklem

Araştırmanın evreni yüksek öğretim gençliğidir. Araştırmanın çalışma evrenini Uşak Üniversitesi öğrencileri oluşturmuştur. Çalışma evreninden küme örnekleme yöntemiyle belirlenen örneklem grubuna ait bilgiler Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Çalışma Grubunun Özellikleri

<i>Cinsiyet</i>	f	%	<i>Yaş</i>	f	%
Kadın	487	68.9	20 ve Az	314	44.4
Erkek	220	31.1	21 – 24	337	47.7
Toplam	707	100.0	25 ve Fazla	56	7.9

Araştırmanın örneklem grubunun yüzde 68.9’u kadın, yüzde 31.1’i erkektir. 20 ve daha küçük bireylerin örneklem içindeki oranı 44.4, 21-24 yaş grubunda olanların 47.7 ve 25 yaşından büyük olanların 7.9’dur.

2.2. Veri Toplama Araçları

Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği, Gilbert ve arkadaşları tarafından, itaate ilişkin sosyal davranışları ölçmek amacıyla (1991) geliştirilmiştir. Tek boyuta sahip Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği’nin Cronbach Alfa değeri .89, dört ay ara ile yapılan ikinci uygulama sonucu test tekrar test güvenilirlik katsayısı .84’tür ve ölçeğin Türkiye’ye uyarlanmasında iç tutarlılık Cronbach Alfa değeri .74 olarak bulunmuştur. (Savaşır ve Şahin, 1997). Ölçekten yüksek puan almak boyun eğiciliğin fazlalığını göstermektedir.

Yaşam Doyumu Ölçeği, bireylerin yaşam doyumlarını ölçebilmek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiştir. Tek boyutlu olan ölçeğin Türkçe uyarlaması Köker (1991) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık katsayısını .78 ve test tekrar test güvenilirlik katsayısını .71 olarak bildirmiştir. Bu çalışmada ise YDÖ' nin iç tutarlık katsayısı .80 olarak bulunmuştur. Ölçekten yüksek puan yaşam doyumunun arttığını göstermektedir.

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği (WEMİÖÖ) bireylerin psikolojik ve öznel iyi oluşlarını değerlendirmesini içine alacak şekilde, mental iyi oluşlarının düzeyini belirlemek amacıyla Tennant ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe Formunun güvenilirlik geçerlik çalışması Keldal (2015) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin madde faktör değerleri ise .55 ile .82 arasında değişim gösterirken ölçeğin Cronbach' alfa katsayısı ise .92 olarak elde edilmiştir. Ölçekte puanlar attıkça mental iyi oluş da yükselmektedir.

İyimserlik ölçeği Balcı ve Yılmaz (2002) tarafından üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin Çalık (2008) tarafından yeniden değerlendirilen 18 maddelik formu kullanılmıştır. Çalık (2008) ölçekte yer alan tüm maddeler için madde-toplam korelasyonlarını .25 ile .74 arasında, ölçeğin iç tutarlık katsayısını ise .83 olarak hesaplamıştır.

Tuzgöl-Dost (2005) tarafından geliştirilen Öznel iyi oluş ölçeği 46 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin yaşamları hakkındaki bilişsel değerlendirmeleri ile yaşadıkları olumlu ve olumsuz duyguların sıklığı ve yoğunluğunu belirleyerek amacıyla geliştirilen ölçekten alınabilecek en düşük puan 46, en yüksek puan 230'dur. Yüksek puan öznel iyi oluş düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. ÖİÖ'nin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .93 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test korelasyon katsayısı .86 olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Araştırmada Kullanılan Ölçme Araçlarının İç Tutarlılık Katsayıları

Faktörler	İfade Sayısı	Cronbach's Alpha (α)
Boyun Eğicilik	16	0.862
Yaşam Doyumu	5	0.889
Mental İyi Oluş	14	0.916
İyimserlik	18	0.910
Öznel İyi Oluş	46	0.925

2.3. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde basit doğrusal regresyon analiz kullanılmıştır. Oluşturulan modellerin anlamlılığı F ve Durbin-Watson testi ile sınıandıktan sonra, standartlaştırılmış beta değerleri (B), standardize edilmiş regresyon katsayısı (β), korelasyon, regresyon, hesaplanmış; regresyon katsayısının anlamlılığı t testi ile kontrol edilmiştir.

3. BULGULAR

Araştırmada kullanılan bilgi toplama araçlarına ilişkin tanımlayıcı istatistik değerleri aşağıda gösterilmiştir.

Tablo 3. Veri Toplama Araçlarının Tanımlayıcı İstatistik Değerleri

	Boyun Eğicilik	Yaşam Doyumu	Mental İyi Oluş	İyimserlik	Öznel İyi Oluş
N	707	707	707	707	707
Kayıp Değer	0	0	0	0	0
Aritmetik Ortalama	36,6	20,5	50,	63,5	148,8
Ortanca	35,0	21,0	52,0	65,0	147,0
Tepe Değer	34,0	20,0	51,0	54,0	148,0
Standart Sapma	11,0	7,2	11,5	15,3	28,1
Çarpıklık	,47	-.19	-.64	-.31	-.30
Çarpıklığın Standart Hatası	,09	.09	.09	.09	.09
Basıklık	-.18	-.88	.29	.15	.42
Basıklığın Standart Hatası	.02	.01	.02	.02	.01

Araştırmada kullanılan bilgi toplama araçlarına ait betimsel istatistik değerler incelendiğinde beş ölçeğe ait puanların normal dağılıma uyduğu görülmektedir.

3.1. Boyun Eğicilik İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

Boyun eğicilik ile yaşam doyumu arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Boyun Eğicilik İle Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bağımlı Değişken	B	S.H.	Beta	t	Sig.	F	Model p	Durbin-Watson	R	R ²
(Sabit)	30,59	,847		36,098	,000	36,098	.000	1,826	.425	.181
Yaşam Doyumu	-.276	,022	-.425	-12,471	,000					

Boyun eğicilik puanları ile yaşam doyumu arasında, negatif yönde, orta düzeyde ilişki saptanmıştır ($r = -.425$). Boyun eğicilik yaşam doyumu puanlarına ilişkin toplam varyansın yüzde 18'ini açıklamaktadır. Diğer bir ifade ile öznel iyi oluşun yüzde 18'i boyun eğicilik özelliği ile açıklanabilmektedir. Basit regresyon çıktısındaki ANOVA (F değeri) regresyon modelinin genel olarak anlamlı bulunup bulunmadığını gösterir. Araştırmada ($F = 36.098$) olarak hesaplanmıştır ($p < .000$). Bu bulgu regresyon modelinin anlamlı bulunduğunu göstermektedir. Diğer bir ifade ile boyun eğicilik, yaşam doyumu değişkeninin anlamlı bir tahmin edicisidir. Modelin anlamlılığı Durbin-watson yöntemiyle de test edilmiştir (1.826). Durbin-watson değerinin 1'den küçük ve 3'ten büyük olması ilişkili hata değerlerine işaret etmektedir. Araştırmada Durbin-watson değerlerinin 1.826 olarak hesaplanması modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu durum genel olarak modelin anlamlılığını kanıtlaya da alt boyuttan her birinin anlamlı olup olmadığını saptamak için tablodaki diğer değerler incelenmiştir.

Standartlaştırılmış beta değerleri ($B = -.276$) boyun eğicilikteki bir puanlık artışın,

yaşam doyumu puanlarını (-.276) etkileyeceğini göstermektedir. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, boyun eğiciliğin yaşam doyumu puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu söylenebilir ($t = -12.471$; $p < .000$). Regresyon analizi sonuçlarına göre, boyun eğicilik puanlarının yaşam doyumunu yordamasına ilişkin denklem şu şekilde oluşmuştur: [Yaşam Doyumu = 30.59 + (Boyun Eğicilik x -0.276)]

3.2. Boyun Eğicilik İle Mental İyi Oluş Arasındaki İlişki

Boyun eğicilik ile mental iyi oluş arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5. Boyun Eğicilik İle Mental İyi Oluş Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bağımlı Değişken	B	S.H.	Beta	t	Sig.	F	Model p	Durbin-Watson	R	R ²
(Sabit)	70.61	1.2		61.224	,000	45.950	.000	1.942	.604	.365
Mental İyi Oluş	-.634	-.634	-.604	-20.148	,000					

Boyun eğicilik puanları ile mental iyi oluş arasında, negatif yönde, orta düzeyde ilişki saptanmıştır ($r = -.604$). Boyun eğicilik mental iyi oluş puanlarına ilişkin toplam varyansın yüzde 36.5'ini açıklamaktadır. Diğer bir ifade ile öznel iyi oluşun yüzde 63.5'i boyun eğicilik özelliği dışındaki faktörlerle açıklanabilmektedir. Boyun eğicilik kendi başına mental iyi oluşun 1/3'ünden fazlasını açıklamaktadır. Araştırmada ANOVA ($F = 36.098$; $p < .000$) ve Durbin-watson (1.942) değerleri modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Standartlaştırılmış beta değerleri ($B = -.634$), boyun eğicilikteki bir puanlık artışın, mental iyi oluş puanlarını (-.634) etkileyeceğini göstermektedir. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t-testi sonucu incelendiğinde ise, boyun eğiciliğin mental iyi oluş puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu söylenebilir ($t = -20.148$; $p < .000$). Regresyon analizi sonuçlarına göre, boyun eğicilik puanlarının mental iyi oluşu yordamasına ilişkin denklem şu şekilde oluşmuştur: [Mental iyi oluş = 70.61 + (Boyun Eğicilik x -0.634)].

3.3. Boyun Eğicilik İle İyimserlik Arasındaki İlişki

Boyun eğicilik ile iyimserlik arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 6'da gösterilmiştir.

Tablo 6. Boyun Eğicilik İle İyimserlik Arasındaki İlişkiye Ait Bulgular

Bağımlı Değişken	B	S.H.	Beta	t	Sig.	F	Model p	Durbin-Watson	R	R ²
(Sabit)	92.344	1.6		55.908	,000	31.885	.000	1.891	-.566	.320
İyimserlik	-.787	-.043	-.566	-18.218	,000					

Boyun eğicilik puanları ile iyimserlik arasında, negatif yönde, orta düzeyde ilişki saptanmıştır ($r = -.566$). Boyun eğicilik mental iyimserlik puanlarına ilişkin toplam varyansın yüzde 32'sini açıklamaktadır. Hesaplanan ANOVA ($F = 31.885$; $p < .000$) ve Durbin-watson (1.891) değerleri modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Standartlaştırılmış beta değerleri

($B=-.787$), boyun eğicilikteki bir puanlık artışın, iyimserlik puanlarını ($-.787$) etkileyeceğini göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, boyun eğicilikteki bir birimlik artış, iyimserliği yaklaşık olarak 0.8 azaltmaktadır. Regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin t-testi sonucu incelendiğinde ise, boyun eğiciliğin iyimserlik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu söylenebilir ($t= -18.218$; $p<.000$). Regresyon analizi sonuçlarına göre, boyun eğicilik puanlarının iyimserliği yordamasına ilişkin denklem şu şekilde oluşmuştur: [$\text{İyimserlik} = 92.344 + (\text{Boyun Eğicilik} \times -0.787)$].

3.4. Boyun Eğicilik İle Öznel İyi Oluş Arasındaki İlişki

Boyun eğicilik ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiye ait bulgular Tablo 7’de gösterilmiştir.

Tablo 7. Boyun Eğiciliğin Öznel İyi Oluşun Alt Boyutları İle İlişisine Ait Bulgular

Öznel İyi Oluş Alt Boyutları	Ort.	S.S.	r	B	S.H.	Beta	t	Sig.
(Sabit)				83,292	1,574		52,916	,000
Yaşamını Başkaları ile Kıyaslama	18,78	5,18	-,610	-,443	,083	-,208	-5,347	,000
Olumsuz Duygular	16,41	4,53	-,589	-,159	,103	-,065	-1,550	,122
Amaçlar	12,65	2,78	-,592	-,372	,144	-,094	-2,590	,010
Kendine Güven	12,92	3,02	-,478	-,175	,144	-,048	-1,215	,225
İyimser	21,37	5,38	-,577	-,221	,095	-,108	-2,322	,021
İlgi Duyulan Etkinlikler	12,88	3,33	-,550	-,068	,128	-,021	-,533	,594
Arkadaşlık İlişkileri	12,31	2,96	-,565	-,275	,127	-,074	-2,167	,031
Geleceğe Bakış	10,37	2,91	-,503	-,135	,144	-,036	-,942	,347
Aile İlişkileri	8,97	2,34	-,404	-,789	,128	-,167	-6,143	,000
Başkalarının Yaşamına İmrenme	6,03	2,24	-,482	-,600	,156	-,122	-3,847	,000
Zorluklarla Baş etme	9,80	2,44	-,473	-,467	,153	-,104	-3,054	,002
Karamsarlık	6,36	2,23	-,497	-,494	,158	-,100	-3,116	,002
$R = .775$	$R^2 = .660$		$Düzeltilmiş R^2 = .593$			$Durbin-Watson = 1.935$		
$F = 86.667$	$Model P < .001$		$N = 707$					

Boyun eğicilik puanları ile öznel iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin korelasyon katsayıları incelendiğinde, tüm alt boyutlar ile boyun eğicilik arasında, negatif yönde, yüksek ve orta düzeyde ilişkinin olduğu görülmektedir. Göreceli olarak en yüksek ilişki “yaşamını ve kendi geçmişi ve başkalarıyla kıyaslama” alt boyutunda gözlenmiştir ($r = -.610$, $p < .000$). Bu boyutu, “amaçlar” ($r = -.592$, $p < .001$) ve “olumsuz duygular” izlemiştir ($r = .589$, $p < .001$). Öznel iyi oluşa ait tüm alt boyutlar kendi içinde değerlendirildiğinde boyun eğicilik ile en düşük ilişki, “aile içi ilişkiler” boyutunda gözlenmiştir ($r = -.404$, $p < .003$). Aile içi ilişkilerle boyun eğicilik arasında negatif yönde ve orta düzeyde ilişkinin bulunmasına karşılık, 12 boyutun arasında göreceli olarak en düşük ilişkinin bu boyutta gözlenmesi; boyu eğicilik genellikle aileler tarafından istenen ve desteklenen bir özellik olmasından dolayı, bireylerin aile içi sorunları daha az yaşıyor olma ihtimaliyle açıklanabilir.

Yapılan regrasyon analizi sonunda, öznel iyi oluşun 12 alt boyutu birlikte, boyun eğicilik puanlarıyla aralarında yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. ($R = .775$,

$R^2=.660$, $p<.000$). On ikiözel iyi oluş alt boyutu birlikte, boyun eğicilik puanlarına ilişkin toplam varyansın yüzde 66'sını açıklamaktadır. Bu durum, boyun eğicilik ile öznel iyi oluş arasındaki bağı göstermesi bakımından önemli bulunmuştur.

Basit regresyon çıktısındaki ANOVA (F değeri) regresyon modelinin genel olarak anlamlı bulunup bulunmadığını gösterir. Araştırmada ($F= 86.667$) olarak hesaplanmıştır ($p<.001$). Bu bulgu regresyon modelinin anlamlı bulunduğuna işaret etmektedir. Diğer bir ifade ile öznel iyi oluş değişkeni boyun eğicilik değişkeninin anlamlı bir tahmin edicisidir. Modelin anlamlılığı Durbin-watson yöntemiyle de test edilmiştir. Durbin-watson değerinin 1'den küçük ve 3'ten büyük olması ilişkili hata değerlerine işaret etmektedir. Araştırmada Durbin-watson değerlerinin 1.969 olarak hesaplanması modelin anlamlı olduğunu göstermektedir. Bu durum genel olarak modelin anlamlılığını kanıtlaya da alt boyuttan her birinin anlamlı olup olmadığını saptamak için tablodaki diğer değerler incelenmiştir.

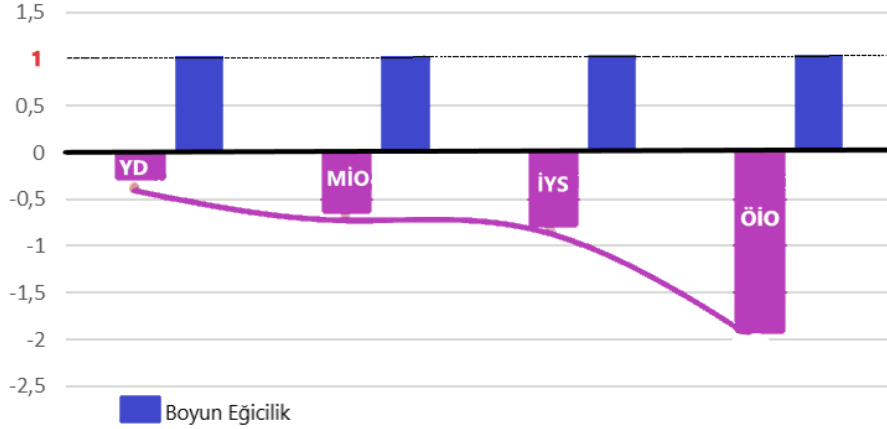
Standartlaştırılmış beta değerleri (B) incelendiğinde, aile ilişkileri alt boyutundaki her bir puanlık artışın boyun eğiciliği (-0.789); başkalarının yaşamına imrenmedeki her bir puanlık artışın da boyun eğiciliği (-0.60) puan etkileyeceği söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin boyun eğicilik puanları üzerindeki görece önem sırası; yaşamını başkaları ile kıyaslama ($\beta = -0,208$), aile ilişkileri ($\beta=-0,167$), başkalarının yaşamına imrenme ($\beta = -0,122$), iyimser ($\beta = -0,108$), zorluklarla baş etme ($\beta=-0,104$), karamsarlık ($\beta = -0,1$), amaçlar ($\beta = -0,094$), arkadaşlık ilişkileri ($\beta = -0,074$), olumsuz duygular ($\beta= -0,065$), kendine güven ($\beta = -0,048$), geleceğe bakış ($\beta = -0,036$), ilgi duyulan etkinlikler ($\beta= -0,021$) şeklindedir.

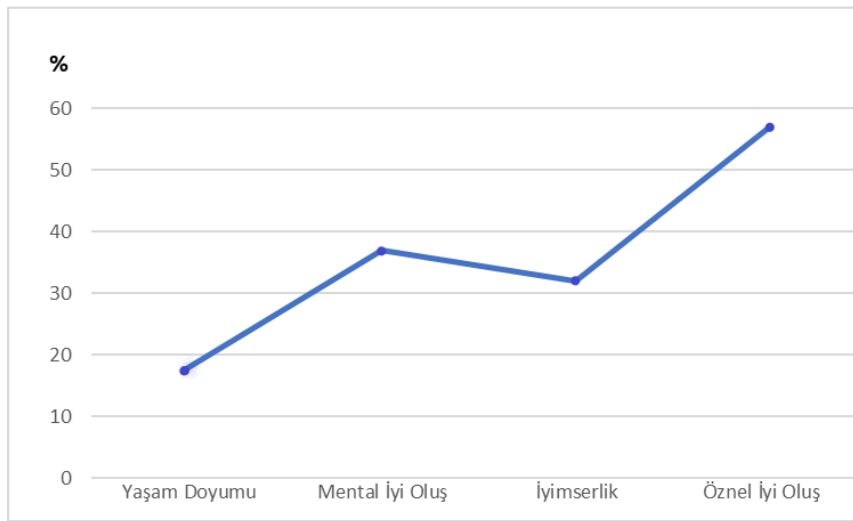
Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, Aile ilişkileri ($t= -6,143$, $p<.000$), yaşamını başkaları ile kıyaslama ($t= -5,347$, $p<.000$), başkalarının yaşamına imrenme ($t= -3,847$, $p<.000$), amaçlar ($t= -2,59$, $p<.001$), karamsarlık ($t= -3,116$, $p<.002$), zorluklarla baş etme ($t= -3,054$, $p<.002$), iyimserlik ($t= -2,322$, $p<.021$) ve arkadaşlık ilişkileri ($t= -2,167$, $p<.031$) öznel iyi oluş boyutlarının, boyun eğicilik puanlarının anlamlı bir yordayıcısı olduğu söylenebilir. Regresyon analizi sonuçlarına göre, öznel iyi oluş puanlarının boyun eğiciliği yordamasına ilişkin denklem şu şekilde oluşmuştur:

Boyun Eğicilik = $83,292 + (\text{Aile İlişkileri} \times -0,789) + (\text{Bşkalarının Yaşamına İmrenme} \times -0,6) + (\text{Karamsarlık} \times -0,494) + (\text{Zorluklarla Baş etme} \times -0,467) + (\text{Yaşamını Bşkaları ile Kıyaslama} \times -0,443) + (\text{Amaçlar} \times -0,372) + (\text{Arkadaşlık İlişkileri} \times -0,275) + (\text{İyimser} \times -0,221) + (\text{Kendine Güven} \times -0,175) + (\text{Olumsuz duygular} \times -0,159) + (\text{Geleceğe Bakış} \times 0,135) + (\text{İlgi Duyulan Etkinlikler} \times -0,068)$.

Araştırmanın sonunda elde edilen bulgular Şekil 1 ve Şekil 2'de gösterilmiştir.



Şekil 1: Boyun Eğicilikte 1 Puanlık Artışın Pozitif Psikoloji Üzerindeki Etkisi



Şekil 2: Boyun Eğiciliğin Pozitif Psikoloji Kavramlarını Açıklama Oranları

4. TARTIŞMA

Boyun eğiciler, çevresi ile iyi anlaşabiliyor gibi görünse de (McCreay ve Rhodes, 2001), gerçek duygu ve tutumlarının sürekli baskılanması ve engellenmesi, kendileri ve öz-değerleriyle ilgili mevcut duyguları üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olabilir.

Kendini diğerlerinden daha aşağı görme duygusunun, itaatkar davranma eğilimlerini artırdığına ilişkin araştırma sonuçları (Gilbert vd., 2003; Öngen, 2006) dikkate alındığında, bu bireylerin psikolojik iyi oluşlarının yüksek olması beklenemez.

Çocukluk kötüye kullanımı, olumsuz benlik algısı ve boyun eğici davranışların önemli bir yordayıcısı olarak ortaya çıkmıştır (Çelik ve Odacı, 2012). İstismar ve olumsuz benlik algısının ise psikolojik iyi oluş üzerinde olumsuz etkilerinin olacağı düşünüldüğünde, araştırmada elde edilen negatif korelasyonların tutarlı olduğu söylenebilir.

Boyun eğiciliğin depresyon, anksiyete ve stres ile ilişkisinin saptandığı bir araştırmada, yazarlar boyun eğicilik ile psikolojik iyi oluş arasında olumsuz ilişkili olabileceğini ve bunun

araştırılması gerektiğini önermişlerdir (Catarino vd., 2014; Rillich ve Stevenson, 2017). Bu araştırma konu ile ilgili bu eksikliği ve ihtiyacı bir ölçüde karşılayacağı umulmaktadır.

İtaatkâr davranışlarının, kişisel cinsel tatmini ve eşlerinin cinsel tatminini olumsuz yönde etkilediğini (Sanchez vd., 2011) bulunmuştur. Buradan yola çıkılarak, cinsel tatminsizliğin iyi oluş ve mutluluğu olumsuz etkileyeceği açıktı. Bu anlamda da boyun eğicilik ile pozitif psikolojinin kavramları arasında gözlenen negatif ilişki anlaşılır ve tutarlı görülebilir. Ruminasyon Ruminasyonun boyun eğici davranışların güçlü bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Öngen, 2010). Ruminasyonun psikolojik semptomlar ile pozitif ilişkisi düşünüldüğünde (Nolen-Hoeksema ve Morrow, 1993; Nolen-Hoeksema, Wisco ve Lyubomirsky, 2008), boyun eğicilerin mutlu bireyler olması beklenemez.

Boyun eğici davranışı olan insanlar amaçlarına ulaşmakta ve gereksinimlerini karşılamakta güçlük çekerler. Bu nedenle boyun eğici davranış gösterenler eksiklik kaygısıyla veya öfkeyle doludurlar (Bavlı, 2009; Aktaran: Kara, Uzgören ve Uzgören, 2013). Boyun eğme davranışı ve duygusuyla dolu insanlar ancak başkalarına hizmet edebilecekleri yerlerde kendilerini rahat hissederler. Bir başkasının buyrukları doğrultusunda yaşayan insan için ise mutluluk, öznel iyi oluş, ... gibi özelliklerinin yeterli ve yüksek düzeyde çıkması beklenemez. Aynı şekilde, kendisini daha az değerli ve önemsiz gören, düşüncesini özgürce ifade edemeyen kendine güveni düşük, sorumluluk almaktan ve değişikliklerden kaçınan (Özkan ve Özen, 2008) insanların da mutlu olması beklenemez.

İnsanların boyun eğme davranışını sergilemelerinin en önemli sebeplerinden biri korku ve kaygı duymalarıdır (Allan ve Gilbert, 1997). Korku ve kaygı ise iyi oluş ile zıt kutuplarda yer alan duygulardır. Kendini sevdirmeye, iyi izlenim yaratma, kibirli küstah ya da saldırgan görünmeme gibi kazanımları (O'Conner vd., 2000) olsa da, boyun eğiciler bu kazanımlarının bedeli olarak mutluluklarını ve iyi oluşlarını kaybetmektedir.

5. SINIRLILIKLAR VE ÖNERİLER

Araştırma 18-25 yaş grubu bireyler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Bu yaş grubu henüz üniversite öğrencisi olmalarından dolayı ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemi bireyleridir. Toplanan veriler üzerinde söz konusu gelişim düzeyinin etkisi olabilir. Konu ile ilgili yeni araştırmalar daha geniş yaş grupları ve farklı gelişim dönemindeki bireyler üzerinde yapılabilir. Boyun eğicilik ile pozitif psikoloji arasında gözlenen bulgular dikkate alındığında, boyun eğicilik özelliğinin azalmasının pozitif iyi olma halini artıracığından, üniversite öğrencilerine yapılacak psikolojik yardım hizmetlerinde bu amaca dönük etkinlik, uygulama, danışma ve geliştirici eğitim çalışmalarına yer verilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akcinar, B., & Baydar, N. (2014). Parental control is not unconditionally detrimental for externalizing behaviors in early childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 118–127. <https://doi.org/10.1177/0165025413513701>
- Akin, A. (2009). Self-compassion and submissive behavior. *Eğitim ve Bilim*, 34(152), 138-147
- Alarcon, G. M., Bowling, N. A., & Khazon, S. (2013). Great expectations: A meta-analytic examination of optimism and hope. *Personality and Individual Differences*, 54 (7), 821–827. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.12.004>
- Alkon, A. (2018). Hijacked no more. *Psychology Today*, 51(1), 60-67. (Erişim tarihi: 01.09.2018). <https://www.questia.com/magazine/1P4-1987644072/hijacked-no-more>
- Allan, S., & Gilbert, P. (1997). Submissive behaviour and psychopathology. *British Journal of Clinical Psychology* 36, 467–488.
- Allen, N. B., de L. Horne, D. J., & Trinder, J. (1996). Sociotropy, autonomy, and dysphoric emotional responses to specific classes of stress: a psychophysiological evaluation. *Journal of Abnormal Psychology*, 105(1), 25-33. <http://dx.doi.org/10.1037/0021-843X.105.1.25>
- Au, A. K., & Lam, S. (2017), Understanding response patterns in dyadic conflict: An interactive approach combining self-construal and opponent's dominance-submissiveness. *International Journal of Psychology*, 52(2), 116-125, <https://doi.org/10.1002/ijop.12193>
- Bailey, T., Eng, W., Frisch, M., & Snyder, C. R. (2007), Hope and optimism as related to life satisfaction. *Journal of Positive Psychology*, 2(3), 168-69.
- Balcı, S. ve Yılmaz, M. (2002). İyimsizlik Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14, 54-60.
- Barreto, N. B., & Hogg, M. A. (2018). Influence and leadership in small groups: Impact of group prototypicality, social status, and task competence. *Journal of Theoretical Social Psychology*. 2(1), 26–33. <https://doi.org/10.1002/jts5.16>
- Bates, T. C. (2015). The Glass is Half Full and Half Empty: A population-representative twin study testing if optimism and pessimism are distinct systems. *The journal of positive psychology*, 10(6), 533-542. doi: <https://doi.org/10.1080/17439760.2015.1015155>
- Beck, A. T. (1996). Beyond belief: A theory of modes, personality, and psychopathology. In P. M. Salkovskis (Ed.), *Frontiers of cognitive therapy* (pp. 1-25). New York, NY, US: Guilford Press.
- Bègue, L., Beauvois, J., Courbet, D., Oberlé, D., Lepage, J., & Duke, A. A. (2015), Personality Predicts Obedience in a Milgram Paradigm. *Journal of Personality*, 83(3), 299-306. <https://doi.org/10.1111/jopy.12104>
- Bellido-Zanin, G., Perona-Garcelán, S., Senín-Calderón, C., López-Jiménez, A. M., Ruiz-Veguilla, M., & Rodríguez-Testal, J. F. (2018). Childhood memories of threatening experiences and submissiveness and its relationship to hallucination proneness and ideas of reference: The mediating role of dissociation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 59(4), 407–413. <https://doi.org/10.1111/sjop.12455>
- Burger, K., & Samuel, R. (2017). The Role of Perceived Stress and Self-Efficacy in Young People's Life Satisfaction: A Longitudinal Study. *Journal of Youth and Adolescence*. 46(1): 78–90. doi:10.1007/s10964-016-0608-x. ISSN 0047-2891.
- Catarino, F., Gilbert, P., McEwan, K., & Baião, R. (2014). Compassion Motivations: Distinguishing submissive compassion from genuine compassion and its association with shame, submissive behavior, depression, anxiety and stress. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 3(5), 399-412. <https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.5.399>
- Chang, E. C., & Sanna, L. J. (2001). Optimism, pessimism, and positive and negative affectivity in middle-aged adults: a test of a cognitive-affective model of psychological adjustment. *Psychology and Aging*, 16(3), 524-531. doi: 10.1037/08827974163524
- Cheung, M., Gilbert, P., & Irons, C. (2004). An exploration of shame, social rank and rumination in relation to depression. *Personality and Individual Differences*, 36, 1143-1153.
- Cialdini, R. B., & Goldstein, N. J. (2004). Social influence: Compliance and conformity. *Annual Review of Psychology*, 55(1), 591-621. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.142015>
- Cummins, R.A. (2003). Normative life satisfaction: Measurement issues and a homeostatic model. *Social Indicators Research*, 64(2), 225–256. <https://doi.org/10.1023/A:1024712527648>
- Çalık, E. (2008). *İlköğretim Öğrencilerinin İyimsizlik Düzeylerinin ve Okula İlişkin Algılarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara: 2008
- Çelik, Ç.B., & Odacı, H. (2012). The effect of experience of childhood abuse among university students on self-perception and submissive behavior, *Children and Youth Services Review*, 34(1), 200-204, <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2011.09.017>

- Díaz-Morales, J.F., Jankowski, K.S., Vollmer, C., & Randler, C. (2013). Morningness and life satisfaction: further evidence from Spain. *Chronobiology International*, 30, 1283-1285.
- Diener E, Oishi S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, culture and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. DOI:10.1146/annurev.psych.54.101601.145056
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Lucas, R. E., & Oishi, S. (2018). Advances and Open Questions in the Science of Subjective Well-Being. *Collabra: Psychology*, 4(1), 15. DOI: <https://doi.org/10.1525/collabra.115>
- Diener, E., Ng, W., Harter, J., & Arora, R. (2010). Wealth and happiness across the world: Material prosperity predicts life evaluation, whereas psychosocial prosperity predicts positive feeling. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(1), 52-61. <http://dx.doi.org/10.1037/a0018066>
- Feder, Y., Nesher, E., Ogran, A., Kreinin, A., Malatynska, E., Yadid, G., & Pinhasov, A. (2010) Selective breeding for dominant and submissive behavior in Sabra mice, *Journal of Affective Disorders*, 126(1-2), 214-222, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.03.018>
- Frimer, J. A., Gaucher, D., & Schaefer, N.K. (2014). Political Conservatives' Affinity for Obedience to Authority Is Loyal, Not Blind, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 40(9), 1205-1214, <https://doi.org/10.1177/0146167214538672>
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., & Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry*, 14(2), 231-233. <http://doi.org/10.1002/wps.20231>
- Gilbert, P. (2000), The relationship of shame, social anxiety and depression: the role of the evaluation of social rank. *Clin. Psychol. Psychother.*, 7(3). 174-189. doi:10.1002/1099-0879(200007)7:3<174::AID-CPP236>3.0.CO;2-U
- Gilbert, P., & Allan, S. (1994). Assertiveness, submissive behavior, and social comparison. *British Journal of Clinical Psychology*, 33(3). 295-306. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1994.tb01125.x>
- Gilbert, P., Cheung, M., Grandfield, T., Campey, F., & Irons, C. (2003). Recall of threat and submissiveness in childhood: Development of a new scale and its relationship with depression, social comparison and shame. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 10(2), 108-115. <https://doi.org/10.1002/cpp.359>
- Gilbert, P., Pehl, J., & Allan, S. (1994). The phenomenology of shame and guilt: An empirical investigation. *British Journal of Medical Psychology*, 67(1), 23-36. <http://dx.doi.org/10.1111/j.2044-8341.1994.tb01768.x>
- Goodman, F. R., Doorley, J. D., & Kashdan, T. B. (2018). *Well-being and psychopathology: A deep exploration into positive emotions, meaning and purpose in life, and social relationships*. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers (Erişim Tarihi: 14.10.2018). DOI: nobascholar.com
- Grzyb, T., Doliński, D., Trojanowski, J., & Bar-Tal, Y. (2018). Cognitive structuring and obedience toward authority, *Personality and Individual Differences*, 133, 115-120, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.08.032>.
- Gutman, L. M., Peck, S. C., Malanchuk, O., Sameroff, A. J. & Eccles, J. S. (2017), IV: Psychological Well-Being. *Monographs Society Res Child*, 82(4), 70-82. <https://doi.org/10.1111/mono.12330>
- Harb, G. C., Heimberg, R. G., Fresco, D.M., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2002). The psychometric properties of the Interpersonal Sensitivity Measure in social anxiety disorder. *Behav Res Ther.* 40(8): 961-979.
- Haybron, D. M. (2007). Life satisfaction, ethical reflection, and the science of happiness. *Journal of Happiness Studies*, 8(1), 99-138. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9006-5>
- Hofmann, S. G., Heinrichs, N., & Moscovitch, D. A. (2004). The nature and expression of social phobia: toward a new classification. *Clin Psychol Rev.* 24(7), 769-797. doi: 10.1016/j.cpr.2004.07.004
- Hurka, T. (2014). Objective goods. In: Adler, M. D., & Fleurbaey, M. (Eds.), *The Oxford Handbook of WellBeing and Public Policy*, 379-402, Oxford, UK: Oxford University Press.
- Inoue, Y., Takahashi, T., Burriss, R. P., Arai, S., Hasegawa, T., Yamagishi, T., & Kiyonari, T. (2017). Testosterone promotes either dominance or submissiveness in the Ultimatum Game depending on players' social rank. *Scientific reports*, 7(1), 5335. <https://doi.org/10.1038/s41598-017-05603-7>
- Jankowski, K.S. (2012). Morningness/Eveningness and Satisfaction With Life in a Polish sample. *Chronobiology International*, 29,780-785.
- Jefferson, A., Bortolotti, L., & Kuzmanovic, B. (2017). What is unrealistic optimism? *Consciousness and Cognition*, 50, 3-11. <http://doi.org/10.1016/j.concog.2016.10.005>
- Kahneman, D., & Deaton, A. (2010). High income improves evaluation of life but not emotional well-being. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107 (38) 16489-16493. <https://doi.org/10.1073/pnas.1011492107>

- Kara, H., Uzgören, N., & Uzgören, E. (2013). Yöneticilerde Boyun Eğici Davranışların Kökenleri Üzerine Bir Araştırma. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6(3), 263-284.
- Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği' nin Türkçe Formu: Geçerlik ve güvenilirlik Çalışması. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(1), 103-115.
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002) Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007–1022.
- Köker, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kuppens, P., Realo, A., & Diener, E. (2008). The role of positive and negative emotions in life satisfaction judgment across nations. *J Pers Soc Psychol*.95(1):66-75. doi: 10.1037/0022-3514.95.1.66.
- Kurtz-Nelson, E., & McIntyre, L. L. (2017). Optimism and positive and negative feelings in parents of young children with developmental delay. *Journal of Intellectual Disability Research : JIDR*, 61(7), 719–725. <http://doi.org/10.1111/jir.12378>
- Lantz, M. M., Pieterse, A. L., & Taylor, T. O. (2018) A social dominance theory perspective on multicultural competence, *Counselling Psychology Quarterly*, (Erken Görünüm). <https://doi.org/10.1080/09515070.2018.1500352>
- Latané, B. (1981). The psychology of social impact. *American Psychologist*, 36(4), 343-356. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.36.4.343>
- Ludeke, S., Johnson, W., & Bouchard Jr, T.J. (2013) "Obedience to traditional authority:" A heritable factor underlying authoritarianism, conservatism and religiousness, *Personality and Individual Differences*, 55(4), 375-380, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.018>
- Maennig, W., Steenbeck, M., & Wilhelm, M. (2013), Rhythms and Cycles in Happiness, <http://www.uni-hamburg.de/economicpolicy/publications.htm>
- McCreary, D. R., & Rhodes, N. D. (2001). On the gender-typed nature of dominant and submissive acts. *Sex Roles: A Journal of Research*, 44(5-6), 339-350. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1010933700912>
- Messarra, L. C., Karkoulian, S., & El-Kassar, A-N. (2016) Conflict resolution styles and personality: The moderating effect of generation X and Y in a non-Western context, *International Journal of Productivity and Performance Management*, 65(6), 792-810, <https://doi.org/10.1108/IJPPM-01-2016-0014>
- Narvaez, D. (2018) *Basic Needs and Fulfilling Human Potential*. (In: Narvaez D. (eds) Basic Needs, Wellbeing and Morality. Palgrave Pivot, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-97734-8_5
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1993). Effects of rumination and distraction on naturally occurring depressed mood. *Cognition and Emotion*. 7 (6), 561–570. doi:10.1080/02699939308409206
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008) Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science* 3(5), 400-424. doi: 10.1111/j.1745-6924.2008.00088.x.
- O'Connor, L. E., Berry, J. W., Weiss, J., Schweitzer, D., & Sevier, M. (2000). Survivor guilt, submissive behaviour and evaluator theory: The down-side of winning in social comparison. *British Journal of Medical Psychology*, 73(4), 519-530. <https://doi.org/10.1348/000711200160705>
- O'Connor, L.E., Berry, J.W., Weis, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71(1-3), 19–27.
- Öngen, D.E. (2006). The relationships between self-criticism, submissive behavior and depression among Turkish adolescents, *Personality and Individual Differences*, 41(5), 793-800. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.03.013>
- Öngen, D.E. (2010). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression and submissive behavior: Gender and grade level differences in Turkish adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 1516–1523. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.12.358>
- Özkan, İ. A., & Özen, A. (2008). The relation between submissive behaviours and self esteem state among nursing students. *TAF Prev Med Bull*, 7, 53-8.
- Palgi, Y., & Shmotkin, D. (2010), The predicament of time near the end of life: Time perspective trajectories of life satisfaction among the old-old. *Aging & Mental Health*, 14(5), 577- 86. doi:10.1080/13607860903483086
- Pänkäläinen, M. T., Kerola, T. V., & Hintikka, J. J. (2015). Pessimism and the risk for coronary heart disease among middle-aged and older Finnish men and women: a ten-year follow-up study. *BMC cardiovascular disorders*, 15, 113. <https://doi.org/10.1186/s12872-015-0097-y>
- Park, H., & Lau, A. S. (2016), Socioeconomic Status and Parenting Priorities: Child Independence and Obedience *Around the World*. *Fam Relat*, 78(1), 43-59, <https://doi.org/10.1111/jomf.12247>
- Peterson, C., Park, N., & Kim, E. S. (2012). Can optimism decrease the risk of illness and disease among the elderly? *Aging Health*. 8(1), 5–8. <https://doi.org/10.2217/ahe.11.81>
- Plunkett, S.W., Henry, C.S., Robinson, L.C., Behnke, A., & Falcon, P. C. (2007). Adolescent Perceptions of Parental Behaviors, Adolescent Self-Esteem, and Adolescent Depressed Mood. *Journal of Child and Family Studies*, 16(6), 760–772. <https://doi.org/10.1007/s10826-006-9123-0>

- Proyer, R. (2017) Positive Psychology. In: Zeigler-Hill V., Shackelford T. (eds) Encyclopedia of Personality and Individual Differences. Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8>
- Rillich, J., & Stevenson, P.A. (2017). Losing without Fighting - Simple Aversive Stimulation Induces Submissiveness Typical for Social Defeat via the Action of Nitric Oxide, but Only When Preceded by an Aggression Priming Stimulus. *Front. Behav. Neurosci.* 11(50), <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2017.00050>
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Wing, E. H. (1999). *Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being*. In The Self and Society in Aging Processes, ed. CD Ryff, VW Marshall, pp. 247–78. New York: Springer.
- Ryff, C.D., & Singer, B. (1996). Psychological well-being: Meaning, measurement and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 65, 14-23
- Sanchez, D.T., Phelan, J.E., Moss-Racusin, C.A., & Good, J.J. (2011) The Gender Role Motivation Model of Women's Sexually Submissive Behavior and Satisfaction in Heterosexual Coup, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(4), 528-539, <https://doi.org/10.1177/0146167211430088>
- Savaşır I., & Şahin, N. H. (1997). *Boyun Eğici Davranışlar Ölçeği. Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*. Ankara, Özyurt Matbaacılık, s.100-103.
- Seligman, M. E. P. (1999). The president's address. *American Psychologist*, 54, 559–662.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60, 410–421. doi:10.1037/0003-066X.60.5.410.
- Sharot, T. (2011). The optimism bias. *Current Biology*. 21(23), 941–945. doi:10.1016/j.cub.2011.10.030
- Sopić, I. (2015). Personality traits as predictors of obedience to authority. Diploma Thesis. Filozofski fakultet u Zagrebu, Department of Psychology. (mentor Vukasović Hlupić, Tena). Kaynak: <http://darhiv.ffzg.unizg.hr/id/eprint/6874> (Erişim: 4.6.2018)
- Sturman, E. D. (2011). Involuntary subordination and its relation to personality, mood, and submissive behavior. *Psychological Assessment*, 23(1), 262-276. <https://doi.org/10.1037/a0021499>.
- Tekin, M. ve Filiz, K. (2008). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarının Antrenörlük Eğitimi ve Spor Yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 27-37.
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- Torun, S., Arslan, S., Nazik, E., Akbaş, M., & Yalçın, S. Ö. (2012). Hemşirelik öğrencilerinin benlik saygısı ve boyun eğici davranışlarının incelenmesi. *Cumhuriyet Medical Journal*, 34(4), 399-404.
- Tuzgöl-Dost, M. (2005). Özel İyi Oluş Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 103-111.
- Varnum, M., Grossmann, I., Kitayama, S., & Nisbett, R. E. (2010). The origin of cultural differences in cognition: The social orientation hypothesis. *Current Directions in Psychological Science*, 19(1), 9-13. <https://doi.org/10.1177/0963721409359301>
- Vaughan, S. C. (2000). Half Empty, Half Full: Understanding the Psychological Roots of Optimism, (1st ed.). New York: Courtyard.
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Heuer, R. (2011). Exploring the role of behavioral submissiveness in social anxiety. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(3), 217-249.
- Wilhelm, K., Boyce, P., & Brownhill, S. (2004). The relationship between interpersonal sensitivity, anxiety disorders and major depression. *Journal of Affective Disorders*, 79, 33-44.
- Wood, A.M., Froh, J.J., & Geraghty, A.W.A. (2010). Gratitude and well-being: A review and theoretical integration. *Clinical Psychology Review*. 30(7), 890-905. DOI: 10.1016/j.cpr.2010.03.005
- Xie, Y., Chen, M., Lai, H., Zhang, W., Zhao, Z., & Anwar, C. M. (2016). Neural basis of two kinds of social influence: Obedience and conformity. *Frontiers in Human Neuroscience*, 10, Article ID 51. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00051>
- Yörük, D., & Dündar, S. (2011). Türkiye'deki Yerel Yöneticilerin Benimsedikleri Liderlik Tarzlarına Göre Boyun Eğicilik Davranışlarının İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 25(1), 93-106.