



**T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI**

**BİR TIP FAKÜLTESİ HASTANESİNDE MEZUNİYET ÖNCESİ VE
MEZUNİYET SONRASI GRUPLARIN MÜKEMMELİYETÇİLİK
VE BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

TIPTA UZMANLIK TEZİ

Dilara KARACA DURGUN

AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

**Tez Danışmanı
Doç.Dr. Burcu KAYHAN TETİK**

MALATYA-2021



**T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI**

**BİR TIP FAKÜLTESİ HASTANESİNDE MEZUNİYET ÖNCESİ VE
MEZUNİYET SONRASI GRUPLARIN MÜKEMMELİYETÇİLİK
VE BENLİK SAYGISI DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

TIPTA UZMANLIK TEZİ

**Dilara KARACA DURGUN
ORCID ID:**

AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

**Tez Danışmanı
Doç.Dr. Burcu KAYHAN TETİK**

MALATYA-2021

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT.....	iv
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	v
TABLOLAR DİZİNİ	vi
ŞEKİLLER DİZİNİ	vii
1. GİRİŞ VE AMAÇ.....	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Mükemmeliyetçilik.....	3
2.1.1. Mükemmeliyetçilik ile Alakalı Yapılmış Bazı Çalışmalar.....	7
2.2. Benlik Saygısı	9
2.2.1. Benlik Kavramı.....	9
2.2.2. Benlik Saygısı Kavramı	11
2.2.2.1. Yüksek Benlik Saygısı.....	13
2.2.2.2. Düşük Benlik Saygısı.....	13
2.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi	15
2.2.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler	16
2.2.5. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Araştırmalar	17
3. GEREÇ VE YÖNTEM.....	19
3.1. Verilerin Analizi	20
4. BULGULAR.....	21
5. TARTIŞMA	39
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	46
KAYNAKLAR	49

TEŞEKKÜR

Kıymetli desteklerini her zaman yanımda hissettiğim, tez danışmanım kıymetli hocam sayın Doç. Dr. Burcu Kayhan Tetik, değerli hocam sayın Doç. Dr. Engin Burak Selçuk, sevgili ailem, eşim ve mesai arkadaşlarıma teşekkür ederim.

Dilara KARACA DURGUN



ÖZET

Bir Tıp Fakültesi Hastanesinde Mezuniyet Öncesi ve Mezuniyet Sonrası Grupların Mükemmeliyetçilik ve Benlik Saygısı Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Amaç: Bu çalışma bir tıp fakültesinde mezuniyet öncesi ve mezuniyet sonrası grupların mükemmeliyetçilik düzeyleri ve benlik saygıları ve bunlarla ilişkili olabilecek faktörlerin incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Materyal-metod: Kesitsel tanımlayıcı tipte çalışma olarak planlanan bu araştırma Şubat 2021-Mart 2021 tarihleri arasında çalışmaya katılmayı kabul eden İnönü Üniversitesi Turgut Özal Tıp Merkezi hastanesinde çalışmakta olan hekimler ve tıp fakültesi öğrencileri üzerinde anket uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmada ulaşılmaması gereken en az kişiyi saptamak için yapılan güç analizine göre %95 güven aralığında ve %80 güçle çalışmaya en az 196 kişinin dahil olması gerekmektedir. Verilerin toplanmasında, araştırmacı tarafından ilgili literatür taranarak oluşturulan sosyodemografik özelliklerin sorgulandığı form, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)'nden oluşan anket kullanılmıştır.

Bulgular: Çalışmaya 95'i (%42,6) mezuniyet öncesi ve 128'i (%57,4) mezuniyet sonrası olmak üzere toplam 223 katılımcı dahil edilmiştir. Bütün katılımcıların yaş ortalaması $27,7 \pm 5,4$ (min=20-maks=49) şeklindedir. Mezuniyet öncesi grubun yaş ortalaması $23,7 \pm 2,0$ ve mezuniyet sonrası grubun yaş ortalaması $30,7 \pm 5,2$ olarak bulunmuştur ve aralarında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p < 0,001$). Mezuniyet öncesi katılımcıların kadın oranı (%52,6) mezuniyet sonrası grubun kadın oranından (%68,8) anlamlı şekilde düşük bulunmuştur ($p = 0,014$). Mezuniyet öncesi grubun FÇBMÖ toplam puanı mezuniyet sonrası grubun puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p = 0,015$). Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde erkeklerin FÇBMÖ toplam puanı kadınların puanından, bekarların puanı evli olanların puanından, preklinik aşamada olanların puanı internlerin puanından, aylık geliri 3000 altı olanların puanı 8000 üstü alanların puanından ve yalnız yaşayanların puanı aile evinde yaşayanların puanından önemli şekilde yüksek görülmüştür ($p < 0,05$).

Sonuç: Tıp Fakültesi hem lisans dönemi hem de lisans sonrası çalışma şartları zor olan ve uzun bir süreci olan bölüm olduğu için bu zorlukların göze alınabilmesi için kişilerin mükemmeliyetçilik ve benlik saygılarının yüksek olması gerekmektedir. Fakat bu mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı zamanla, hasta ile karşılaşma ile değişebilmektedir. Bu değişikliğin azaltılması için öğrencilerin eğitim sistemlerine klinik uygulamaların ilk senelerden itibaren konulması ve bu tür derslerin artırılması faydalı olabilir.

Anahtar kelimeler: Mükemmeliyetçilik, Benlik Saygısı, Tıp Fakültesi

ABSTRACT

A Review Of Perfectionism And Self Esteem Of Groups Before And After Graduation İn A Medical Faculty Hospital

Goals: This research has been done to investigate perfectionism and self esteem levels of groups before and after graduation in a medical faculty, and factors related to these levels.

Materials and Method: This article which planned to be a descriptive cross-sectional study has been done between february and march of 2021, using a survey among medical students and doctors working in İnönü University Turgut Özal Medical Center Hospital, who accepted to join the study. According to the power analysis, the minimum number of people required reach 95% confidence interval and 80% power is 196. A survey which contains sociodemographic attributes(which was formed by scanning relevant literature), frost multidimensional perfectionism scale(FMPS), rosenberg self esteem scale(RSES), was used to gather data. Analysis was done in SPSS packet software.

Findings: 95(42,6%) non-graduate and 128(%57,4) graduate, 223 in total participants were involved in the study. Average age of the participants is $27,7\pm 5,4$ (min=20-maks=49).

Average age of non-graduate participants is $23,7\pm 2,0$ and average age of graduate participants is $30,7\pm 5,2$. The difference is detected to be significant($p<0,001$). Woman rate in non-graduate participants(52,6%) is significantly less than woman rate in graduated participants(68,8%). ($p=0,014$) The total FMPS score in non-graduated group is significantly higher than graduated group. ($p=0,015$) As all participants' FMPS scores were compared all together, the male participants' total score is higher than female participants' total score, the unmarried participants' total score is higher than the married participants' total score, the pre-clinic students' total score is higher than internship students' total score, total score of participants who have less than 3000 TL montly income is higher than the total score of participants who have more than 8000 TL montly income, total score of participants who live alone is higher than the total score of participants who live with their family, significantly. ($p<0,05$)

Conclusion: Because the fact that the medical faculty has tough and long working conditions both before and after graduation, it requires high perfectionism and self esteem to venture these difficulties. But these perfectionism and self-esteem may change in time and as the doctors meet patients. Starting clinical practice in first years of medical study and increasing such lessons may help to lower this change.

Keywords: Perfectionism, Self Esteem, Medical Faculty.

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

FÇBMÖ	: Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeği
HYE	: Hata Yapma Endişesi
YEO	: Yaptığından Emin Olamama
AB	: Ailesel Beklentiler
AE	: Aileden Eleştiri
D	: Düzen
KS	: Kişisel Standartlar
RBSÖ	: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
IQR	: Interquartile Range
p	: İstatistiksel Anlamlılık Değeri
r	: Korelasyon Katsayısı

TABLolar DİZİNİ

Tablo No	Sayfa No
Tablo 4.1. Çalışmaya dahil edilenlerin sosyodemografik ve mesleki özellikleri	22
Tablo 4.2. Mezuniyet öncesi ve mezuniyet sonrası grupların ölçek puanlarının karşılaştırılması	26
Tablo 4.3. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması.....	27
Tablo 4.4. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılması	29
Tablo 4.5. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılması	30
Tablo 4.6. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının branşa göre karşılaştırılması	31
Tablo 4.7. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının meslekteki süreye göre karşılaştırılması	31
Tablo 4.8. Uzmanlık öncesi katılımcılarda ölçek puanlarının akademik ünvana göre karşılaştırılması	32
Tablo 4.9. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının akademik ünvana göre karşılaştırılması	34
Tablo 4.10. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının aylık gelire göre karşılaştırılması	35
Tablo 4.11. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının birlikte yaşanan kişilere göre karşılaştırılması	36
Tablo 4.12. Bütün katılımcıların yaş, meslek süresi ve ölçek puanlarının korelasyonu	37

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No	Sayfa No
Şekil 4.1. Cinsiyetin gruplara göre dağılımı.....	23
Şekil 4.2. Yaşın gruplara göre dağılımı.....	23
Şekil 4.3. Medeni durumun gruplara göre dağılımı.....	24
Şekil 4.4. Uzmanlık sonrası öğrencilerin branşa göre dağılımı.....	24
Şekil 4.5. Akademik ünvanın dağılımı	25
Şekil 4.6. Yaşanılan kişilerin gruplara göre dağılımı	25
Şekil 4.7. Grupların FÇBMÖ puanlarının karşılaştırılması.....	26
Şekil 4.8. Cinsiyete göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması	28
Şekil 4.9. Medeni duruma göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması.....	30
Şekil 4.10. Mezuniyet öncesi grubun akademik ünvanına göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması	33
Şekil 4.11. Aylık gelire göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması	35
Şekil 4.12. Yaşanılan kişilere göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması.....	37
Şekil 4.13. FÇBMÖ ile RBSÖ puanlarının korelasyonu.....	38

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Tıp fakültesi eğitimi, hekim adaylarına gerek bu eğitime başlarken gerek bitirirken pek çok sorumluluk yüklemektedir ve hekim adaylarına yüklenen bu sorumlulukların düzgün bir şekilde yerine getirilmesinde etkili olan birçok kişisel parametre vardır. Akademik başarı ile bağlantısı olduğu iddia edilen bu değişkenlerden biri mükemmeliyetçilik kavramıdır.

Mükemmeliyetçilik üzerine yürütülmüş birçok çalışma bulunmasına karşın mükemmeliyetçiliğin tanımı ya da yapısının henüz herkes tarafından kabul edilen bir açıklaması yoktur (1, 2). Burns mükemmeliyetçiliği; bireysel beklenti ve durumların yorumlanmasını içinde bulunduran, kişinin hem kendisini hem de etrafındaki diğer kişileri bir değerlendirmeye alması ile karakterize olan bir ağ olarak tanımlamıştır. Bu ağın özellikleri içinde; gerçekçilikten uzak yüksek kriterler ve bu kriterlere aşırı bir şekilde bağlanma yer almaktadır (3). Hill ve arkadaşları (4) ise mükemmeliyetçiliği, kusursuz olabilmek için devamlı çaba gösterme, gerçekten uzak yüksek amaçları gerçekleştirmek için uğraşma ve kişisel yüksek standartları korumaya çalışma eğilimi olarak tarif etmişlerdir. Gül ve ark. (5) göre mükemmeliyetçilik; bir işte ya da üstlenilen bir görevde mükemmeli yakalamak için yoğun ve olması gerekenden fazla gayret gösterme durumu ya da bunlar üzerine düşünsel olarak aşırı yoğunlaşmadır.

Mükemmeliyetçiliğe yönelimleri başlatan başlıca etkenler onaylanma, kabul görme, sevgi ve ilgiye duyulan ihtiyaçtır. Mükemmeliyetçi bireylerin eğilimlerinde etkili olan bir diğer unsurda düşük düzeydeki benlik saygısıdır. Benlik saygısı, kişinin kendine duyduğu saygı, kendine duyduğu güven, kendini kabul edip kendini değerli görmesi, kendini beğenmesi, onaylaması, kendisinden memnun olması, kendini pozitif ve sevilmeyi hak eden biri görmesi gibi pek çok kavramla açıklanmaktadır (6). Bir başka tabirle benlik saygısı, insanların kendi özellikleri ile ilgili aklından geçenleri belirtmede yararlanılan bir yöntemdir ve bu açıdan benlik saygısı, zaman ve şartlara bağlı olarak süreklilik göstermekte (7), benliğe biçilen değer, kendine duyulan güvenin veya kendini kabullenmenin kişisel ve bütünsel duygularını içinde barındıran bir kavramdır (8).

Bu araştırmada uzun ve zorlu bir süreç olan tıp eğitiminin ve hekimliğin uygulama alanlarının farklı kademlerinde yer alan kişilerin mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı düzeylerinin belirlenip analiz edilmesi amaçlanmaktadır. Ülkemizde tıp fakültesi kazanabilmek küçük yaşlardan bu yana yoğun çalışma disiplini ve düzen gerektirmekte olup mesleğin ve eğitimin zorluğu da dikkate alındığında hekim adaylarının ve hekimlerin kişilik özelliklerinden olan mkemelliyetilik ve benlik kaygısı kavramlarının zaman içerisinde uğradığı değişimlerin incelenmesi çalışmamızın bir diğer amacı olarak ifade edilebilir.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Mükemmeliyetçilik

Mükemmeliyetçilik bir kişilik özelliği olarak son dönemlerde birtakım araştırmalara konu olmuştur. Mükemmeliyetçilik üzerine ortaya atılmış çeşitli yaklaşımlar ve kuramcılar tarafından yapılmış farklı tanımlar vardır.

Mükemmeliyetçilik kavramı üzerinde dünya genelinde ortak bir noktada bulunmuş bir tanım yoktur (9). Mükemmeliyetçilik kavramının tanımı ve olası etkileri üzerinde birçok iddia ortaya atılmıştır. Flett ve Hewitt ise mükemmeliyetçiliği kusursuz olma uğraşı olarak kavramsallaştırılan bir kişilik özelliği olarak tanımlamıştır (10). Sözlüğe göre mükemmeliyetçilik, herhangi bir sıradan mükemmelliği kabul etmeyi reddetmedir (11).

Mükemmeliyetçilik uyumlu ve uyumsuz boyutları olan içinde birçok boyut barındıran bir kavramdır. Mükemmeliyetçilik, ulaşılması mümkün olmayan standartlara kavuşmak, bu standartları elde etmeyi boş yere önemsemek ve başarısızlıkları genellemenin bir birleşimi olarak görülmektedir. Uyumlu mükemmeliyetçilik kavramı; yüksek ama ulaşılması mümkün hedefler belirlemeyi düzenli ve organize bir şekilde hareket etme tarzını seçmeyi, kişisel doyumunu sağlamayı, üstün konumda olmayı ve güzel ödüller elde etmeyi içinde barındırır. Diğer bir kavram olan uyumsuz mükemmeliyetçilik, ulaşılması mümkün olmayan yüksek standartları, hata anında aşırı seviyede kaygı duymayı, mükemmel olma hususunda diğer kişiler tarafından baskı görme hissi, olası olumsuz sonuçlardan kaçınma isteği ve bir bireyin gösterdiği performans ile kişisel hedefleri arasında tutarsızlık olduğunun düşünülmesini içermektedir (12).

Hamacheck, mükemmeliyetçiliği normal ve nevrotik mükemmeliyetçilik olmak üzere iki ayrı başlık altında değerlendirmektedir. Normal mükemmeliyetçi bireyler performans gösterirken yaptıkları küçük hataları rahatlıkla kabul edip kendilerini yine de başarılı görürken; nevrotik mükemmeliyetçi bireyler, yaptıkları hatalar üzerinde oldukça çok düşünüp en küçük hataları başarısızlık olarak kabul edebilirler. Hamacheck mükemmeliyetçiliği davranış tarzı olarak değerlendirmekte ve mükemmeliyetçiliğin bireyin hayatına pozitif kazanımlar kattığını iddia etmektedir (13).

Mükemmeliyetçilik kavramını ilk defa psikanalist yaklaşımla tanımını yapmaya çalışan araştırmacılardan biri olan Karen Horney mükemmeliyetçiliği, olması gerekenlerin zulmü olarak ifade etmiştir. Ona göre mükemmeliyetçilik bireylerin mükemmeli yakalama uğraşısıyla benlik saygısını ve bireysel olarak üstün olduğunu kanıtlama çabaları, bireyin kusursuzluğa ve mutlak hatasızlığa duyduğu nevroitik gereksinimleri içinde bulunduran bir ifadedir. Birey kendini kusursuz kabul ederek diğer kişiler karşısında kendini daha üst noktada görmektedir. Mükemmeliyetçi kişiler kendi yaptıkları hataları ve eksik oldukları noktaları saklama çabasında olmakla birlikte, yetersizlik, eleştirilme, suçlanma ve hata yapma korkusu yaşayabilmektedir (14).

Adler'e göre mükemmeliyetçilik bireylerde doğduğu ilk andan beri bulunan ve normal olan bir özelliktir. Bununla birlikte Adler mükemmeliyetçiliği sağlıklı mükemmeliyetçilik ve sağlıklı mükemmeliyetçilik olmak üzere iki ayrı boyut olarak değerlendirmektedir. Sağlıklı mükemmeliyetçi bir tutum içinde olan kişiler, ulaşılabilir amaçlar için çalışırken sağlıklı mükemmeliyetçi bir tutum gösteren kişiler kendine gerçekten uzak hedefler koyarak ulaşılacaklarının üstündeki standartlara gelebilmek için çaba gösterirler. Bununla birlikte Adler olumlu veya olumsuz mükemmeliyetçiliği bir kişilik özelliği olarak kabul etmekte ve bu özelliğin bireyin diğer insanlarla sürdürdükleri ilişkilerinde gösterilen davranışlarda önemli bir etkisinin olduğunu savunmaktadır (15).

Kişilerin oluşturduğu mantık dışı inanç ve düşünceleri ele alan Ellis (2002), Duygusal Davranış Terapisi Modeline göre mükemmeliyetçilik de mantık dışı inançlar içinde değerlendirilmektedir. Ellis, mükemmeliyetçi kişilerin kendilerini değerli görebilmek adına yeterli, yetenekli, hatasız, güçlü olmaya çabaladıklarını ancak bunlar sayesinde kendilerini değerli ve saygın bir konumda görececeklerini belirtmiştir. Mükemmeliyetçiliğin özelliklerinden birileri de kendini derecelendirme ve talepkarlıktır. Birey isteklerini mutlak yerine getirilmesi gerek zorunluluk olarak değerlendirir ve istekleri yerine gelmezse engellenmiş hissine kapılır. Birey açısından bir şey ya vardır ya yoktur ve kişi bir şeyi tam olarak gerçekleştirmediğini düşünmezse tatmin olamaz. Mükemmeliyetçi kişiler kendilerinde bulunan özellikler ile yaşamdan zevk almak yerine kendilerini derecelendirmeyi seçmektedirler. Ya hep ya hiç şeklindeki düşünme biçimi, olumsuz ayrıntılar üzerinde yoğunlaşan süzgeçten geçirme, olumsuz fikirlere yönelik zihinden geçenleri okuma, olumsuz öngörülere dayanarak yapılan gereksiz tahmin ihtimali, her zaman bir felaket olacağı düşüncesi, aşırı sert

kriterler ve esneklik gösterememe mükemmeliyetçi kişilerin sahip olduğu bazı özelliklerdir (16).

Mükemmeliyetçi kişiler de, hayatlarını sürdürürken başlarına gelen olaylar karşısında gerçekte olandan daha fazla kontrolün kendilerinde olduğu düşüncesi hakimdir. Bu düşünceden hareketle üstünde çalıştıkları işi defalarca kontrol ettiklerinden çok zaman kaybederler veya herhangi bir hata yapmamak adına kendilerini aşırı miktarda kontrol altında tutmaya çalışırlar. Mükemmeliyetçi kişilerin belirlediği kriterler ve beklentiler ulaşılması güç ya da imkansızdır. Mükemmeliyetçi davranış tarzlarına başlıca örnekler karar vermede güçlük çekme, aynı şeyi tekrar tekrar yapıp düzeltme isteği, aşırıya kaçma, sürekli erteleme, çok çabuk vazgeçme, yavaş davranma ve biriktirme olarak sıralanabilir (16). Kendilerine oldukça yüksek kriterler koyan mükemmeliyetçi kişiler belirledikleri bu kriterleri elde etmenin güçlüğünden dolayı üzerinde çalıştıkları işin yarım kalmasıyla ya da ileri bir ertelenmesiyle karşılaşır (17).

Slade ve Owens'a (18) göre, mükemmeliyetçilik kavramı olumsuz ve olumlu mükemmeliyetçilik olmak üzere iki boyuttan meydana gelmektedir. Olumlu mükemmeliyetçilik, olumlu neticelere ulaşmak amacıyla birtakım üst düzey hedeflerin sağlanmasına yönelik düşünce ve davranışlardan oluşmaktadır. Olumlu mükemmeliyetçilik yönlendirilmesi olumlu pekiştirme ve başarı isteği aracılığıyla yapılmaktadır. Olumsuz mükemmeliyetçilik ise, olumsuz sonuçlardan kaçınabilmek adına birtakım üst düzey hedeflere ulaşılmasına yönelik düşünce ve davranışları belirten bir kavramdır. Olumsuz mükemmeliyetçiliği ise olumsuz pekiştirme ve başarısız olma korkusu yönlendirmektedir.

Mükemmeliyetçi eğilimlerin ortaya çıkmasında etkisi görülen başlıca etkenler; kişilik özellikleri, aile ilişkileri ve yetiştirilme ortamıdır. Uyumsuz mükemmeliyetçiliğin genetik faktörlerle (19); sert ve otoriter ebeveyn davranışıyla (20) doğrudan bağlantılı olduğu bu konular üzerine yürütülen araştırmalardan ulaşılan bulgular sonucunda saptanmıştır. Depresyon, kaygı, psikosomatik bozukluklar, intihar ve öz yeterlilikteki düşüşün altında yatan faktörlerden birinin de mükemmeliyetçilik olduğu literatürdeki birçok çalışma tarafından gösterilmiştir (21-24).

Bu konu üzerine mevcut literatür tarandığında mükemmeliyetçilik kavramı daha çok zarar verici yanları ele alınarak tek açıdan değerlendirilmektedir. Bununla birlikte

mükemmeliyetçilik üzerine yürütülen daha sonraki çalışmalar mükemmeliyetçiliği tek taraflı bir şekilde değerlendirmenin yeterli olmadığını göstermiştir. Artık mevcut çalışmalarda mükemmeliyetçilik kavramı birden fazla yönü olan bir kişilik yapısı olarak değerlendirilmeye başlanmıştır.

Frost ve ark. (25) mükemmeliyetçilik kavramını altı alt boyuta ayırarak değerlendirmişlerdir. Bu boyutlardan ilki, yapılan hataların başarısızlık olarak algılanıp hatalara karşı gösterilen aşırı ilgidir. İkinci boyut, kendine gerek duyulmadığı halde elde edilmesi mümkün olmayan kişisel standartlar koymadır. Üçüncü boyut, aileden gelen beklentileri çok büyük umutların belirleyicisi olarak algılamaktır. Dördüncü boyut, aile tarafından gelebilecek eleştirilerin varsayımsal olarak aşırı kritik olduğu düşüncesidir. Beşinci boyut, birinin göstermiş olduğu performansın kalitesinden şüphe etme eğilimidir. En son boyut olan altıncı boyut ise, düzenleme ve organize bir şekilde hareket etme eğilimini gösteren düzendir.

Hewitt ve Flett (26) tarafından geliştirilen ölçekte mükemmeliyetçilik olumsuz açıdan incelenmekte ve ölçekte “kendine dönük olan”, “diğerlerine dönük olan” ve “toplum zoruyla dayatılan” şeklinde üç ayrı boyutta değerlendirilmiştir.

Kendine yönelik olan mükemmeliyetçilik gösterilen mükemmeliyetçilik kişinin kendine koyduğu standartların yüksek olmasını kapsarken, diğerlerine yönelik gösterdikleri mükemmeliyetçilikte koydukları yüksek standartların nesnesi bireyin çevresinden oluşmaktadır. Çevresindeki diğer kişilere yöneltilen mükemmeliyetçilikte bireyin beklentileri yerine gelmediğinde birey çevresine karşı güvensizlik duyar. Toplumun kişiye dayattığı mükemmeliyetçiliği diğer alt boyutlardan ayıran bireyin yaşamını sürdürdüğü toplumun birey için yüksek kriterler koyduğunun düşünülmesidir. Bu boyutta mükemmeliyetçi kişiliğe sahip kişiler toplum tarafından bireye koyulan yüksek standartlara ulaşamadıklarında toplumun kendilerini kabul etmeyeceklerini, toplumun sevgisini kazanamayacağını düşünürler (27).

Mükemmeliyetçilik üzerine yürütülen literatürdeki çalışmalara bakıldığında, ergenler ve genç yetişkinlerde yapılan çalışmalarda genellikle yukarıda anlatılan bu iki ölçeğin kullanıldığı görülmektedir.

2.1.1. Mükemmeliyetçilik ile Alakalı Yapılmış Bazı Çalışmalar

Koydemir ve arkadaşları tarafından 2005 yılında yürütülmüş bir araştırmaya 50 evli çift dahil edilip, çiftlerin evlilik sürecindeki uyumlarının mükemmeliyetçiliğin üç alt boyutlarıyla farklılık durumları ve çiftlerin evlilik sürecindeki uyumları ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutları arasındaki ilişki irdelenmeye çalışılmıştır. Bu çalışma sonunda evlilik sürecinde uyumları yüksek ve düşük olarak saptanan eşlerdeki mükemmeliyetçiliğin üç alt boyutunda da farklılık görülmediği ve mükemmeliyetçiliğin alt boyutları ile evlilik sürecindeki uyum arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmadığı saptanmıştır (28).

Kaya ve ark. (29) tarafından 2016 senesinde üniversite öğrencilerine yönelik yapmış oldukları bir araştırmada öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ve affetme seviyeleri arasında bir korelasyon olup olmadığı araştırılarak bu sayede duygusal zekânın aracı rolünün incelenmesi hedeflenmiştir. 622 üniversite öğrencisinin katılımıyla yürütülen çalışmada elde edilen sonuçlarda affetme ve mükemmeliyetçilik ile duygusal zeka arasında zıt yönlü bir asosiyasyon olduğuna varılmıştır. Bu çalışmada affetme ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkin kısmen de olsa duygusal zekânın aracılık ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Alim'in (30) 2018 yılında gerçekleştirmiş olduğu tezinde mükemmeliyetçilik seviyeleri ile depresif duygudurum ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin saptanması amaçlanmış olup çalışmaya 350 ergen dahil edilmiştir. Bu çalışma sonucunda elde edilen verilerde depresif duygudurumun öznel iyi oluş zıt yönlü, mükemmeliyetçilik ile aynı yönlü ilişki olduğu saptanmıştır. Depresif duygudurum ile çok boyutlu bir ölçek olan mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutları içerisinde yer alan hata yapma anksiyetesi, eylemlerden şüphelenme alt boyutları arasında aynı yönde ilişki olduğu görülürken bu ilişkinin organizasyon alt boyutu zıt yönde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Aydemir ve Bayram Arlı tarafından (31) 2019 yılında yapılmış olan çalışmada üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik alt faktörlerinin, olumlu ve olumsuz anlamda incelenebilecek kavramlar üzerindeki etkileri sorgulanmış, aralarında benzerlik bulunup bulunmadığı sorusuna cevap aranmış ve seçilmiş olan üniversite öğrencileri örnekleme yönelik olarak alt boyutların etkisinin ne boyutta olduğunu saptamak amaçlanmıştır. Bu çalışmada ulaşılan sonuçlara göre mükemmeliyetçilik algısı ile stres ve benlik saygısı arasında istatistiki olarak anlamlı ilişki izlenmiştir. Ayrıca bazı

mükemmeliyetçilik alt boyutları üzerinde benlik saygısının aracı rolü olduğu görülmüştür.

Demirci ve arkadaşlarının öğretmen adayları üzerinde 2018 yılında yapılan bir araştırmada katılımcıların mükemmeliyetçilik ve öfke eğilimleri arasında olası ilişkilerin belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlardan biri mükemmeliyetçiliğin “öfke kontrol” alt boyutu ile “kendine yönelik mükemmeliyetçilik” alt boyutu arasında düşük düzeyde istatistiksel olarak anlamlı aynı yönde ilişki varlığıdır (32).

Saatçi'nin (33) 2020 yılında üniversite öğrencileri üzerinde yapılmış olan çalışmaya 324 kişi dahil edilmiştir. Bu çalışmada daha önceki araştırmalarda birbirinden bağımsız olarak değerlendirilen mükemmeliyetçilik ile belirsizliğe tahammülsüzlük ve psikolojik dayanıklılığın kendini engelleme arasındaki ilişkinin tek bir çalışma altında incelemek hedeflenmiştir. Sonuç olarak kendine ket vurma ile mükemmeliyetçilik ve belirsizliğe tahammül edememe arasında aynı yönde, psikolojik dayanıklılık arasında zıt yönde korelasyon olduğu görülmüştür.

Zengin (34) tarafından 2019 yılında yapılan tez çalışmasına 360 üniversite öğrencisi dahil edilmiş olup bu çalışmada mükemmeliyetçilik, bilişsel duygu düzenleme stratejileri, akademik erteleme ve kaygının birbirleriyle olabilecek olası ilişkileri araştırılmıştır. Çalışmaya dahil edilen erkeklerin kadınlara kıyasla çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinden aldıkları toplam puanın daha yüksek olduğu görülmüştür.

Bolin ve ark. (35) tarafından 2014 senesinde yapmış oldukları çalışmada ebeveynleri tarafından benimsenen ebeveynlik tarzları ile öğrencilerin mükemmeliyetçilik boyutları ve bunlarla olan mücadeleleri arasındaki ilişkileri değerlendirmek istenmiştir. Bu araştırma sonunda ulaşılan sonuçlara göre mükemmeliyetçilik boyutlarının 376 lisans öğrencisi içinde ebeveynlik stilleri ile başa çıkma stratejileri arasında bulunan ilişkide aracı rolü olduğu görülmüştür. Bundan hareketle, ebeveynlerin göstermiş oldukları davranışların, bir kişinin stres anında bu durumla baş edebilme becerisine destek olan mükemmeliyetçilik boyutlarına öncülük edebileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Madigan tarafından (36) 2019 yılında yapılmış bir metaanalizde mükemmeliyetçilik ile akademik başarının birbiriyle olan ilişkisi incelenmeye

çalışılmıştır. Bu metaanalize çalışma koşullarını sağlayan 37 çalışma (N=8901) dahil edilmiştir. Yapılan metanalizde mükemmeli yakalama çabaları ile akademik başarının aralarında düşük-orta derecede olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r = .24$), mükemmeliyetçi kaygıların ise akademik başarıya ile düşük derecede olumsuz olarak önemli düzeyde etkisi bulunduğu ortaya konmuştur ($r = -.08$). Mükemmeliyetçilik ve akademik başarı arasında bulunan bağlantının, yardım etme potansiyeli olan mükemmeliyetçi çabalar ve öğrencilerin akademik başarısı üzerinde engelleyici bir unsur olma ihtimali mükemmeliyetçi kaygılar ile iç içe geçtiğini göstermektedir.

Limburg ve arkadaşlarının (37) 2016 yılında yapmış oldukları bir meta-analizde mükemmeliyetçiliğin 2 temel boyutunu oluşturan mükemmeliyetçi çabalar ve mükemmeliyetçi kaygıların klinik açıdan önemi, psikopatolojik durumlarla mükemmeliyetçiliğin ilişkisi inceleyen çalışmalar değerlendirilmiştir. Bu çalışmada psikopatoloji sonuçlar içinde yer alan depresyon, anksiyete bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk ve yeme bozukluklarının klinik tanıları; bu bozuklukların belirtileri; bilerek kendine zarar verici davranışta bulunma, kendi yaşamına son verme düşüncesi ve genel sıkıntılı ruh hali gibi sağlık sorunları ile mükemmeliyetçiliğin 2 ana boyutu arasındaki ilişkiler saptanmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda ilgili literatür taraması yapılarak toplam 284 çalışma incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar, her iki alt boyutun da birtakım psikopatolojik sorunlarla bağlantılı olduğunu göstermiştir. Bu sonuç mükemmeliyetçilik kavramını transdiagnostik bir faktör olarak desteklemektedir.

2.2. Benlik Saygısı

2.2.1. Benlik Kavramı

“Kişilik kelime kökeni olarak latince maske manasında kullanılan "persona" kelimesinden türetilmiştir” (38). “Kişilik, insanlarda var olan fizyolojik, zihinsel ve ruhsal özellikler (39) ile birlikte kendine spesifik (characteristic) ve diğer kişilerden ayırt edilmesini sağlayan (distinctive) davranışlarının bütünüdür” (40).

Araştırmacılar tarafından son dönemlerde üstünde durulan ve çok fazla çalışılan kavramlardan biride, kişiliği oluşturan temel unsurları ifade edebilmek amacıyla başvurulan “Ben” ya da “Benlik” kavramlarıdır. Benlik kavramı, kişilik kavramı birbiriyle aynı şeyleri ifade ediyor gibi görülsede, benlik kavramının farklı özellikleri bulunmaktadır. İnsanların farkına varamayacağı durumlar bulunmaktadır. Örnek olarak

kişi göstermiş olduğu mizaç ve karakterin karşısında bulunan kişi tarafından nasıl algılandığına dair bir varsayımda bulunamaz, buna ek olarak onlarında değerlendirmelerini tanımlayamaz (41).

Benlik kavramı, kendisi bir psikolog olan William James tarafından 1890'lı yıllarda araştırılmaya başlanarak çok detaylı olarak incelenmiştir. Fakat sürekli değerliklik gösterebilen yapısından ötürü tanımını tam olarak yapmanın mümkün olamayacağı öne sürölmüştür (42).

Benlik, kendi kişiliğimize yönelik düşüncelerimizin ve kendimizi nasıl konumlandığımızı ifade eden kavramdır. Kişiliğin özünü oluşturan benlik içimizde var olan duyguların tamamını içinde bulundurmakla birlikte "ben neyim?", "neler yapabilirim?", "hangi yeteneklere sahibim?", "değer ve yargılarımla neler?", "nele yapmalı veya neleri yapmaktan kaçınmalıyım?" tarzında yanıtlanması istenen soru tarzlarına verilen olumlu ya da olumsuz yanıtlanma aktivitesidir (43, 44).

Benlik; kişinin kendine yönelik olan düşüncelerinden ve kendini tanıyabilmek adına kendini değerlendirmesinden oluşmaktadır. Bireylerin ulaşmak istediği hedefler, sahip oldukları yetenek ve avantajlar, adalet terazisi ve inanışlarından meydana gelen, yerinde sabit kalmayıp her an değerliklik gösteren bir yapısı bulunmaktadır (40). Benlik; bireyin olmak istediği kişi hakkında kendinden cevaplanması istediği sorular ve o sorular karşısında verdikleri yanıtlardan oluşmaktadır. Birey, nasıl bir kişi olacağım sorusuna cevap aramaya başladığında benlik kavramında ilerleme başlar. Bireyin öğrenme süreci içinde var olan zekâ türlerinden ne kadarını fonksiyonel kıldığı ve bilincinin bu şekilde ilerlemesinin nasıl sürdüğünü öğrenmesi, benliğe ulaşma yolunda ona ışık tutacaktır. "İnsanın kişiliği ile birlikte gerçekteşirmiş olduğu davranışları hakkında da düşünmesi benlik kavramını şekillendiren unsurlardandır" (45).

Bireyler için benlik kavramını anlayabilme süreci iki ana kol üzerinde gerçekteşmektedir. Bu kollardan ilki "bilen kol" olup "farkında olma" şeklinde ifade edilirken diğer kol "bilinen kol" olup "benlik kavramı" şeklinde tanımlayabiliriz. Bireylerin olumlu bir şekilde benlik bilinçlerinin olması, kişilerin kendine duydukları inanç ve güvenin artmasına, değerli hissetmelerine ve yeteneklerini geliştirmelerine destek olacaktır. Yukarıda belirtmiş olduğumuz özellikler bireyin ilişkileri, belirlemiş oldukları hedefleri ve potansiyeli için yararlı olacaktır (46).

2.2.2. Benlik Saygısı Kavramı

“Benlik Saygısı” için en sık kullanılan tanım bireyin kendi özünü yetenekli, yeterli, yaşamsal, başarılı veya değer verilebilir görme derecesi ve kendisini ölçmesidir şeklindedir (47).

Benlik saygısı, kişinin kendi hakkında yaptığı analizler ile ulaştığı sonucun kendini tatmin edip etmemesi durumu olarak ifade edilebilir. İçinde pozitif ya da negatif özellikle bulundurabilen, değişkenlik gösterebilen benlik saygısı bireyin yaşadığı ortam, çevre şartları, kendinde meydana gelebilen gelişme ve ilerlemelerden etkilenebilmektedir (48). Birey hayatını sürdürdüğü zaman boyunca benlik saygısının da onla beraber gelişim süreci devam etmektedir. Ayrıca insanlar gerek sosyal yaşantılarında, gerek çalışma ortamlarında ve ya kişisel alanlarında benlik saygılarının etkisi altındadırlar (49).

İnsanların sahip oldukları benlik saygıları yüksek ya da düşük seviyede olabilir. Bu iki uçlu benlik saygısı düzeyi bireyin duygularını, düşüncelerini ve davranışlarını etkileyerek bireye şekil vermektedir. Bireyin etrafında meydana gelen durumlar karşısında sergiledikleri tutum ve düşünceler kendi benlik saygılarını edinmelerinin temellerini oluşturmaktadır. Yüksek benlik saygısı bulunan kişilerin bu benlik saygısı onların hayatın kendisine sunduğu koşul ve imkanlardan memnuniyet duymalarına ve pozitif düşünce içinde olmalarına katkı sunmaktadır. Ayrıca bu kişiler huzurlu bir şekilde hayatlarını sürdürebilmektedirler. Fakat bu durum düşük benlik saygısına sahip olan bireylerde ise tam tersidir. Onlar yapmış oldukları işlerden memnuniyetsizlik duyup bu işlerde ve ya sosyal yaşamlarında ulaşmayı umdukları şeyleri elde edebilmenin yanına bile yaklaşamayacaklardır (48).

Benlik saygısı Coopersmith tarafından (1967), bireyin kişiliğine karşı duyduğu saygıyı değerlendirmesi olarak tanımlanmıştır. Yapmış olduğu bu değerlendirmede birey kendinin önemini, yeterliliğini, başarıya ulaşma yolunda isteklerini ne kadar yerine getirebildiğini sorgulamaktadır. Hayatın içinde değişiklik gösterebilen yaşam koşulları ile benlik saygısının değişmesinin zor olduğu fakat bu değişimin ancak yaş, cinsiyet ve diğer değişkenler ile gerçekleşeceği belirtilmektedir (42, 50).

Demo ve Saving Williams (1992) senesinde benlik saygısı tanımını kişilerin kendilerine yönelik değerlendirmeleri ile birlikte elde ettikleri sonuçları bütünsel bir şekilde ele almaları olarak yapmıştır. Bu değerlendirmelerden hareketle birey kendine

karşı göstereceği değeri, sergilediği davranışların onaylanıp onaylanmayacağını kendi benlik yargısına göre belirlemektedir (51). Burns (1982) ise benlik saygısını kişi kendine koymuş olduğu standartlar ve değer olguları referans alarak becerilerini, yeterliliğini ve sergilemiş olduğu performansını analiz ettiği bir süreç şeklinde ifade etmektedir (52). Çuhadaroğlu (1986), bir bilim başka bilim insanı olan Rosenberg'in kişinin kendine yönelik yapmış olduğu değerlendirme sırasında, benlik saygısının yön verdiği tutum ile sadakat düzeyini ve kendisini analiz ederken olumlu bir yaklaşım gösterirse benlik saygısı yüksek, negatif bir yaklaşım takınırsa benlik saygısının alçak olduğunu söylemiştir (53).

Coopersmith (1967)'e göre ise benlik saygısı içsel ve dışsal olmak üzere iki ayrı yapıda değerlendirilmelidir. Kişinin devamlı bir şekilde kendisi ile yapmış olduğu muhakemeyi ve bu durumu bir süreğenlik durumuna getirdiği hali benlik saygısı olarak adlandırmıştır. Bireyin özüne biçmiş olduğu kıymetlilik düzeyi, sahip olduğu yeteneklerin bilincinde olma ya da kendini değerli görme tarzındaki durumlar karşındaki farkındalığının bireyin kendine karşı göstermiş olduğu benlik saygısı düzeyini belirlediğini ifade etmektedir. Coopersmith'in altını çizdiği unsurlardan biri de yeterlik duygusu, değerlik, amaç ve becerinin benlik saygısını oluşturan ana etkenler olmasıdır (42, 50). Coopersmith iki tür daha benlik saygısının varlığından söz etmektedir. Bunları; gerçek benlik saygısı ve savunucu benlik saygısı şeklinde tanımlamaktadır. Bunlardan ilki olan gerçek benlik saygısını kişinin kendine biçmiş olduğu değer ve bu değer bilincinde olması şeklinde açıklamıştır. Diğer bir benlik saygısı türü olan savunucu benlik saygısını ise kişinin yeterlilikleri sağlayamadığı, kendini değersiz olarak görmesine rağmen bu durumu kabul etmeyerek sergilemiş olduğu bir tutum şeklinde tanımlamaktadır. Bununla birlikte yüksek benlik saygısı bulunan kişilerin yaşamları boyunca karşılaştıkları olaylara karşı pozitif düşüncede olması, kendilerine duydukları güvenin yeterli olması, düşüncelerini özgür bir şekilde ifade edebilmeleri, karşılaştıkları problemlere çözümler bulabilmesi, geleceğe yönelik planlarının olması, özgür ruhlu ve yaratıcı kişiler olmalarından bahsetmektedir. Benlik saygıları düşük olan kişilerin ise yüksek benlik saygısı bulunan kişilerin sayılmış olan özelliklerden hiçbirine sahip olamayacaklarını ve kötümser, mutsuz kişiler olduğundan söz etmektedir (50).

2.2.2.1. Yüksek Benlik Saygısı

Copersmith (1967) yeteneklerine ve kendi vermiş oldukları yargılarına güveni çok olan kişilerin aşkın benlik saygısı bulunan bireyler olduğunu iddia etmiştir. Kendilerine duydukları güvenin etkileri bireyin sosyal ortamlardaki liderlik etme becerileri ve sergiledikleri davranışlarındaki kararlılıkta görülmektedir (50). Birçok kişinin bulunduğu topluluklar içerisinde meydana gelen tartışmalarda hemen ön plana çıkarlar ve insanlarla iletişim kurmakta zorluk çekmezler. Birey kendisine yönelik yapılan eleştirileri sakin bir şekilde karşılar ve anlatmak istediğini kolaylıkla ifade eder. Liderlik etme becerilerini yalnızca kendini ilgilendiren durumlarda kullanmaz, etrafındaki desteğe gereksinim duyan kişilerle ve ya çevresinde ortaya çıkan sorunlarla ilgilenip onlara zaman ayırmaktan kaçınmazlar (54).

Yaşadıkları toplum içerisinde kendini değerli bir konuma koyan kişilerin hayata pozitif bir yaklaşımla bakan, kendine oldukça güvenen, düşüncelerini özgürce açıklayabilen, karşılaşmış oldukları problemlere karşı çözümler ortaya koyabilen, geleceğe dair planları bulunan, özgür ve yaratıcı kişiler olduğundan söz etmektedir. Bunun yanı sıra benlik saygısı yüksek seviyede olan kişilerin; öz eleştiri yapabilecek, yapmış olduğu hatalardan kendine ders çıkarabilecek, insanlarla olan ilişkilerinde başarılı olması, iş hayatında önemli bir konuma sahip olması ve bunlara ilaveten güçlü bir karakter yapısına sahip olduklarından söz etmektedirler.

2.2.2.2. Düşük Benlik Saygısı

Copersmith (1967), düşük benlik saygısına sahip kişilerin, yaşamları içinde karşılarına çıkan sorunlara bir çözüm üretmediğini, düşündüklerini başka kişilere ifade ederken kaygılı davranışlar gösterdiklerinden söz etmektedir (50). Fikirlerini aktarırsa karşıdakilerin onu dinlemeyeceğini düşünen kişiler, düşüncelerini ifade etmek yerine karşısındaki dinlemeyi tercih etmektedirler. İddia edilen yaygın bir yaklaşım ise, sosyal ortamlardaki yetenekleri yetersiz kalan bireylerin düşük benlik saygısına sahip olduklarıdır (42).

Pişkin (2003) benlik saygısı düşük olarak görülen bireylerin, kendine ait karakter özellikleri ile diğer insanlarla iletişim kurmaya çalıştıklarında insanların onları kabul etmeyeceklerine dair kaygı duymaktadırlar. Kendi karakterlerini diğer kişilere karşı gösterdiklerinde olumsuz tepkiler ile karşılaşmışlardır. İnsanlar tarafından ancak başarılı oldukları zaman kabul görececeklerini düşünürler. Karşılaşmış oldukları bu durumlardan

ötürü, pesimist düşüncelere sahiptirler, kendilerinden memnun değillerdir ve yaşamış oldukları bu negatif durumlara ses çıkarıp karşı çıkmaktansa susmayı seçerler (55).

Sezer (2001), benlik saygısının gelişme sürecinde, yaşanan toplum tarafından kabul görmenin çok önemli olduğunu savunmaktadır. Kendilerine duydukları benlik saygısı düşük olan bireyler, çevresinde bulunan insanların kendilerini sevmediklerini düşünmektedirler ve bu bireyler kendilerini dış görünüş olarak yeterli görmezler. Etrafında bulunan insanların onların dış görünüşü ile ilgili söyledikleri güzel sözleri yok sayarak, onlar kendilerine yönelik ortaya atılan olumlu düşüncelerden hiçbirini kabul etmezler. Ebeveynler tarafından başarısızlıklarından ötürü onlara yöneltilen suçlamalar, çocukluktan bu yana gelmekte olan düşük benlik saygılarının temeli oluşturan etkendir (56).

Benlik saygıları düşük olan bireyler bunlardan ötürü başaramama riskini kesinlikle göze alamazlar ve bu durumdan aşırı korkup kaçınırlar. Benlik saygısında düşüşe yol açan çeşitli etkenler bulunmaktadır. Ulaşılmak istenen hedefleri gerçekleştirebilmek adına gösterilen uğraş ve koyulan bu hedefleri gerçekleştirebilmek arasında çok büyük farklar var olabilmektedir. Birey kendisine koymuş olduğu hedefleri gerçekleştiremediği takdirde bu durum başarısızlık duygusuna ve benlik saygısında düşüşe yol açacaktır (42, 50).

Alfred Adler (1956) bireylerin eksik kaldığı özelliklerinden ve yetersizliklerinden dolayı meydana gelen düşük benlik saygısı üzerine gerçekleştirmiş olduğu bir çalışmada, bireylerin gelişim sürecinde zihinsel ve fiziksel etmenlerin etkili olduğundan söz etmiştir. Kişide var olan yetersizlikler hayatını sürdürdüğü sosyal çevresi tarafından kabul görülmediğinde, kişide her zaman var olacak ve düzeltilmesi mümkün olmayan bir benlik saygısı sorunu oluşturacaktır. Diğer bir olasılık ise kişinin yetersizlikleri bulunduğu sosyal çevre içerisinde kabul görüldüğünde ise bireyin benlik saygısında olumlu yönde gelişmeler olacaktır. Fakat bu kabul görme davranışının kötü sonuçları olabilmektedir. Birey çevresinden destek almaya başladığında sergilediği olumsuz davranışların dozunu artırabilir veya etrafındaki insanlara karşı bencil tavırlar gösterebilir. Bireyin takınmış olduğu bu tutum onu yalnızlaştırabilir. Adler, kardeşler için bile benlik saygısı açısından önce ve sonra doğana göre farklılıklar olduğunu öne sürmüştür (57). Şahin (2007) benlik saygıları yetersiz olan kişilerin bu dezavantajlı

durumu bir avantaj haline dönüştürerek bu durumdan insanlar tarafından değer görmek amacıyla faydalandıklarını gözlemlemiştir (45).

2.2.3. Benlik Saygısının Gelişimi

Benlik oluşumun şekillenmesinde kuramcılar, kişilerin birbiriyle olan ilişkilerin önemini üstünde durmaktadırlar. Hayatları süresince başlarına gelen her olay bireyleri etkilemektedir. Hayata atılan ilk adım olan doğumdan başlayarak korunma ihtiyacını, çevresindeki diğer insanlardan değer görme, toplum tarafından kabul görme ve temel gereksinimlerini yerine getirebildiğini içinde bulunduğu çevreye ispatlaması, kişinin benlik saygısının gelişim sürecine katkı sunacaktır (58). İşleyen bu süreç kişinin gelecekteki benlik saygısının hangi yönde ilerleyeceğini etkilemektedir. Bireyde ortaya çıkan benlik kavramı gerçeklerle örtüşen ve pozitif ise ideal olması gereken benlik ile ters düşmüyorsa, bireyin yüksek benlik saygısına sahip olması muhtemeldir (56).

İnsanlar söylediklerini, verdiği kararlarını ve yaptığı değerlendirmelerini önemsedikleri kişilerin, kendileri ile ilgili yapmış oldukları yorumları ciddiye almaktadırlar ve bu durumun o kişiler üstünde etkili olabilmektedir. Kendileri ilgili ortaya atılan bu düşünceleri tam olarak kabul etmeseler dahi bu düşüncelerin bir bölümün dikkate almaktadırlar. Bu kişiler zaman ilerledikçe kendileri ile ilgili yapılan bu değerlendirmelere yönelik duygu ve tutum sergileyebilmektedir (48).

Özşaker (2008), Coopersmith'in benlik saygısı gelişim sürecine yönelik düşüncelerinden dört ana başlığın üstünde durmaktadır (42, 50);

1. Bireylerin yaşamlarında önemli bir konuma sahip insanlar tarafından kabul görme seviyeleri.
2. Bireylerin geçmişte elde ettikleri kazanımları, şu anda olduğu konum ve pozisyon.
3. Bireyin hedefleri içinde yer alan başarıya duyulan istek ve bu hedeflere ulaşabilmek adına gösterilen azmin pozitif etkileri.
4. Bireyin, kendine yöneltilen eleştirilere karşı vermiş olduğu tepki. Benlik saygısını müdafaa etme yeteneği, kaygı ve negatif yaklaşım tarzından kaçınılması

Kişilerin ictimai hayatlarını sürdürdükleri yaşam yerleri olan etkileşimi, kişinin benlik saygısı gelişim sürecini etkileyebilmektedir. Etrafında bulunan insanlardan olumlu tepkiler alması, bireyin hayatı büyük ölçüde değiştiren etkenlerdendir. Birey hayatında bulunmasından memnuniyet duyduğu insanların ve kendine yakın gördüğü insanların göstermiş oldukları davranışları birey için çok değerlidir. Bunların yanı sıra bireyin hayal kırıklığı yaşaması veya yeterince memnun olamaması, kişinin kendine biçmiş olduğu değer ve kendine olan güveninde değişimlere neden olacaktır. Bireyin ailesi ile aralarında olan ilişkilerin kaliteli bir şekilde sürdürülmesi hem kişisel yönden bireyin benlik saygısının oluşum sürecine katkı sunacağı gibi hem de sosyal uyum açısından kişinin benlik saygısının oluşumu için ciddi yarar sağlayacağı iddia edilmektedir (59).

2.2.4. Benlik Saygısını Etkileyen Faktörler

Çalışmalar benlik oluşum süreci ve benlik saygısının gelişim aşamasında ırsi veya dış etmenlerin ayrıştırıcı bir unsur olarak görülmesi gerektiği ulaşılmaktadır. Benlik saygısı gelişim süreci üzerinde etkisi bulunan faktörler genetik, fiziksel yapı, aile ortamı, çevresel şartlar ve sosyokültürel etkenlerdir (59).

Can tarafından 1990 yılında yapılan bir çalışmada, ailelerin sosyoekonomik ve kültürel yapılarının benlik saygısı seviyeleri üzerindeki etkisi incelenmiş olup, sosyoekonomik ve kültürel açıdan düşük seviyede yer alan öğrencilerin, sosyoekonomik ve kültürel açıdan orta ve üst segmentte öğrencilere kıyasla istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde benlik saygılarının daha az olduğu görülmüştür (60).

Daha anlayışlı tutum ve tavır sergileyen aile ortamında yaşayan çocukların, daha katı davranış ve tavır gösterilen aile ortamında büyümüş olan çocuklara kıyasla daha fazla benlik saygısına sahip oldukları görülmüştür ve ayrıca cinsiyete göre benlik saygısı düzeylerinde önemsenecek düzeyde bir farka rastlanmamıştır. Ebeveynleriyle arasında sağlıklı ilişkiler bulunan çocukların, aileleriyle iyi geçinemeyenlere kıyasla daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları ve aile üyelerinin aralarında bir sorun bulunmayan ailelerde yaşayan çocuklarının, evde kendi aralarındaki iletişimi kötü ailelerde yaşayan çocuklara kıyasla benlik saygılarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocuklarının hayatta kazandığı başarılarının derecesinden memnuniyet duyan ailelerin, çocuklarının başarabileceklerinin üstüne çıkmasını umarak daha başarılı

olmasını ümit eden ailelerin çocuklarına kıyasla daha fazla benlik saygısına haiz oldukları tespit edilmiştir (59).

Yavuzer (2000) benlik saygısına yönelik olumlu ve olumsuz etkenlerin incelendiği bir sıralama yapmıştır (61):

1. Sosyoekonomik ve kültürel düzey
2. Ebeveynin ilgi düzeyi
3. Kardeşlerin adedi ve çocuklardan kaçınıcı sırada olduğu
4. Cinsiyet
5. Anne-babanın yaptıkları iş ve eğitim seviyeleri
6. Bireyin eğitim öğretim yaşamı boyunca birtakım etkinliklere katılım göstermesi, spor faaliyetleri içinde bulunması
7. Akademik başarı düzeyi

2.2.5. Benlik Saygısı İle İlgili Yapılan Araştırmalar

Efiliti ve Çıkkılı (62) tarafından 2017 senesinde üniversite öğrencilerinde yapılmış araştırmada; öğrencilerin sahip oldukları benlik saygısı ile mesleki benlik saygıları arasında anlamlı bir ilişki izlenmemiştir.

Fırat Kılıç (63) tarafından 2018 yılında yapılmış olan bir çalışmada hemşirelik lisans öğrencilerinin eğitimlerin sürdürürken yaşamış oldukları eğitim stresi ile mesleki benlik saygısının birbiriyle olan ilişkisini saptamak hedeflenmiştir. Yapılan bu çalışmanın sonuçlarına göre kız öğrencilerin ve mesleğini isteyerek seçenlerin erkek öğrenciler ve mesleğini istemeyerek seçenlere kıyasla benlik saygılarının daha fazla olduğu, bununla birlikte eğitim hayatlarında ikinci ve üçüncü sınıfta olan öğrencilerin yaşamış oldukları eğitim stresinin eğitim hayatlarının ilk ve son senesi içinde olan öğrencilerinden daha fazla olduğu saptanmıştır.

Başkaya (64) tarafından 2020 senesinde tıp fakültesi öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada sosyal başarı hedefleri ile benlik saygısı, depresyon ve anksiyete arasındaki asosiasyonun belirlenmesi amaçlanmıştır. Sosyal gelişim hedefleri ile depresyon ve anksiyete arasında zıt yönde, benlik saygısı ile aynı yönlü ilişki olduğu; sosyal performans kaçınma hedeflerinin ise depresyon ve anksiyete arasında aynı yönde, benlik saygısı ile zıt yönde ilişki olduğu görülmüştür. Sosyal performans-yaklaşım

hedefleri ise anksiyete ve depresyon ile pozitif yönde ilişkili olmasına karşın benlik saygısı ile arasında istatiki olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bununla birlikte kadınlarda sosyal performans-yaklaşım hedefleri ile depresif duygudurum arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Yıldırım ve Atilla (65) tarafından 2020 yılında gerçekleştirilen bir araştırmada üniversite öğrencilerin sahip oldukları öz yeterlikleri ile bilinçli farkındalık ve benlik saygıları arasındaki ilişki incelenmiştir. ; bilinçli farkındalık ile öz yeterlik arasında güçlü olmayan ve zıt yönlü ilişki olduğu, benlik saygısı ile zıt yönlü bir ilişki görüldüğü saptanmıştır.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Kesitsel tanımlayıcı tipte çalışma tarzında oluşturulan bu araştırma Şubat 2021-Mart 2021 tarihleri arasında çalışmaya katılmayı kabul eden İnönü Üniversitesi Turgut Özal Tıp Merkezi hastanesinde çalışmakta olan hekimler ve 18 yaşından büyük ve tıp fakültesi öğrencileri üzerinde anket uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmanın onayı 04.05.2021 tarihinde 2021/1785 karar numarası ile Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır.

Çalışmada ulaşılması gereken en az kişiyi saptamak için yapılan güç analizine göre %95 güven aralığında ve %80 güçle çalışmaya en az 196 kişinin dahil olması gerekmektedir.

Verilerin toplanmasında, araştırmacı tarafından ilgili literatür taranarak oluşturulan sosyodemografik özelliklerin sorgulandığı form, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'ni içeren anket form kullanılmıştır.

Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ): Mükemmeliyetçiliği farklı boyutlarıyla bir şekilde analiz edebilmek için Frost ve ark. tarafından oluşturulan olan 35 maddeden meydana gelen ölçme aracıdır. Ölçek 6 alt boyuttan meydana gelmektedir ve her maddeden likert tipinde oluşturulmuştur. Ölçekte puanlanamaması ters olarak yapılması gereken soru yoktur. Frost, Martin, Lahart ve Rosenblate (1990) tarafından kişilerin sahip oldukları mükemmeliyetçilik yönelimlerini tespit edebilmek için oluşturulmuştur. Ölçek; 'Hata Yapma Endişesi (HYE)', 'Yaptığından Emin Olamama (YEO)', 'Ailesel Beklentiler (AB)', 'Aileden Eleştiri (AE)', 'Düzen (D)' ve 'Kişisel Standartlar (KS)' alt boyutlarından oluşmaktadır (25). Ölçeğin alt boyutlarından elde edilen yüksek puanlar o boyuta yönelik mükemmeliyetçiliğin yüksek seviyede olduğu, düşük puanlar ise düşük seviyede olduğunu göstermektedir (66).

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) Morris Rosenberg tarafından 1963 senesinde geliştirilen bu ölçeğin güvenilirlik araştırmaları 5024 katılımcıyla lise öğrencilerinde yapılmıştır. Rosenberg, benlik saygısının ölçümünü yaparken, bireyin kendisi ile ilgili yaptığı değerlendirmelerinde bütüncül bir tutum üzerinde çalışmıştır. RBSÖ on iki maddeden oluşmakta olup ilk on maddesi benlik saygısını ölçmektedir

(67). Rosenberg benlik saygısı ölçeğinden alınan puan ile benlik saygısı düzeyi arasında ters orantı bulunmaktadır. RBSÖ alt testine verilen yanıtlar 0-6 puan arasında değerlendirilmektedir. Çuhadaroğlu tarafından 1986 yılında ölçek Türkçeye uyarlanıp geçerlik ve güvenirlik çalışması gerçekleştirilmiştir (53).

3.1. Verilerin Analizi

Analizler yapılırken SPSS (Statistical Package for Social Sciences; SPSS Inc., Chicago, IL) 22 kullanılmıştır. Araştırmada tanımlayıcı veriler kategorik verilerde n, % değerleri, sürekli verilerde ise ortanca (Interquartile Range (IQR)) değerleri ile gösterilmiştir. Gruplar arası kategorilere ayrılmış değişkenler arasındaki farklılıkların karşılaştırılmasında ki-kare analizi (Pearson Chi-kare) kullanılmıştır. Sürekli değişkenler için normallik testleri Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmıştır. İkili grupların karşılaştırılmasında normal dağılmayan veriler için Mann Whitney U testi, eğer ikiden fazla grup varlığında karşılaştırma yapılırken normal dağılım göstermeyen değişkenlerde Kruskal Wallis testinden yararlanılmıştır. Anlamlılığın nereden kaynaklandığını bulabilmek için Post Hoc testi kullanılmıştır. İki ölçümsel verinin karşılaştırılması için Spearman korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Yapılan analizlerde $p < 0.05$ düzeyinde bulunduğu aralarındaki fark anlamlı olarak değerlendirilmiştir.

4. BULGULAR

Araştırma 95'i (%42,6) mezuniyet öncesi ve 128'i (%57,4) mezuniyet sonrası şeklinde toplamda 223 katılımcı ile yapılmıştır. Çalışmaya dahil edilen bütün katılımcıların yaş ortalaması $27,7 \pm 5,4$ yıl (min=20-maks=49) şeklindedir. Tüm katılımcıların 138'i (%61,9) kadın, 85'i (%38,1) erkektir ve 88'i (%39,5) 20-25 yaş grubunda, 92'si (%41,3) 26-30 yaş ve 43'ü (%19,3) 31 yaş ve üzeri grupta bulunur. Katılımcıların 150'si (%67,3) bekar ve 73'ü (%32,7) bekadır. Yine tüm katılımcılar beraber değerlendirildiğinde 95'inin (%42,6) 3.000 TL altı, 23'ünün (%10,3) 3.000-8.000 TL arasında ve 105'inin (%47,1) 8.000 ve üstü aylık gelire sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların 158'i (%70,9) aile evinde, 32'si (%14,3) yalnız ve 33'ü (%14,8) yurt/arkadaş ile beraber yaşadığı tespit edilmiştir.

Mezuniyet öncesi grubun yaş ortalaması $23,7 \pm 2,0$ yıl ve mezuniyet sonrası grubun yaş ortalaması $30,7 \pm 5,2$ yıl olarak bulunmuştur ve aralarında istatistiksel yönden önemli farklılık görüldüğü belirlenmiştir ($p < 0,001$). Mezuniyet öncesi katılımcıların kadın oranı (%52,6) mezuniyet sonrası grubun kadın oranından (%68,8) anlamlı şekilde düşük bulunmuştur ($p = 0,014$) (Şekil 4.1). Yaşlar kategorik hale getirildiğinde mezuniyet öncesi grubun 20-25 yaş grubunda olma oranı (%86,3) mezuniyet sonrası grubun 20-25 yaş grubunda bulunma oranından (%4,7) anlamlı düzeyde yüksek görülmüştür ($p < 0,001$) (Şekil 4.2). Mezuniyet öncesi grubun bekar olma oranı (%95,8) mezuniyet sonrası grubun bekar olma oranından (%46,1) anlamlı düzeyde yüksek olarak görülmüştür ($p < 0,001$) (Şekil 4.3).

Mezuniyet sonrası grup branşa göre incelendiğinde 106'sının (%82,8) dahili branşta, 17'sinin (%13,3) cerrahi branşta olduğu ve 5'inin (%3,9) temel branşta olduğu belirlenmiştir (Şekil 4.4). Yine mezuniyet sonrası grup meslekteki sürelerine göre incelendiğinde 61'inin (%47,7) 5 yıl altı, 67'sinin (%52,3) 5 yıl ve üzeri yıl olduğu tespit edilmiştir.

Uzmanlık öncesi katılımcıların 9'u (%9,5) preklinik, 46'sı (%48,4) Stajiyer doktor ve 40'ı (%42,1) İntern doktordur. Uzmanlık sonrası katılımcıların 105'i (%82) asistan doktor, 18'i (%14,1) uzman doktor ve 5'i (%3,9) öğretim üyesidir. Gruplar arasında akademik unvan açısından anlamlı farklılık vardır ($p < 0,001$) (Şekil 4.5). Uzmanlık öncesi grubun tamamının geliri 3.000 altı iken uzmanlık sonrası grubun

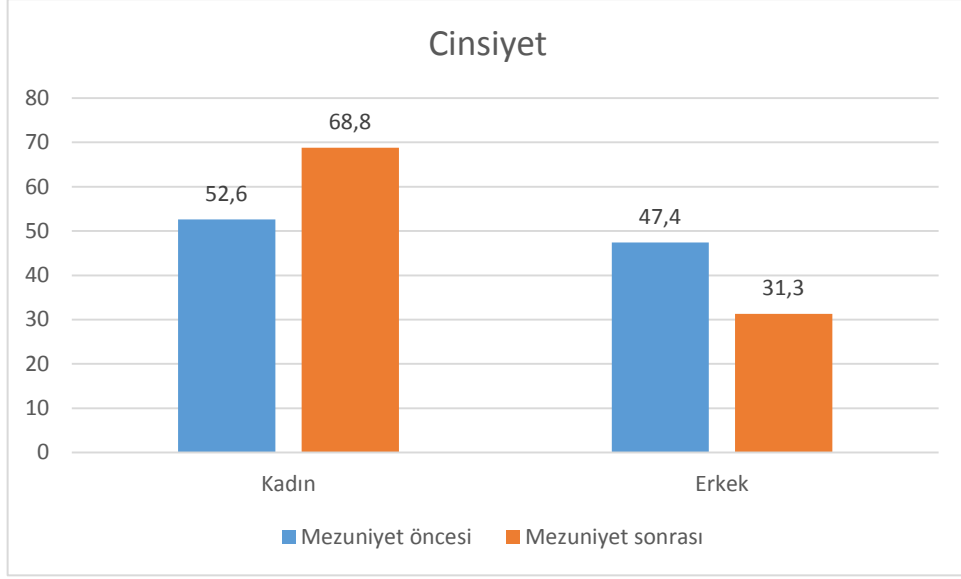
%82'sinin aylık geliri 8.000 üzeridir. Gruplar arasında aylık gelir açısından anlamlı farklılık görülmüştür ($p<0,001$). Uzmanlık öncesi grubun %62,1'i aile evinde, %7,4'ü yalnız ve %30,5'i yurtta/arkadaşı ile yaşamaktadır. Uzmanlık sonrası grubun %77,3'ü aile evinde, %19,5'i yalnız, %3,1'i yurtta/arkadaşı ile yaşamaktadır. Gruplar arasında kalınan yer açısından anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p<0,001$) (Şekil 4.6).

Araştırmaya dahil edilenlerin sosyodemografik ve mesleki özelliklerinin gruplara göre karşılaştırılması Tablo 4.1'de görülmektedir.

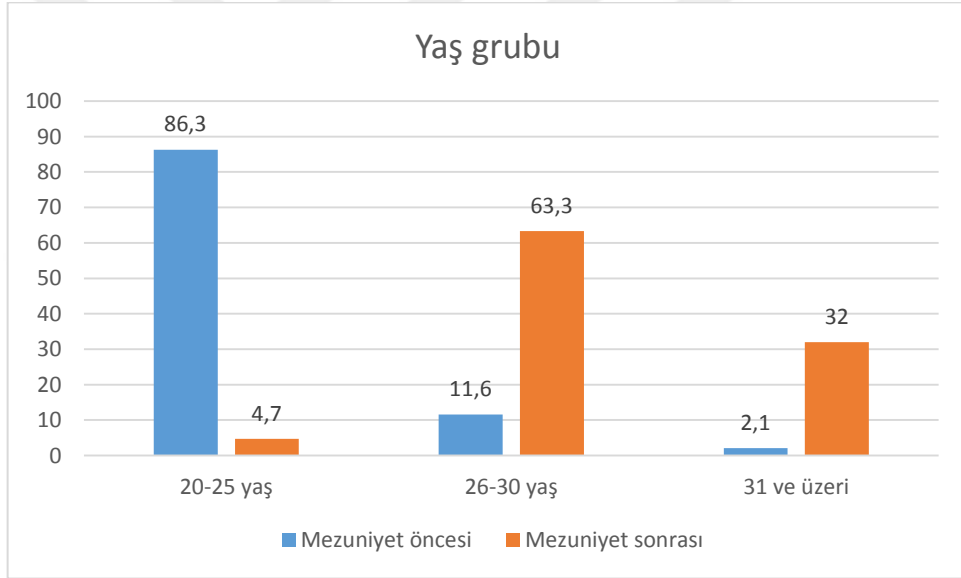
Tablo 4.1. Çalışmaya dahil edilenlerin sosyodemografik ve mesleki özellikleri

		Mezuniyet öncesi		Mezuniyet sonrası		Toplam		p*
		Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	
Cinsiyet	Kadın	50	52,6	88	68,8	138	61,9	0,014
	Erkek	45	47,4	40	31,3	85	38,1	
Yaş	20-25 yaş	82	86,3	6	4,7	88	39,5	<0,001
	26-30 yaş	11	11,6	81	63,3	92	41,3	
	31 ve üzeri	2	2,1	41	32,0	43	19,3	
Medeni durum	Bekar	91	95,8	59	46,1	150	67,3	<0,001
	Evli	4	4,2	69	53,9	73	32,7	
Branş	Dahili	-	-	106	82,8	106	82,8	-
	Cerrahi	-	-	17	13,3	17	13,3	
	Temel	-	-	5	3,9	5	3,9	
Meslekteki süre	5 yıl altı	-	-	61	47,7	61	47,7	-
	5 yıl ve üzeri	-	-	67	52,3	67	52,3	
Akademik unvan	Preklinik	9	9,5	0	,0	9	4,0	<0,001
	Stj. Dr.	46	48,4	0	,0	46	20,6	
	İntern Dr.	40	42,1	0	,0	40	17,9	
	Asistan Dr.	0	,0	105	82,0	105	47,1	
	Uzman Dr.	0	,0	18	14,1	18	8,1	
	Öğretim üyesi	0	,0	5	3,9	5	2,2	
Aylık gelir	3.000 altı	95	100,0	0	,0	95	42,6	<0,001
	3.000-8.000	0	,0	23	18,0	23	10,3	
	8.000 üstü	0	,0	105	82,0	105	47,1	
Kimlerle yaşıyor	Aile evi	59	62,1	99	77,3	158	70,9	<0,001
	Yalnız	7	7,4	25	19,5	32	14,3	
	Yurt/arkadaş	29	30,5	4	3,1	33	14,8	

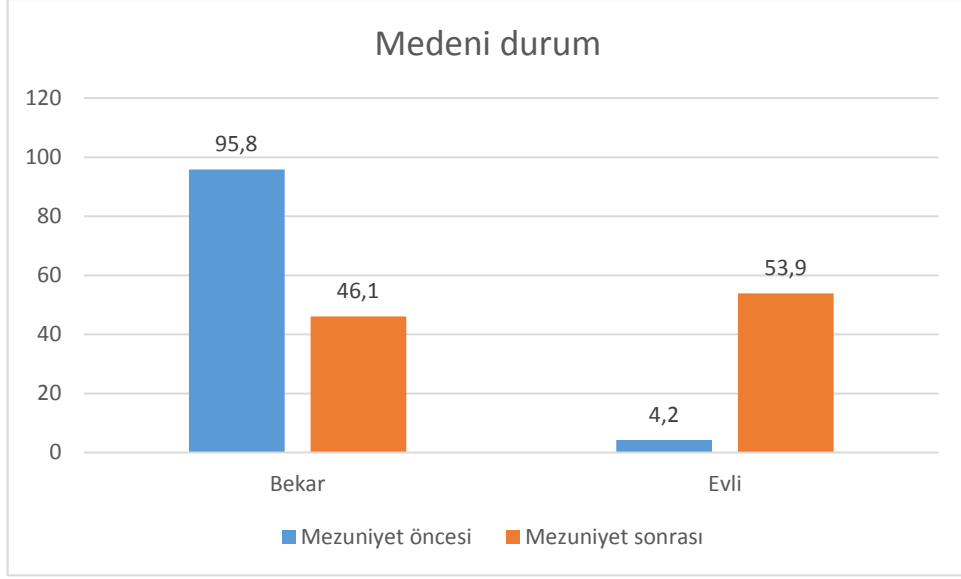
*Kikare analizi yapılmıştır.



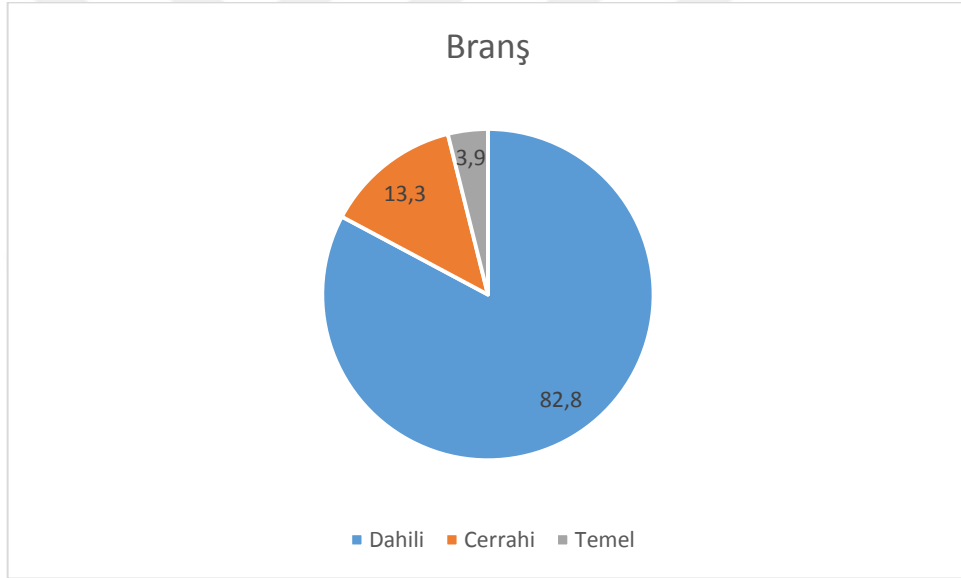
Şekil 4.1. Cinsiyetin gruplara göre dağılımı



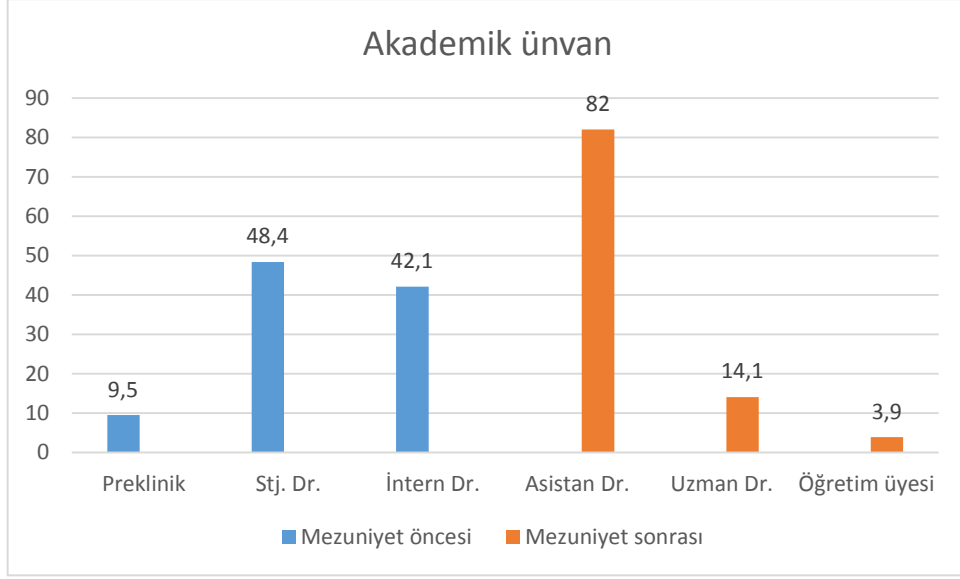
Şekil 4.2. Yaşın gruplara göre dağılımı



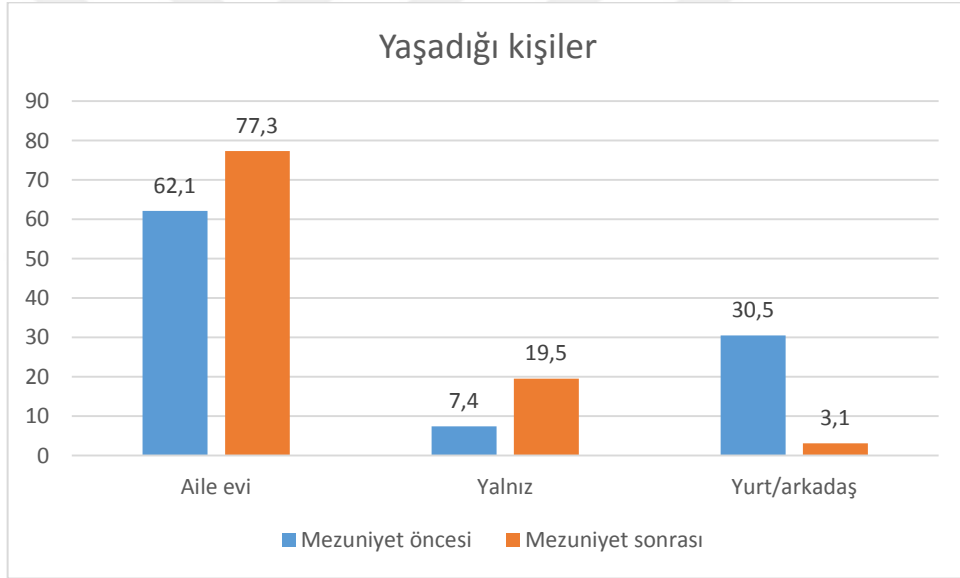
Şekil 4.3. Medeni durumun gruplara göre dağılımı



Şekil 4.4. Uzmanlık sonrası öğrencilerin branşa göre dağılımı



Şekil 4.5. Akademik ünvanın dağılımı



Şekil 4.6. Yaşanılan kişilerin gruplara göre dağılımı

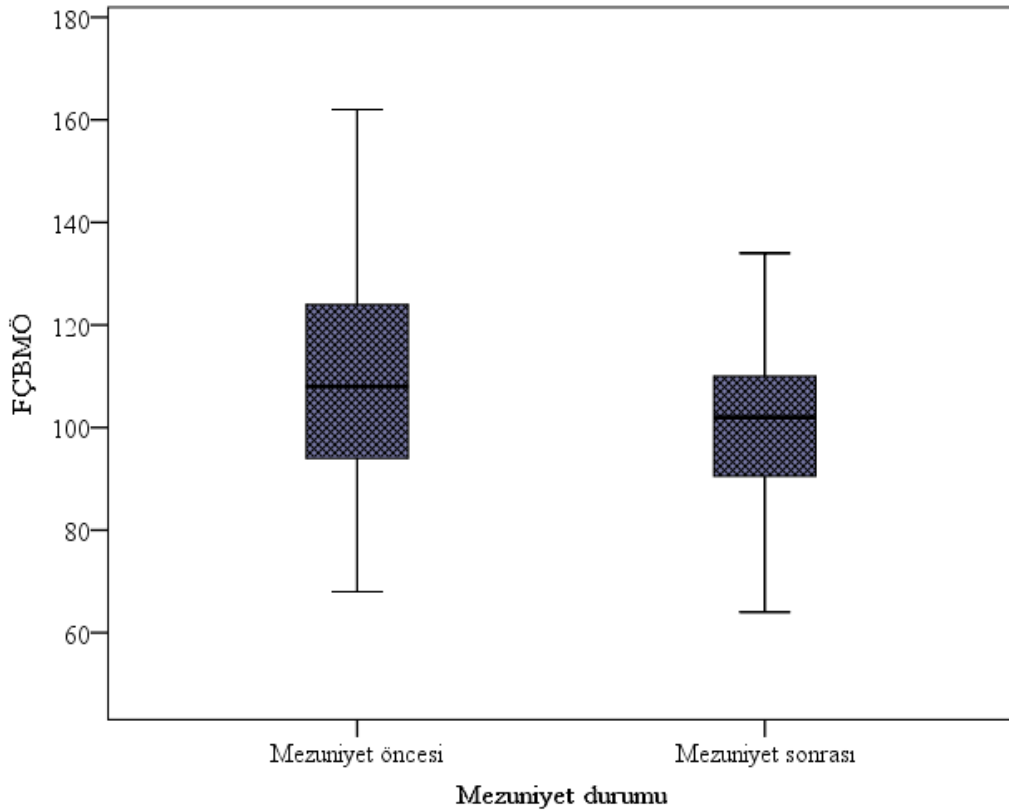
Mezuniyet öncesi grubun FÇBMÖ puanı 108 (94-124) ve mezuniyet sonrası ise 102 (90,5-110) olarak bulunmuştur. Mezuniyet öncesi grubun Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeği'nin Kişisel Standartlar ($p=0,001$), Yaptığından Emin Olamama ($p=0,008$) ve toplam puanı ($p=0,015$) mezuniyet sonrası grubun puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Şekil 4.7). Diğer alt boyutlar ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği toplam puanı açısından gruplar arasındaki değişikliğin istatistiksel olarak önemli sayılmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının gruplara göre karşılaştırılması Tablo 4.2’de görülmektedir.

Tablo 4.2. Mezuniyet öncesi ve mezuniyet sonrası grupların ölçek puanlarının karşılaştırılması

	Mezuniyet öncesi	Mezuniyet sonrası	p*
	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	22,0 (16,0-28,0)	20,0 (16,5-25,0)	0,111
KS	27,0 (23,0-30,0)	24,0 (20,0-28,0)	0,001
AB	15,0 (11,0-19,0)	15,0 (11,0-18,0)	0,374
AE	8,0 (5,0-11,0)	8,0 (6,0-10,0)	0,899
YEO	12,0 (10,0-15,0)	11,0 (9,0-13,0)	0,008
D	24,0 (22,0-27,0)	23,5 (20,0-25,0)	0,051
FÇBMÖ	108,0 (94,0-124,0)	102,0 (90,5-110,0)	0,015
RBSÖ	1,8 (1,3-2,5)	1,5 (1,0-2,3)	0,133

*Mann Whitney U testi yapılmıştır. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.7. Grupların FÇBMÖ puanlarının karşılaştırılması

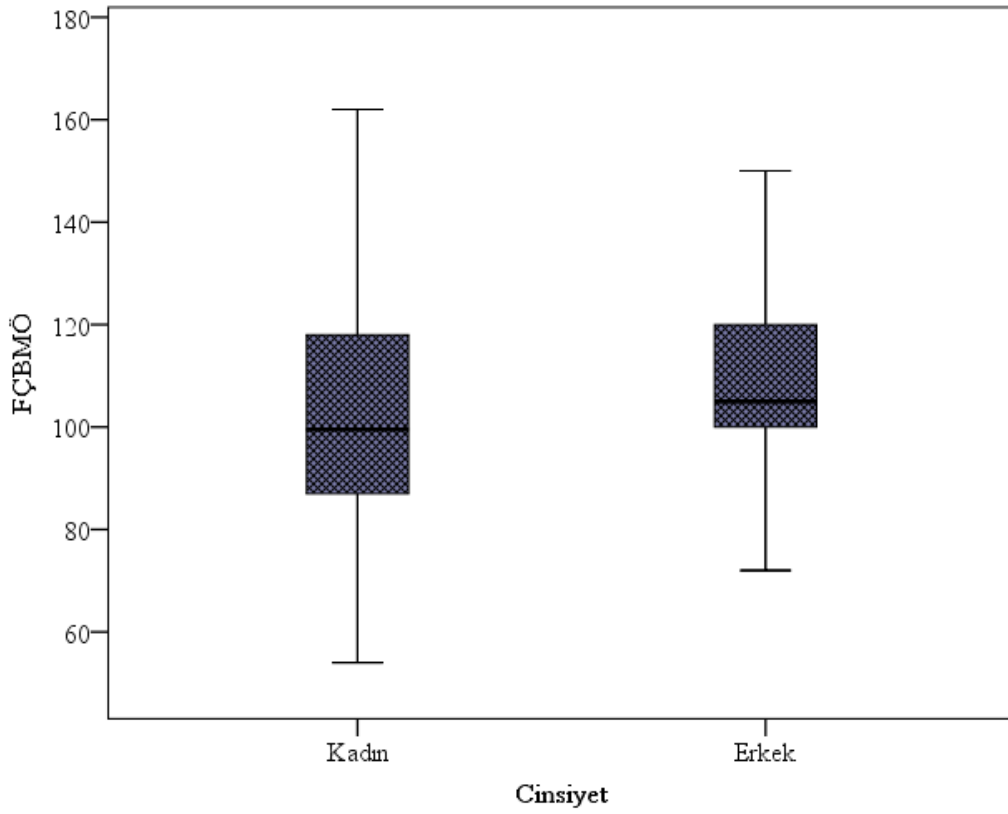
Kadınların FÇBMÖ puanı 99,5 (87-118) ve erkeklerin puanı 105 (100-120) olarak bulunmuştur. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde erkeklerin Kişisel Standartlar (p=0,043), Ailesel Beklentiler (p=0,035), Aileden Eleştiri (p=0,01) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı (p=0,023) kadınların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (Şekil 4.8).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının cinsiyete göre mukayese edilmesi Tablo 4.3'te görülmektedir.

Tablo 4.3. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması

	Kadın	Erkek	P[*]
	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	20,0 (16,0-26,0)	21,0 (17,0-26,0)	0,337
KS	25,0 (20,0-30,0)	26,0 (23,0-30,0)	0,043
AB	14,0 (10,0-18,0)	16,0 (13,0-19,0)	0,035
AE	8,0 (5,0-10,0)	9,0 (7,0-11,0)	0,01
YEO	11,0 (9,0-14,0)	12,0 (10,0-14,0)	0,102
D	23,0 (20,0-26,0)	24,0 (21,0-26,0)	0,758
FÇBMÖ	99,5 (87,0-118,0)	105,0 (100,0-120,0)	0,023
RBSÖ	1,5 (1,3-2,5)	1,5 (0,8-2,2)	0,138

*Mann Whitney U testi yapılmıştır. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.8. Cinsiyete göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması

Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde yaş grupları arasında Yaptığından Emin Olamama alt boyutu açısından anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir ($p=0,021$). Bu farklılığın 20-25 yaş grubu ile 31 yaş ve üzeri grup arasındaki farktan kaynaklandığı görülmüştür.

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının yaş gruplarına göre incelenmesi Tablo 4.4'te görülmektedir.

Tablo 4.4. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılması

	20-25 yaş	26-30 yaş	31 yaş ve üzeri	P*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	21,0 (16,5-27,0)	21,0 (17,0-26,5)	18,0 (12,0-24,0)	0,091
KS	26,5 (22,0-30,0)	25,5 (22,0-29,0)	23,0 (18,0-30,0)	0,053
AB	15,0 (11,0-19,0)	16,0 (11,5-18,5)	14,0 (11,0-17,0)	0,159
AE	8,0 (6,0-10,5)	8,0 (6,0-11,0)	8,0 (5,0-10,0)	0,276
YEO	12,0 (9,0-15,0) ^a	11,0 (9,0-14,0) ^{a,b}	10,0 (7,0-12,0) ^b	0,021
D	23,5 (21,0-27,0)	23,0 (20,0-25,0)	24,0 (22,0-26,0)	0,354
FÇBMÖ	107,0 (94,0-121,5)	104,0 (95,0-114,5)	100,0 (77,0-110,0)	0,092
RBSÖ	1,5 (1,3-2,3)	1,5 (1,0-2,5)	1,5 (0,8-2,5)	0,599

*Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range

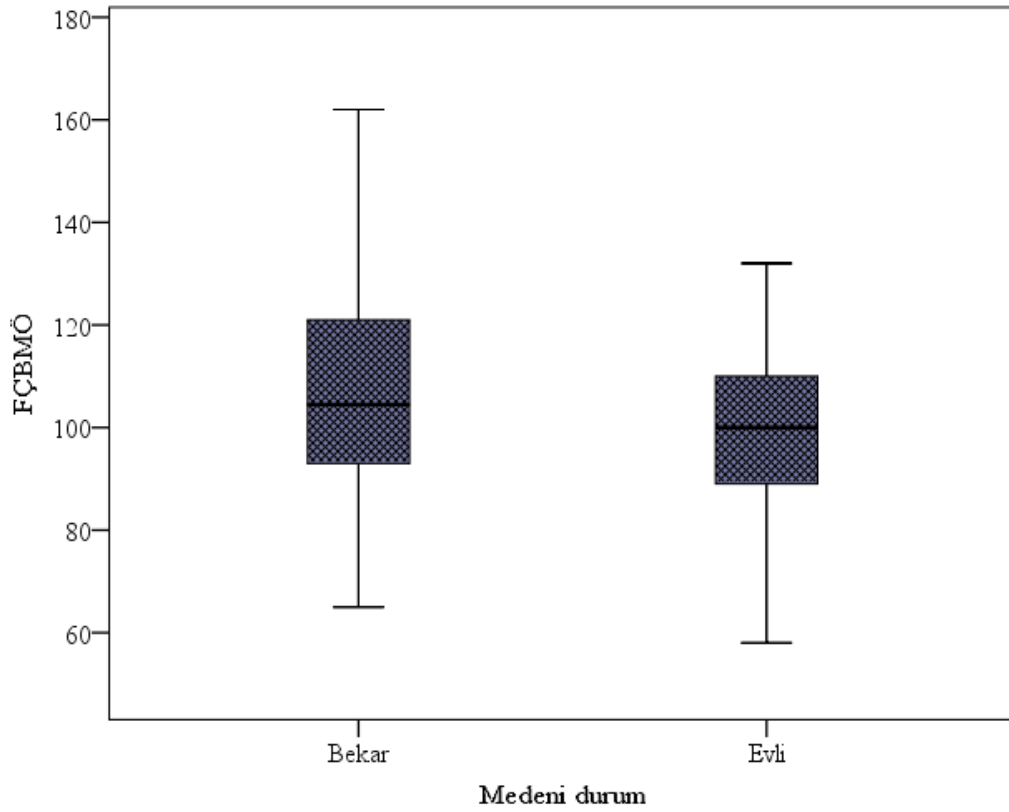
Bekarların FÇBMÖ puanı 104,5 (93,0-121,0) ve evlilerin puanı 100,0 (89,0-110,0) olarak bulunmuştur. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde bekarların HYE (p=0,02), KS (p=0,027), YEO (p=0,02) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği toplam puanı (p=0,039) evli olanların puanından anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Şekil 4.9).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının medeni duruma göre değerlendirilmesi Tablo 4.5'te görülmektedir.

Tablo 4.5. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının medeni duruma göre karşılaştırılması

	Bekar	Evli	P*
	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	21,0 (17,0-28,0)	19,0 (15,0-24,0)	0,02
KS	26,0 (22,0-30,0)	24,0 (20,0-29,0)	0,027
AB	15,0 (11,0-19,0)	14,0 (11,0-18,0)	0,314
AE	8,0 (6,0-11,0)	8,0 (5,0-10,0)	0,356
YEO	12,0 (9,0-15,0)	11,0 (8,0-13,0)	0,02
D	24,0 (21,0-26,0)	23,0 (21,0-26,0)	0,777
FÇBMÖ	104,5 (93,0-121,0)	100,0 (89,0-110,0)	0,039
RBSÖ	1,5 (1,2-2,3)	1,5 (1,3-2,4)	0,889

*Mann Whitney U testi yapılmıştır. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.9. Medeni duruma göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması

Uzmanlık sonrası katılımcılarda branşlar arasında ölçek puanları bakımından önemli farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Uzmanlık sonrası katılımcıların ölçek puanlarının branşa göre incelenmesi Tablo 4.6'da görülmektedir.

Tablo 4.6. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının branşa göre karşılaştırılması

	Dahili	Cerrahi	Temel	p*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	20,0 (16,0-25,0)	18,0 (17,0-22,0)	31,0 (29,0-33,0)	0,117
KS	24,0 (20,0-27,0)	23,0 (23,0-28,0)	29,0 (26,0-29,0)	0,260
AB	14,0 (11,0-17,0)	16,0 (14,0-19,0)	17,0 (17,0-18,0)	0,258
AE	8,0 (6,0-10,0)	9,0 (7,0-11,0)	12,0 (10,0-12,0)	0,133
YEO	11,0 (9,0-13,0)	12,0 (9,0-14,0)	16,0 (13,0-16,0)	0,112
D	24,0 (20,0-25,0)	20,0 (18,0-24,0)	24,0 (23,0-24,0)	0,226
FÇBMÖ	101,0 (90,0-110,0)	103,0 (98,0-105,0)	128,0 (119,0-131,0)	0,172
RBSÖ	1,5 (1,0-2,3)	1,5 (1,0-1,8)	1,8 (1,5-4,1)	0,457

*Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range

Uzmanlık sonrası katılımcılarda çalışma süresi 5 yıl altı olanların Hata Yapma Endişesi puanı 5 yıl ve üzeri olanların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur (p=0,012).

Uzmanlık sonrası katılımcıların ölçek puanlarının meslekteki süreye göre değerlendirilmesi Tablo 4.7’de görülmektedir.

Tablo 4.7. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının meslekteki süreye göre karşılaştırılması

	5 yıl altı	5 yıl ve üzeri	p*
	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	21,0 (18,0-26,0)	18,0 (14,0-24,0)	0,012
KS	26,0 (22,0-28,0)	23,0 (20,0-28,0)	0,164
AB	16,0 (12,0-18,0)	14,0 (11,0-17,0)	0,070
AE	8,0 (7,0-10,0)	8,0 (5,0-10,0)	0,143
YEO	11,0 (9,0-14,0)	10,0 (7,0-13,0)	0,076
D	23,0 (19,0-24,0)	24,0 (21,0-26,0)	0,125
FÇBMÖ	103,0 (95,0-112,0)	100,0 (86,0-108,0)	0,119
RBSÖ	1,5 (1,0-2,5)	1,5 (1,0-2,0)	0,216

*Mann Whitney U testi yapılmıştır. IQR:Interquartile Range

Uzmanlık öncesi öğrencilerinden prelinik grubun FÇBMÖ puanı 121 (109-138), stajiyer doktor grubun 110,5 (97-124) ve intern doktor grubu ise 98 (88-121) olarak bulunmuştur. Uzmanlık öncesi katılımcılarda akademik ünvanı arasında Frost

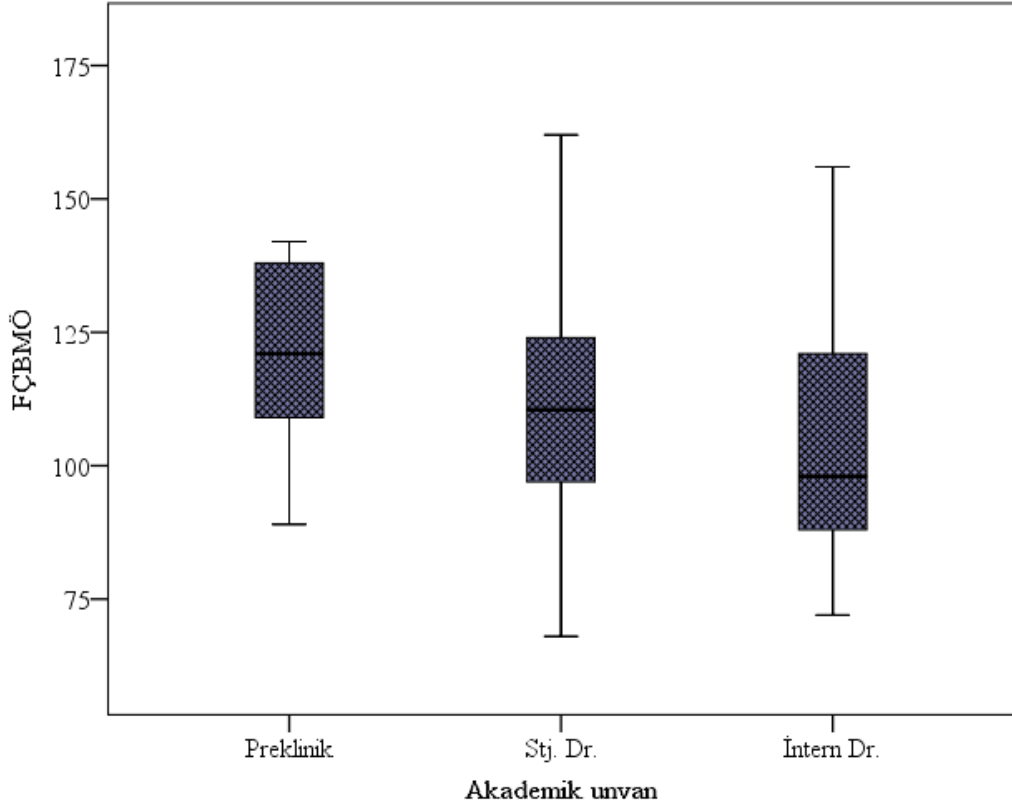
Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı açısından anlamlı farklılık olduğu görülmüştür (p=0,028). Bu farklılığın ise preklinik dönemdeki katılımcılar ile intern doktorlar arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir (Şekil 4.10).

Uzmanlık öncesi katılımcıların ölçek puanlarının akademik ünvana göre değerlendirilmesi Tablo 4.8’de görülmektedir.

Tablo 4.8. Uzmanlık öncesi katılımcılarda ölçek puanlarının akademik ünvana göre karşılaştırılması

	Preklinik	Stj. Dr.	İntern Dr.	P*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	26,0 (21,0-31,0)	22,0 (19,0-29,0)	20,5 (15,0-25,0)	0,114
KS	29,0 (28,0-30,0)	27,0 (24,0-31,0)	26,0 (21,0-30,0)	0,108
AB	20,0 (16,0-21,0)	16,0 (11,0-19,0)	14,0 (12,0-18,0)	0,089
AE	12,0 (7,0-15,0)	9,0 (6,0-11,0)	7,0 (5,0-8,5)	0,125
YEO	16,0 (10,0-17,0)	13,0 (11,0-15,0)	11,0 (9,0-13,0)	0,068
D	24,0 (22,0-26,0)	24,0 (22,0-28,0)	23,0 (21,5-26,0)	0,531
FÇBMÖ	121,0 (109,0-138,0) ^a	110,5 (97,0-124,0) ^{a,b}	98,0 (88,0-121,0) ^b	0,028
RBSÖ	2,5 (1,5-3,1)	1,8 (1,3-2,3)	1,5 (1,3-2,4)	0,235

*Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.10. Mezuniyet öncesi grubun akademik ünvanına göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması

Uzmanlık sonrası katılımcılarda akademik ünvanlar arasında ölçek puanları bakımından önemli farklılık görülmemiştir ($p>0,05$).

Uzmanlık sonrası katılımcıların ölçek puanlarının akademik ünvana göre incelenmesi Tablo 4.9'da görülmektedir.

Tablo 4.9. Uzmanlık sonrası katılımcılarda ölçek puanlarının akademik ünvana göre karşılaştırılması

	Asistan Dr.	Uzman Dr.	Öğretim üyesi	p*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	20,0 (17,0-25,0)	16,5 (12,0-24,0)	9,0 (9,0-24,0)	0,148
KS	25,0 (21,0-28,0)	20,5 (19,0-30,0)	16,0 (16,0-31,0)	0,373
AB	15,0 (11,0-18,0)	14,0 (11,0-17,0)	5,0 (5,0-19,0)	0,423
AE	8,0 (6,0-10,0)	7,0 (5,0-10,0)	4,0 (4,0-5,0)	0,059
YEO	11,0 (9,0-13,0)	11,5 (7,0-13,0)	5,0 (5,0-8,0)	0,065
D	23,0 (19,0-25,0)	24,0 (23,0-24,0)	22,0 (22,0-26,0)	0,350
FÇBMÖ	102,0 (95,0-110,0)	94,5 (77,0-104,0)	61,0 (61,0-117,0)	0,237
RBSÖ	1,5 (1,0-2,3)	1,5 (0,8-2,5)	1,5 (1,5-1,5)	0,822

Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range

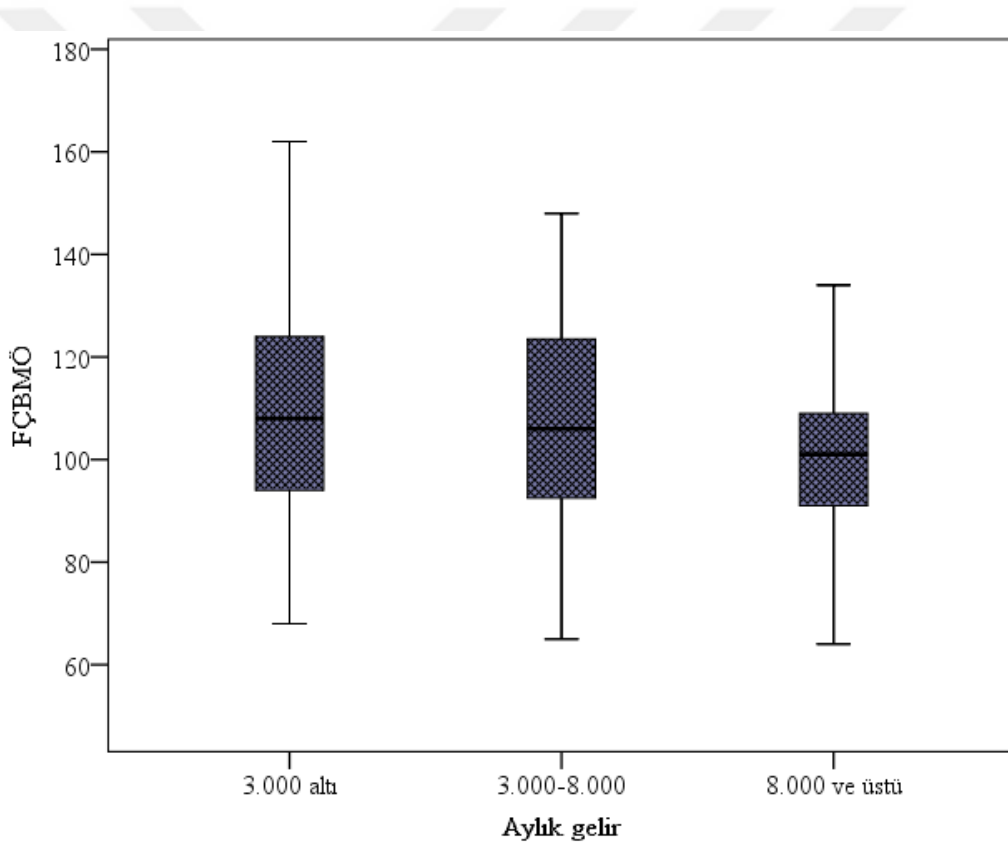
3.000 TL altı alanların FÇBMÖ puanı 108,0 (94,0-124,0), 3.000-8.000 TL alanların 106,0 (90,0-128,0) ve 8.000 ve üzeri alanların ise 101,0 (91,0-109,0) olarak bulunmuştur. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde aylık gelirler arasında Kişisel Standartlar alt boyutu (p=0,004), Yaptığından Emin Olamama (p=0,029), Düzen (p=0,036) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı (p=0,023) açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın bu sayılan puanlar açısından 3.000 altı ile 8.000 üstü grup arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir (Şekil 4.11).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının aylık gelire göre incelenmesi Tablo 4.10'da görülmektedir.

Tablo 4.10. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının aylık gelire göre karşılaştırılması

	3.000 altı	3.000-8.000	8.000 üstü	P*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	22,0 (16,0-28,0)	20,0 (16,0-31,0)	20,0 (17,0-24,0)	0,171
KS	27,0 (23,0-30,0) ^a	26,0 (20,0-29,0) ^{a,b}	24,0 (20,0-27,0) ^b	0,004
AB	15,0 (11,0-19,0)	17,0 (12,0-20,0)	14,0 (11,0-17,0)	0,178
AE	8,0 (5,0-11,0)	8,0 (6,0-12,0)	8,0 (6,0-10,0)	0,917
YEO	12,0 (10,0-15,0) ^a	11,0 (9,0-13,0) ^{a,b}	11,0 (9,0-13,0) ^b	0,029
D	24,0 (22,0-27,0) ^a	24,0 (22,0-28,0) ^{a,b}	23,0 (20,0-24,0) ^b	0,036
FÇBMÖ	108,0 (94,0-124,0) ^a	106,0 (90,0-128,0) ^{a,b}	101,0 (91,0-109,0) ^b	0,023
RBSÖ	1,8 (1,3-2,5)	1,5 (1,0-2,5)	1,5 (1,0-2,2)	0,219

*Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.11. Aylık gelire göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması

Aile evinde yaşayanların FÇBMÖ puanı 101,5 (89,0-112,0), yalnız yaşayanların 104,5 (100,0-126,5) ve yurt/arkadaş ile yaşayanların ise 109,0 (94,0-124,0) olarak bulunmuştur. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde aylık gelirler arasında Hata Yapma Endişesi alt boyutu ($p=0,026$), Ailesel Beklentiler alt boyutu ($p=0,009$) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmellikçilik Ölçeği toplam puanı ($p=0,027$) açısından anlamlı

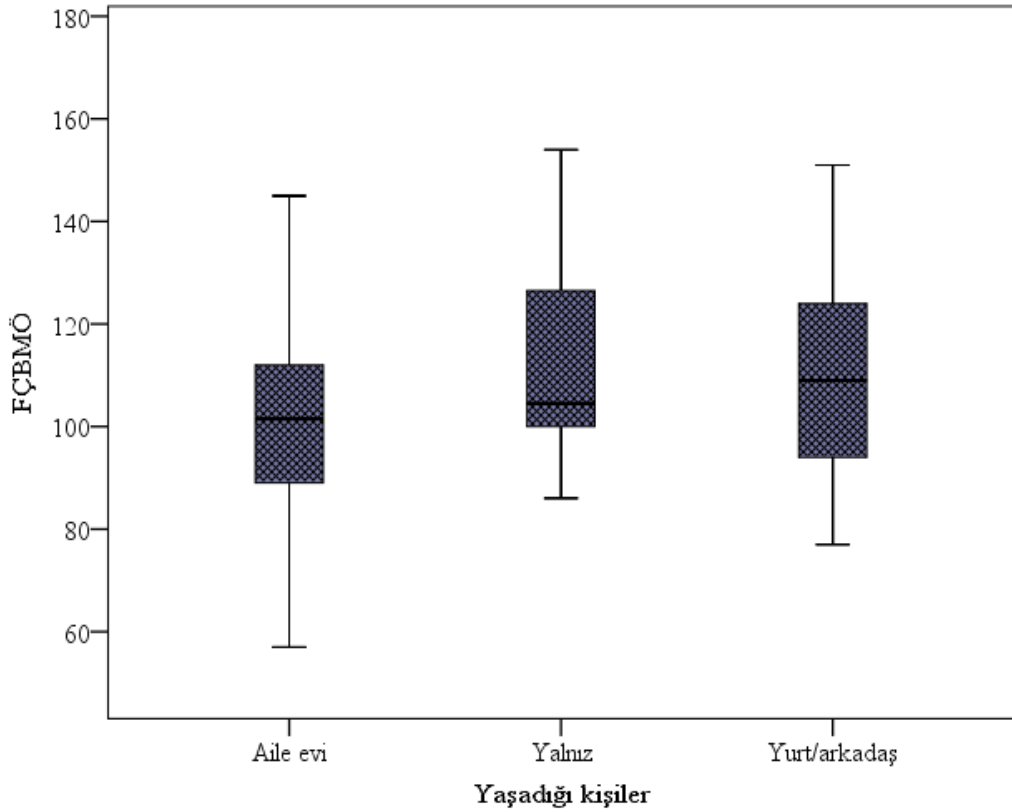
farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın bu sayılan puanlar açısından aile evinde yaşayanlar ile yalnız yaşayanlar arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir (Şekil 4.12).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının birlikte yaşanan kişilere göre incelenmesi Tablo 4.11’de gösterilmiştir.

Tablo 4.11. Bütün katılımcılarda ölçek puanlarının birlikte yaşanan kişilere göre karşılaştırılması

	Aile evi	Yalnız	Yurt/arkadaş	p*
	Median (IQR)	Median (IQR)	Median (IQR)	
HYE	19,0 (15,0-26,0) ^a	22,0 (19,0-29,5) ^b	22,0 (19,0-26,0) ^{a,b}	0,026
KS	24,5 (20,0-30,0)	27,0 (23,0-30,0)	26,0 (24,0-29,0)	0,098
AB	14,0 (11,0-17,0) ^a	17,0 (14,5-19,0) ^b	16,0 (13,0-19,0) ^{a,b}	0,009
AE	8,0 (5,0-10,0)	8,5 (6,0-12,0)	8,0 (6,0-12,0)	0,187
YEO	12,0 (9,0-14,0)	11,0 (9,0-14,0)	12,0 (10,0-14,0)	0,787
D	23,0 (21,0-26,0)	24,0 (20,5-26,5)	24,0 (22,0-27,0)	0,579
FÇBMÖ	101,5 (89,0-112,0) ^a	104,5 (100,0-126,5) ^b	109,0 (94,0-124,0) ^{a,b}	0,027
RBSÖ	1,5 (1,3-2,4)	1,3 (0,8-2,3)	1,5 (0,8-2,3)	0,474

*Kruskal Wallis testi yapılmıştır. ^{a,b}Farklılığın kaynaklandığı grubu temsil etmektedir. IQR:Interquartile Range



Şekil 4.12. Yaşanılan kişilere göre FÇBMÖ puanının karşılaştırılması

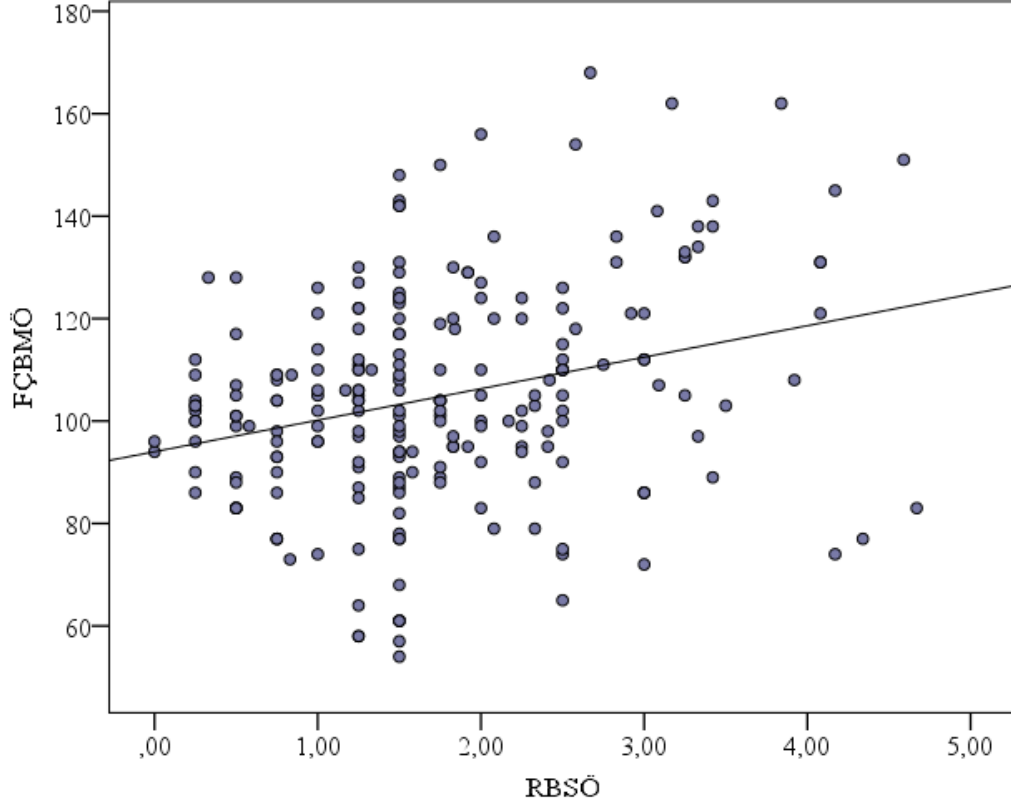
Yaş ile meslek süresi arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon görüldüğü saptanmıştır. Yaş ile HYE, KS, YEÖ alt boyutları ve FÇBMÖ'den alınan toplam puanlar arasında ters yönlü anlamlı korelasyon vardır. Meslek süresi ile HYE, KS, AB, AE, YEÖ ve FÇBMÖ'den alınan toplam puan arasında zıt yönlü anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. HYE alt boyutu ile KS, AB, AE, YEÖ alt boyutları, ve FÇBMÖ toplam puanı ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır. KS ile FÇBMÖ alt boyutları, toplam puanı ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon tespit edilmiştir AB ile AE, YEÖ ve FÇBMÖ toplam puanı arasında pozitif yönde önemli bir korelasyon belirlenmiştir. AE ile YEÖ, FÇBMÖ toplam puan ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon görülmüştür. YEÖ ile FÇBMÖ toplam puan ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon görülmüştür. FÇBMÖ toplam puan ile RBSÖ puanı arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon izlenmiştir (Şekil 4.13).

Çalışmaya dahil edilenlerin ölçek puanlarının korelasyon analizleri Tablo 4.12'de gösterilmiştir.

Tablo 4.12. Bütün katılımcıların yaş, meslek süresi ve ölçek puanlarının korelasyonu

		Yaş	Meslek süresi	HYE	KS	AB	AE	YEO	D	FÇBMÖ
Meslek süresi	r	,817								
	p	,000								
HYE	r	-,168	-,330							
	p	,012	,000							
KS	r	-,228	-,234	,691						
	p	,001	,008	,000						
AB	r	-,115	-,285	,436	,462					
	p	,088	,001	,000	,000					
AE	r	-,034	-,279	,566	,298	,628				
	p	,617	,001	,000	,000	,000				
YEO	r	-,230	-,276	,592	,519	,383	,495			
	p	,001	,002	,000	,000	,000	,000			
D	r	-,073	,169	,039	,295	,050	-,076	,099		
	p	,281	,056	,562	,000	,459	,258	,142		
FÇBMÖ	r	-,206	-,271	,847	,846	,669	,627	,705	,311	

	p	,002	,002	,000	,000	,000	,000	,000	,000	,000
RBSÖ	r	-,059	-,088	,307	,146	,125	,258	,275	-,005	,255
	p	,383	,326	,000	,029	,063	,000	,000	,946	,000



Şekil 4.13. FÇBMÖ ile RBSÖ puanlarının korelasyonu

5. TARTIŞMA

Üniversite, eğitim hayatları boyunca öğrencilerin akademik açıdan birçok üstüne düşen görev ve sorumlulukları yerine getirmelerini zorunlu kılmaktadır. Bu bahsi geçen sorumlulukları başarılı bir şekilde gerçekleşmesini etkileyen birçok kişisel etmenler vardır. Akademik başarı üzerinde etkisi olduğu iddia edilen bu etmenlerden biri de mükemmeliyetçiliktir (68). Kişilik özelliği olarak kabul edilen mükemmeliyetçilik (21), kişinin kendisiyle alakalı yüksek hedefler belirlemesi (10) ve bu hedeflere ulaşma azmini barındırmaktadır (69). Benlik saygısı ise kişinin kendisi üzerinde olumlu veya olumsuz tutum ve davranışlarını içermektedir (70). Mükemmeliyetçilik ile benlik saygısı kavramı birbirleri ile ilişkili olarak değerlendirilebilir. Birinin olması diğerini etkilemektedir ve kişinin benlik saygısının yüksek olması aynı zamanda mükemmeliyetçilik için ön koşullardan biri olarak kabul edilebilir. Bu durum akademik anlamda ayrı bir önem kazanmaktadır. Tıp fakültesi öğrencileri ve mezunları da bu ikili ilişkinin yoğun yaşandığı fakültelerden biridir. Bundan dolayı çalışmamızda tıp fakültesi öğrencileri ile mezunlarının mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı ilişkisi ilgili diğer parametreler ile birlikte değerlendirilmiştir.

Gündoğdu'nun (71) araştırma görevlilerine yönelik yapmış olduğu çalışmasında katılımcıların %55'i kadın, %54,6'sı evli, en fazla yoğunlukta bulunan yaş aralığı ise 26-30 olarak bulunmuştur. Hacibeyoğlu ve ark. (72) tarafından tıp fakültesi araştırma görevlilerine yönelik yapmış olduğu çalışmada araştırma görevlilerinin %56,7'si erkekler, %43,3'ü kadınlar oluştururken ve araştırma görevlilerinin yaş ortalaması $27,83 \pm 2,82$ olarak bulunmuştur. Marakoğlu ve ark. (73) tarafından bir tıp fakültesindeki araştırma görevlilerine yönelik yapılmış çalışmasında katılımcıların %47,5'i kadınlar, %52,5'i ise erkekler oluştururken çalışmaya dahil edilen katılımcıların %83,8'i 24-30 yaş aralığındadır. Yine bu çalışmada katılımcıların %50,6'sı evlidir. Çıtıl ve ark. (74) tarafından tıp fakültesi öğrencilerine yönelik yapılan bir çalışmada öğrencilerin %62,9'u kadın, %37,1'i ise erkek olup yaş ortalaması $20,8 \pm 2,0$ olarak bulunmuştur. Ergin ve ark. (75) tarafından bir tıp fakültesi öğrencilerine yönelik yapılan çalışmasında öğrencilerin yaş ortalaması $20,8 \pm 2,38$ olarak saptanmış ve çalışmaya katılanların %45,4'ünü erkek, %54,5'ini ise kadın öğrenciler oluşturmaktadır. Bizim çalışmamızda mezuniyet öncesi grubun %52,6'sı kadın, %47,4'ü erkek olarak bulunmuş olup %86,3'ü

20-25 yaş aralığındadır ve yaş ortalaması $23,7 \pm 2,0$ olarak bulunmuştur. Yine mezuniyet öncesi grubun %4,2'si evlidir. Mezuniyet sonrası grubun %68,8'i kadın, %31,3'ü erkek olup %63,3'ü 26-30 yaş aralığındadır ve yaş ortalaması $30,7 \pm 5,2$ 'dir. Yine mezuniyet sonrası grubun %53,9'u evlidir. Mezuniyet sonrası grubun yaş ortalaması ve evli olma oranı mezuniyet öncesi grubun yaş ortalaması ve evli olma oranından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Tıp fakültesini bitiren öğrenciler uzmanlık eğitimi için dahili, cerrahi ve temel bilimlerden birini seçerek ihtisas yapmak istemektedirler. Türkol ve ark. (76) tarafından yapılan çalışmada asistanların %50,6'sının dahili bilimlerde çalıştığı, %41,3'ünün cerrahi bilimlerde ve %8,1'inin temel tıp alanında görev aldığı belirlenmiştir. Mutlu ve ark. (77) tarafından yapılan çalışmada araştırma görevlilerinin %83'ü dahili bilimlerde, %16'sı cerrahi bilimlerde ve %1'i temel bilimlerde asistanlık yapmaktadır. Bizim çalışmamızda da benzer şekilde mezuniyet sonrası grubun %82,8'i dahili bilimlerde, %13,3'ü cerrahi bilimlerde ve %3,9'u temel bilimlerde görev yapmaktadır. Dahili bilimlerde daha fazla katılımcı olması bu branşa bağlı bölüm sayısının daha fazla olması, cerrahi branşta ameliyathane şartlarının yoğun olması nedeniyle ulaşılabilirliğin az olması, son dönemde tıp mezunlarının cerrahi branşa yöneliminin azalması ile alakalı olabilir.

Ülkemizde tıp fakültesi öğrencilerine diğer fakültede okuyanlara verilen burslar dışında herhangi bir ekonomik destek verilmemektedir. Sadece son sınıf öğrencilerine hastanede bilfiil çalışmaları nedeniyle cüzi miktarda aylık ödeme yapılmaktadır. Oysa mezun olan öğrenciler asistanlığa başladıklarında direk maaş alabilmektedirler. Sönmez ve ark. (78) tarafından yapılan çalışmada asistan doktorların %53,9'u 5000-7500 TL, %36'sı ise 7500 TL üstü aylık gelir elde etmektedirler. Gündoğdu'nun (71) yapmış olduğu çalışmada araştırma görevlilerinin %77,6'sı aylık 6001-9000 TL arası gelir elde etmektedirler. Bizim çalışmamızda da benzer şekilde mezuniyet sonrası grubun %82'si aylık 8000 TL ve üzeri gelir elde etmektedirler. Buna karşın mezuniyet öncesi grubun tamamı 3000 TL altı aylık gelir elde etmektedirler.

Tıp fakültesi öğrencileri ve mezuniyet sonrası asistanlık yapan hekimlerin birlikte yaşadıkları kişiler sosyal ve ekonomik nedenlerden dolayı farklılık gösterebilmektedir. Ergin ve ark. (79) tarafından yayınlanan bir çalışmada tıp fakültesi öğrencilerinin %37,8'i ev arkadaşlarıyla, %27,7'si ailesiyle, %19,2'si yurttan ve

%13,2'si evde tek başına yaşamaktadır. Çetin'in (80) tıp fakültesi araştırma görevlilerine yönelik yapmış olduğu çalışmasında katılımcıların %42,3'ü evde tek başına, %25,9'u eşi ve çocukları ile, %23,1'i anne babası ile kalmaktadır. Bizim çalışmamızda mezuniyet öncesi grubun %62,1'i ailesi ile, %30,5'i yurtta/arkadaşı ile kalmaktadır. Mezuniyet sonrası grubun ise %77,3'ü ailesi ile, %19,5'i yalnız yaşamaktadır. Mezuniyet öncesi grubun ailesi ile kalma oranının yüksek olması tıp kazanan öğrencilerin üniversite tercihi yaparken önceliğinin kendi şehirleri olması ile alakalı olabilir. Aynı şekilde mezuniyet sonrası grubun çoğunluğunun aile evinde kalması evli olmaları ile alakalıdır denebilir.

Mükemmeliyetçilik ile akademik başarı arasında önemli bir ilişki bulunmaktadır. Bu konu hakkında yapılan çalışmalar sağlıklı/olumsuz tarzdaki mükemmeliyetçiliğin akademik başarı üzerinde negatif etkisi olduğunu (81), sağlıklı/olumlu tarzdaki mükemmeliyetçiliğin ise akademik başarı üzerinde pozitif etkilerinin olduğunu göstermektedir (82). Bizim çalışmamızda mezuniyet sonrası mükemmeliyetçilik ölçek puanı mezuniyet öncesi puandan anlamlı şekilde düşük bulunmuştur. Literatürde tıp fakültelerinde mezuniyet öncesi ve sonrasını mükemmeliyetçilik açısından karşılaştıran çalışmaya rastlanmamış olduğu için direkt karşılaştırma mümkün olmamıştır. Fakat mezuniyet sonrası grubumuzun neredeyse tamamının asistan ya da öğretim üyesi olduğu düşünülürse bir anlamda akademik ilerleme olduğu düşünülebilir. Fakat çalışmamızda mezuniyet sonrası grubun mükemmeliyetçiliğinin düşük çıkmış olması çelişkili görünmektedir. Bu durum tıp fakültesinde eğitim gören öğrencilerin henüz hasta ile birebir sorumluluk olarak karşılaşmadıkları için daha mükemmeliyetçi olmaları ve mezun olanların ise hastalar ve onların zorlukları ile birebir karşılaşmış olmaları nedeniyle mükemmeliyetçiliklerini kaybetmiş olmaları ile alakalı olabilir. Çünkü teorik anlamda idealist olan öğrencilerin görmüş oldukları eğitimleri sahada uygulamaya çalışmaları sonucunda zaman zaman hasta-hekim problemleri nedeniyle idealizmlerinden uzaklaştıkları düşünülebilir. Bu durum elbette ki mükemmeliyetçilik duygusuna da zarar vermektedir. Aynı şey tıp fakültesi öğrencilerinin klinik dersleri alıp almamaları ile de ilgili olabilir. Zira çalışmamızda prelinik dönemdeki öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeyi intern doktorların düzeyinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.

Yapılan çalışmalarda, mükemmeliyetçilik ve cinsiyet arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmaların az oranda olmasının yanında mevcut çalışmalarda bu husus ile

alakalı temel bir çıkarımının olmadığı dikkati çekmektedir. Ayrıca bu durumu inceleyen çalışmaların çoğunda cinsiyetler arasında mükemmeliyetçilik özelliklerine göre ayırım görülmediği ifade edilmektedir (83, 84). Yılmaz ve ark. (85) tarafından üniversite öğrencilerine yönelik yapılan çalışmaya göre erkeklerin kişisel standartlar, ailesel eleştiriler ve mükemmeliyetçilik toplam puan ortalaması kadınların ortalamasından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Abuhanoğlu ve ark. (86) tarafından üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik seviyelerinin araştırıldığı çalışmaya göre erkeklerin kadınlardan anlamlı derecede daha yüksek mükemmeliyetçi düzeyine sahip oldukları sonucuna varmışlardır. Erbaş (87)'ın öğretmen adayları üzerinde yaptığı araştırmada da erkeklerin kadınlara göre anlamlı düzeyde daha mükemmeliyetçi olduğu sonucuna varılmıştır. Yapılan diğer çalışmalarda da benzer şekilde erkeklerin mükemmeliyetçilik düzeylerinin kızlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (88, 89). Bizim çalışmamızda da benzer şekilde erkeklerin kişisel standartlar, ailesel beklentiler, aileden eleştiri ve mükemmeliyetçilik toplam puanı kadınların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu durum özellikle toplumumuzda erkeklerin yetiştiriliş tarzından dolayı liderlik ve yöneticilik vasıflarının kendilerine daha fazla yüklenmesi nedeniyle daha mükemmeliyetçi olmaları ile alakalı olabilir.

Cinsiyet ile benlik saygısı arasında ilişki olduğu varsayılsa bile yapılan çalışmalarda herhangi bir konsensus sağlanamamıştır. Efiltili ve Çıkılı (62) tarafından yapılan bir makalede öğrencilerin cinsiyet faktörüne göre benlik saygısı düzeyleri değerlendirilmiş ve bu değişkenler arasında da önemli bir farklılık görülmemiştir. Uyanık Balt ve Akman tarafından (90) lise öğrencileri üzerinde yapılmış olan çalışmaya göre öğrencilerde cinsiyet ile benlik saygısı arasında bir farklılık görülmemiştir. Bununla beraber Gür (91) ve Aksoy (92)'un yaptıkları çalışmalarda da benzer şekilde cinsiyetin benlik saygısı üzerinde bir etkisinin bulunmadığı görülmüştür. Ama buna karşın kadın katılımcıların benlik saygısının erkek katılımcılardan yüksek olduğu çalışmalar (93-97) olduğu gibi erkek katılımcıların benlik saygısının kadın katılımcılardan yüksek olduğu çalışma da (98) bulunmaktadır. Bizim çalışmamızda ise cinsiyetler arasında benlik saygısı puanı açısından anlamlı farklılık görülmemiştir.

Yaş ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki de kesinleşmemiştir. Bu konuda çalışmalar birbirinden farklı sonuçlar verebilmektedir. Yılmaz ve ark. (85) tarafından yapılan çalışmada Öğrencilerin yaşlarına göre mükemmeliyetçilik düzeyleri ele alındığında mükemmeliyetçiliğin alt boyutları olan ailesel eleştiriler düzeyinde anlamlı

derecede bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra genel mükemmeliyetçilik ve diğer alt boyutlarda anlamlı fark tespit edilememiştir. Yaoar'ın (99) yapmış olduğu çalışmada mükemmeliyetçiliğin yaşa göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Enns ve ark. (100), Jongea ve Wallerb (101) ve Kıral ve Çavuş (102) yaptıkları çalışmalara göre katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinde yaşlarına göre anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Büyükbayraktar'ın (103) üniversite öğrencilerine yönelik gerçekleştirmiş olduğu araştırmasında, mükemmeliyetçilikte yaşlara göre farklılıklar olduğu görülmüş ve yaşlandıkça mükemmeliyetçi eğilimlerin düşüşe geçtiği rapor edilmiştir. Bizim çalışmamızda ise yaş gruplarına göre incelendiğinde 20-25 yaş grubu olanların yaptığından emin olamama alt boyut düzeyi 31 yaş ve üzeri olanların düzeyinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Fakat çalışmamızda yapılan korelasyon analizine göre yaş arttıkça mükemmeliyetçilik toplam puanı, kişisel standartlar, hata yapma endişesi ve yaptığına güvenmeme alt boyut puanlarının azaldığı görülmüştür.

Madan ve Karagözoğlu (104) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinin medeni duruma göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Erdoğan ve ark. (105)'nin yapmış olduğu çalışmada yine katılımcıların mükemmeliyetçilik düzeylerinin medeni duruma göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Aboalshamat ve ark. (106) tarafından yapılan çalışmada evli ve bekarlar arasında mükemmeliyetçilik açısından anlamlı farklılık görülmemiştir. Stoeber ve ark. (107)'nin yapmış olduğu çalışmada da benzer şekilde medeni durum arasında mükemmeliyetçilik puanı açısından anlamlı farklılık bulunmamıştır. Buna karşın bizim çalışmamızda bekarların mükemmeliyetçilik puanı evlilerin puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bu durum çalışmamızda mezuniyet öncesi katılımcıların neredeyse tamamının evlenmemiş olduğu düşünüldüğünde tıp fakültesinde okuyan ve hala meslek hayatına geçmemiş kişilerin henüz hayatın zorlukları ve gerçekleriyle karşılaşmamış olmaları ile alakalı olabilir.

Meslekteki deneyim arttıkça beklenti düzeyi düşmekte ve işe yeni başlayanlarda gerçek dışı beklentiler görülmektedir. Bu da kişilerin mükemmeliyetçiliklerini etkilemektedir (108). Dişbudak'ın (109) yaptığı çalışmada öğretim elemanlarının mükemmeliyetçilik boyutlarına bakıldığında düzen alt boyutlarına ilişkin algılarında mesleki kıdem değişkeni açısından farklılık bulunmazken hata yapma üzerine yoğun ilgi, davranışlardan şüphe etme, ebeveyn beklentileri, aile eleştiriciliği ve bireysel standartlar alt boyutlarında farklılıklar görülmektedir. 1-5 yıl arasında çalışma süresine

sahip öğretim elemanlarının hata konusuna yoğun ilgi, davranışlardan şüphe duyma ve ebeveyn beklentileri ortalama puanları çalışma süresi daha fazla olan öğretim elemanlarının ortalama puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Uysal'ın (110) çalışmasında mesleki kıdem değişkeni yönünden elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde; hata konusunda yoğun ilgi alt boyutunda farklılık saptanmıştır ve 21 yıl ve üzeri çalışma süresi olan öğretmenlerin hataya aşırı ilgi alt boyutundan aldığı toplam puan ortalamaları, mesleğin ilk 5 yılını doldurmamış öğretmenlere kıyasla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bizim çalışmamızda meslekteki süresi 5 yıl altı olanların hata yapma endişesi alt boyut puanı 5 yıl ve üzeri olanların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Kategorik olarak bakıldığında diğer alt boyutlar ve toplam mükemmeliyetçilik puanı açısından anlamlı farklılık olmasa bile yapılan korelasyon analizinde meslekteki süre ile düzen dışındaki tüm alt boyutlar ve mükemmeliyetçilik toplam puanı arasında zıt yönlü anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Çalışmamızın sonuçlarının literatür ile uyumlu olduğu söylenebilir.

Eskiili (111) erişkinlerin mükemmeliyetçilik düzeyleri ile bazı değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Sonuç olarak mükemmeliyetçiliğin gelir durumuna bağlı olarak değişmediği görülmüştür. Yılmaz ve ark. (85) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin ailelerinin gelir durumlarına göre mükemmeliyetçilik düzeylerinde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bunun karşın Camadan (112) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin sosyoekonomik durumlarına göre mükemmeliyetçilik düzeyleri ele alınmış ve öğrencilerin mükemmeliyetçilik düzeylerinde sosyoekonomik durumlarına göre anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşmışlardır ve kişisel standartlar ve düzen alt boyutlarında sosyoekonomik düzey arttıkça mükemmeliyetçiliğin düştüğü görülmüştür. Bizim çalışmamızda da kişisel standartlar, yaptığından emin olamama, düzen ve mükemmeliyetçilik toplam puanı aylık gelir arttıkça düştüğü görülmüştür.

Erol'un (113) yapmış olduğu çalışmada birlikte yaşanan kişi değişkenine göre mükemmeliyetçilik puanı açısından anlamlı farklılık görülmüştür. Buna göre tek başına yaşayanların mükemmeliyetçilik düzeyi aile ile yaşayanların düzeyinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Bizim çalışmamızda da benzer şekilde yalnız yaşayanların mükemmeliyetçilik düzeyi aile evinde yaşayanların düzeyinden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Mükemmeliyetçiliğin kişileri yalnızlaştırabilmektedir (114). Bunun sebepleri arasında mükemmeliyetçilik özellikleri olan kişilerin yaptıklarından genellikle

Őpne duymaları, eleştirilere karşı hassasiyetleri ve duygusal dŐzensizlik yaŐamaları gibi faktĐrlerden sĐz edilmektedir (115).



6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Çalışmamız Şubat 2021-Mart 2021 tarihleri arasında çalışmaya katılmayı kabul eden İnönü Üniversitesi Turgut Özal Tıp Merkezi hastanesinde çalışmakta olan hekimler ve 18 yaşından büyük ve tıp fakültesi öğrencileri üzerinde anket uygulanarak gerçekleştirilmiştir.

1. Çalışmaya 95'i (%42,6) mezuniyet öncesi ve 128'i (%57,4) mezuniyet sonrası olmak üzere toplam 223 katılımcı dahil edilmiştir
2. Mezuniyet öncesi grubun Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği'nin Kişisel Standartlar ($p=0,001$), Yaptığından Emin Olamama ($p=0,008$) ve toplam puanı ($p=0,015$) mezuniyet sonrası grubun puanlarından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Diğer alt boyutlar ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği toplam puanı bakımından gruplar arasındaki farkın önemli görülmediği tespit edilmiştir ($p>0,05$).
3. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde erkeklerin Kişisel Standartlar ($p=0,043$), Ailesel Beklentiler ($p=0,035$), Aileden Eleştirisi ($p=0,01$) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği toplam puanı ($p=0,023$) kadınların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur.
4. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde yaş grupları arasında Yaptığından Emin Olamama alt boyutu açısından gruplar arasında saptanan farkın istatistiki olarak anlamlı görülmüştür ($p=0,021$). Saptanan bu farkın 20-25 arasındaki kişiler ile 31 yaş ve üzeri kişiler arasındaki farklılıktan kaynaklandığı görülmüştür.
5. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde bekarların Hata Yapma Endişesi ($p=0,02$), Kişisel Standartlar ($p=0,027$), Yaptığından Emin Olamama ($p=0,02$) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyeçilik Ölçeği toplam puanı ($p=0,039$) evli olanların puanından anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir.
6. Uzmanlık sonrası katılımcılarda çalışma süresi 5 yıl altı olanların Hata Yapma Endişesi puanı 5 yıl ve üzeri olanların puanından anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p=0,012$).

7. Uzmanlık öncesi katılımcılarda akademik ünvana arasında Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı açısından anlamlı farklılık olduğu görülmüştür ($p=0,028$). Bu farklılığın ise preklinik dönemdeki katılımcılar ile intern doktorlar arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir.
8. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde aylık gelirler arasında Kişisel Standartlar alt boyutu ($p=0,004$), Yaptığından Emin Olamama ($p=0,029$), Düzen ($p=0,036$) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı ($p=0,023$) açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın bu sayılan puanlar açısından 3.000 altı ile 8.000 üstü grup arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir.
9. Bütün katılımcılar beraber değerlendirildiğinde aylık gelirler arasında Hata Yapma Endişesi alt boyutu ($p=0,026$), Ailesel Beklentiler alt boyutu ($p=0,009$) ve Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği toplam puanı ($p=0,027$) açısından anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılığın bu sayılan puanlar açısından aile evinde yaşayanlar ile yalnız yaşayanlar arasındaki farktan kaynaklandığı belirlenmiştir.
10. Yaş ile meslek süresi arasında aynı yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. Yaş ile HYE, KS, YEÖ ve FÇBMÖ toplam puanı arasında zıt yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Meslek süresi ile HYE, KS, AB, AE, YEÖ ve FÇBMÖ toplam puanı arasında zıt yönde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. HYE alt boyutu ile KS, AB, AE, YEÖ alt boyutları, ve FÇBMÖ toplam puanı ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon bulunmaktadır. KS ile FÇBMÖ alt boyutları, toplam puanı ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. AB ile AE, YEÖ ve FÇBMÖ toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. AE ile YEÖ, FÇBMÖ toplam puan ve RBSÖ puanı arasında aynı yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. YEÖ ile FÇBMÖ toplam puan ve RBSÖ puanı arasında aynı yönde giden anlamlı bir korelasyon saptanmıştır. FÇBMÖ toplam puan ile RBSÖ puanı arasında aynı yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir korelasyon olduğu görülmüştür.

11. Tıp Fakültesi hem lisans dönemi hem de lisans sonrası çalışma şartları zor olan ve uzun bir süreci olan bölüm olduğu için bu zorlukların göze alınabilmesi için kişilerin içsel anlamda ideali yaşama arzusu, mükemmeliyetçilik ve benlik saygılarının yüksek olması gerekmektedir. Fakat bu mükemmeliyetçilik ve benlik saygısı zamanla, hasta ile karşılaşma ile değişebilmektedir. Bu değişikliğin azaltılması için öğrencilerin eğitim sistemlerine klinik uygulamaların ilk senelerden itibaren konulması ve bu tür derslerin artırılması faydalı olabilir. Aynı zamanda öğrencilerin staj dönemine başlamalarından itibaren birebir hasta ile ilgili sorumluluğu alabilmektedir bundan dolayı öğrencilere bu dönemlerde maddi destek sağlanması da faydalı olabilir.



KAYNAKLAR

1. Ashby JS, Kottman T. Inferiority As A Distinction Between Normal And Neurotic Perfectionism. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research & Practice*, 1996;52 (3): 237-245.
2. Slaney RB, Rice KG, Mobley M, Trippi J, Ashby JS. The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 2001;34 (3): 130-145.
3. Burns DD. The Perfectionist's Script for Self-defeat. *Psychology Today*, 1980; 14(6):34-51.
4. Hill RW, Zrull MC, Turlington S. Perfectionism and Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment*, 1997;69:81-103.
5. Gül SE, Yılmaz A, Berksun O. Mükemmeliyetçiliğin Depresyon, Antidepresan Yanıt ve İntihar Düşüncesi İle İlişkisi. *Klinik Psikofarmakoloji Bülteni*, 2009;19 (1): 48-54.
6. Esenay, F.I. (2002). Üniversite öğrencilerinde Sağlık davranışlarının Sosyal destek ve Benlik Saygısı ile İlişkinin İncelenmesi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi.
7. Özmenteş G. Mesleki Müzik Eğitimi Alan Öğrencilerin Müzik Özyeterlikleri, Benlik Saygıları ve Bireysel Özellikleri Arasındaki İlişkiler. *Eğitim ve Bilim Education and Science*, 2014;39 (171), 138-142.
8. Karataş Z, Cakar FS. Self-Esteem and Hopelessness, and Resiliency: An Exploratory Study of Adolescents in Turkey. *International Education Studies*, 2011; 4 (4), 84-91.
9. Egan, S. J., Tracey D. W., Roz S., and Matin M. A. (2014). *Cognitive-Behavioral Treatment Of Perfectionism*. New York: Guilford Publications.
10. Flett, L. G., ve Hewitt, P.L. (2002). Perfectionism and maladjustment: An overview of theoretical, definitional, and treatment issues. In Flett, L. G., ve Hewitt, P. L. (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment*, 5-31. Washington, DC: American Psychological Association.

11. Oxford Dictionary [10.03.2021]. Perfectionism. <https://en.oxforddictionaries.com/definition/perfectionism>.
12. Shafique N, Gul S, Raseed, S. Perfectionism and perceived stress: The role of fear of negative evaluation. *International Journal Of Mental Health*, 2017; 46(4), 312-326.
13. Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
14. İnanç, Y.B., ve Yerlikaya, E.E. (2008). *Kişilik Kuramları (1. Baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
15. Rice, K.G., ve Preusser, K.J. (2002). The Adaptive/Maladaptive Perfectionism Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(4), 210-222.
16. Antony M. M. ve Swinson R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik, Dost Sandığınız Düşman (When Perfect isn't Good Enough)*. Çeviri: Aslı Açıkgöz. İstanbul:Kuraldışı Yayınevi.
17. Slaney, R. B., ve Ashby, J. (1996). Perfectionists: Study of a criterion group. *Journal of Counselling and Development*, 74 (4), 393-398.
18. Slade, P.D., ve Owens, R.G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behaviour Modification*, 22(3), 372-390.
19. Moser, J.S., Slane, J.D., Burt, A. S., and Klump, K. L. (2002). Etiologic relationships between anxiety and dimensions of maladaptive perfectionism in young adult female twins. *Depression and Anxiety*, 29(1), 47-53.
20. Kawamura, K.Y, Frost, R. O., and Harmatz, M. G. (2002). The relationship between perceived parenting styles to perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 32(2), 317–327.
21. Rice, K. G., Ashby, J. S., ve Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 304-314.
22. Saboonchi, F., ve Lundh, L. G. (1997). Perfectionism, self-consciousness and anxiety. *Personality & Individual Differences*, 22(6), 921-928.

23. Hewitt, P. L., Flett, G. L, ve Turnbull-Donovan, W. (1992). Perfectionism and multiphasic personality inventory (MMPI) indices of personality disorder. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 14(4), 323-335.
24. Hart, B. A., Gilner, F. H., Handal, P. J., ve Gfeller, J. D. (1998). The relationship between perfectionism and self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 24(1), 109-113.
25. Frost, R. O., Marten, P. A., Lahart, C. ve Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449-468.
26. Hewitt, P.L., ve Flett, G.L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
27. Kıral, E. (2012). İlköğretim okulu ve yöneticilerinin mükemmeliyetçilik algısı ve kontrol odağı ile ilişkisi. Yayınlanmamış doktora tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
28. Koydemir, S., Selşik, Z. E. S., & Tezer, E. (2016). Evlilik uyumu ve mükemmeliyetçilik boyutları arasındaki ilişkiler. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2016; 3(23):65-75.
29. Kaya F. ve Peker, A . (2016). The Relationship Between Perfectionism and Forgiveness of University Students: The Mediator Role of Emotional Intelligence. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 15 (4), 1086-1094.
30. Alim, E. (2018). Ergenlerde mükemmeliyetçilik, öznel iyi oluş ve depresyon arasındaki ilişkilerin incelenmesi (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
31. AYDEMİR, M., & ARLI, N. B. (2019). Öğrencilerde Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Algısının Benlik Saygısı ve Stres ile İncelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 48:252-270.
32. Demirci E, Çepikkurt F, Kale EK, Güler E. Öğretmen Adaylarının Mükemmeliyetçilik ve Öfke Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2018;20(1): 106-121.

33. Saatçı, E. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik, Belirsizliğe Tahammülsüzlük ve Psikolojik Dayanıklılığın Kendini Engelleme Üzerindeki Etkisi (Master's thesis, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
34. Zengin, M. (2019). Üniversite öğrencilerinde mükemmeliyetçilik, bilişsel duygu düzenleme stratejileri ve kaygı arasındaki ilişkiler (Master's thesis, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
35. Bolin, J. H., Fletcher K. L., & Gong, X. (2014). Dimensions of perfectionism mediate the relationship between parenting styles and coping. *Journal of Counseling & Development*, 93, 259-268.
36. Madigan DJ. A meta-analysis of perfectionism and academic achievement. *Educational Psychology Review*, 2019; 31:967–989.
37. Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S., & Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and psychopathology: A meta- analysis. *Journal of clinical psychology*, 73(10), 1301-1326.
38. Arseven, A.D. (2001). Alan Araştırma Yöntemi. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık, 20-51.
39. Eren, E. (2004). Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi. İstanbul: Beta Yayıncılık, 1-45.
40. Köknel, Ö. (1986). Kaygıdan Mutluluğa; Kişilik. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi, 7. Baskı, Bilimsel Sorunlar Dizisi, 13-14.
41. Kandemir, M. (2006). İlköğretimde algılanan sınıf içi empatik atmosfer ile benlik algısı arasındaki iletişimin akran zorbalığı ile ilişkisi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
42. Özşaker, M. (2008). 12-14 Yaş çocukların motorsal performans ve benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ege Üniversitesi, İzmir.
43. Şimşek, M.Ş., Akgemici, T. & Çelik, A. (2008). Davranış bilimlerine giriş ve örgütsel davranış. (6). Ankara: Gazi Kitabevi.
44. Başaran, İ.E. (2008). Örgütsel davranış: İnsanın üretim gücü. Ankara: Siyasal Basın Yayın Dağıtım, 2-21.

45. Şahin, M. (2007). İlköğretim okullarında zorbacı davranışların azaltılmasına yönelik empati eğitim programının etkisinin araştırılması. Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
46. Yüksel, Ö. (2006). Davranış bilimleri. 1.Baskı, Ankara: Gazi Kitabevi, 22-42.
47. Brooks, R. (2004). Self-esteem and resilience, Shcwablearning Org. p.1-2.
48. Sivribaşkara, V.S. (2003). Özsaygının farklı değişkenler açısından incelenmesi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
49. Çağlar, G.A. (1993). Kekemelerde rosenberg benlik saygısı ölçeğinin değerlendirilmesi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
50. Coopersmith, S. (1967). The antecedents of self-esteem. San Francisco: Cole And Freeman Co.
51. Avşaroğlu, S. (2007). Üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle başa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
52. Burns, R. (1982). Self-concept development and education. London: Holt Rinehanger Winston.
53. Çuhadaroğlu, F. (1986). Adolesanlarda benlik saygısı. (Uzmanlık). Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ankara.
54. Akkuş, Z. (2005). İlköğretim 5. sınıf öğrencilerinin sosyal becerilerinin özsaygı ve denetim odağı ile ilişkisi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
55. Pişkin, M. (1996). Türk ve İngiliz lise öğrencilerinin benlik saygısı yönünden karşılaştırılması. Üçüncü Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. Adana, 15-16 Nisan 1996.
56. Sezer, S. (2001). Özsaygı düzeyini geliştirme programının ilköğretim okulu 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin özsaygı düzeylerine etkisi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
57. Weiner, M.F. (1999). Other Psychodynamic Schools. Comprehensive Textbook Psychiatry;p.51-458.
58. Baymur, F. (1994). Genel psikolojisi. İstanbul: İnkılap Kitabevi.

59. Kaya A. Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Erteleme Davranışı Ve Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, 2020.
60. Can, G. (1990). Lise Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarını Etkileyen Etmenler. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları. .
61. Yavuzer, H. (2000). Doğum Öncesinden Ergenlik Sonuna Çocuk Psikolojisi. İstanbul: Remzi Kitabevi.
62. Efilti, E., & 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.
63. KILIÇ, H. F. (2018). Hemşirelik öğrencilerinin eğitim stresi ve mesleki benlik saygısı arasındaki ilişki. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 5(1), 49-59.
64. Başkaya O. Tıp fakültesi öğrencilerinde sosyal başarı hedefleri ile benlik saygısı, depresyon ve anksiyete arasındaki ilişki. Tıpta uzmanlık tezi, Balıkesir Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Ana Bilim Dalı, 2020. .
65. Yıldırım, G., & Atilla, G. (2020). Öz Yeterliğin Bilinçli Farkındalık ve Benlik Saygısına Etkisi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 21(1), 59-84.
66. Sayıl, M., Kındap, Y., Bayar, Y., Bayraktar, F., Kurt, D., Tığrak, A. ve Yaban, E. H. (2012). Ergenlik döneminde ebeveynlik ve ergenin psikososyal uyumu. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Yayını.
67. Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton: Princeton University Press.
68. Verner-Filion, J., & Gaudreau, P. (2010). From perfectionism to academic adjustment: The mediating role of achievement goals. Personality and Individual Differences, 49, 181–186.
69. Odacı H, Kalkan M, Çıkrıkci Ö. Akademik mükemmeliyetçilik ölçeğinin geliştirilmesi. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 2017; 18(1):353-366.

70. Yöyen, E. (2017). Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(6), 2185-2198.
71. Gündoğdu G. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Tıp Fakültesi hastanesinde çalışan araştırma görevlilerinde tükenmişlik düzeyi ve ilişkili etmenler. Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, 2021, Sivas.
72. Hacıbeyoğlu G, Arıcan Ş, Uzun ST, Tavlan A. Tıpta Uzmanlık Eğitimi Alan Araştırma Görevlilerinin Havayolu Yönetimi Deneyimlerine Anesteziyoloji ve Reanimasyon Staj ve Rotasyonunun Katkısının Değerlendirilmesi. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 2019; 18(56): 30-44.
73. Marakoğlu, K., Çetin Kargın, N., & Armutlukuyu, M. (2013). Tıp fakültesi araştırma görevlilerinde tükenmişlik sendromu ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi. *Genel Tıp Dergisi*, 2013; 23(4):102-108.
74. Çıtlı R, Okan İ, Önder Y, Çeltekin NY, Süren M, Bulut YE, Zihni H. Tıp Fakültesi öğrencilerinin palyatif bakım konusundaki farkındalıklarının değerlendirilmesi. *Bezmialem Science*, 2018;6(2): 100-7.
75. Ergin A, Bekar T, Aydemir Acar G. Tıp fakültesi öğrencilerinin toplumsal cinsiyet rollerine yönelik tutumları ve etkileyen faktörler. *Fırat Tıp Dergisi*, 2019; 24(3): 122-128.
76. Türkol, E., & Güneş, G. (2012). İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Hastanesinde ihtisas yapan asistanların sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *İnönü Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 19(3), 159-166.
77. Mutlu, H., Çetin, K. Ö. S. E., MERAL, O., ŞENOL, E., UYGUN, S., & KOÇAK, A. (2013). Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Asistan Doktorlarının E-Reçeteye Bakışı: Anket Çalışması. *Medical Sciences*, 8(3), 26-29.
78. Sönmez CI, Ayhan Başer, D, Gülmez H. (2018). Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Asistan Doktorlarında Tükenmişlik Düzeyi ve İlişkili Faktörlerin Belirlenmesi. *Eurasian Journal of Family Medicine*, 7(3), 93-100.
79. Ergin, A., Uzun, S. U., & Bozkurt, A. İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, (3), 134-142.

80. Çetin AM. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi hekim araştırma görevlilerinin acil durumlara yaklaşım özyeterliği. Ankara Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Ana Bilim Dalı, 2020, Ankara.
81. Arthur, N., & Hayward, L. (1997). The relationships between perfectionism, standards for academic achievement, and amotional distress in post secondary students. *Journal of College Student Development*, 38,(6), 622-633.
82. Flett, G.L., Sawatzky, D.L., & Hewitt, P.L. (1995). Dimensions of perfectionism and goal commitment: A further comparison of two perfectionism measures. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 17(2), 111-124.
83. Lopez, F. G., Fons-Scheyd, A., Morua, W., & Chaliman, R. (2006). Dyadic perfectionism as a predictor of relationship continuity and distress among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 53(4), 543-549.
84. Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality and Individual Differences*, 53, 300–305.
85. Yılmaz FÖ, Erişen MA, Banaz M. Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Journal Of Healthcare Management And Leadership*, 2019; (1): 27-39.
86. Abuhanoğlu, H., Açikel, C., Çelen, Ö., ve Teke, A.(2015). Sağlık İnsan Gücü Yetiştiren Önlisans ve Lisans Düzeyindeki Okullarda Mükemmeliyetçilik. *Preventive Medicine Bulletin*,14 (5): 413-423.
87. Erbaş MM. Öğretmen Adaylarının Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Ret Duyarlılığı ve Öznel İyi Oluş Düzeylerine Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2012, Samsun.
88. Tuncer, B. (2006). Kaygı Düzeyleri Farklı Üniversite Hazırlık Sınıfı Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Özelliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
89. Özen, R.R. (2018). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Kendini Yönetme Davranışları ile Ebeveynlerinin Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

90. Uyanık Balat, G., Akman, B. (2004). Farklı sosyo-ekonomik düzeydeki lise öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. Fırat Üni. Sosyal Bilimler Dergisi. 14 (2): 174-183.
91. Gür, A. (1996). Ergenlerde depresyon ve benlik saygısı arasındaki ilişki. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
92. Aksoy, C.A. (1992). Lise son sınıf öğrencilerinin özsaygı ve denetim odağını etkileyen bazı değişkenlerin incelenmesi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.
93. Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etkenler, Düşünene Adam; 7 (3): 4-9.
94. Arıca, T. ve Dilmaç, B. (2003). Psikolojik danışma ve rehberlik öğrencilerinin bir takım değişkenler açısından benlik saygısı ile mesleki benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi. Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 3(1): 1-7.
95. Işık, E. N. (2006). Öğretmen adaylarının benlik kavramları ile mesleki benlik kavramları arasındaki bağdaşımın bazı değişkenlere göre incelenmesi. (Selçuk Üniversitesi Örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
96. Ünal, E. ve Şimşek, S. (2008). İlköğretim bölümü anabilim dallarında öğrenim gören öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. İlköğretim Online, 7(1): 41-52.
97. Demir, V., Gürsoy, F. ve Ada, Ş. (2011). Okulöncesi öğretmen adaylarının mesleki benlik saygılarının incelenmesi. Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10(1): 597-614.
98. Yıldırım, Y., Kırımoğlu, H. ve Temiz, A. (2010). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleki benlik saygısı (Hatay il örneği). Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 12(1): 29-35.
99. Ahmed A. Yaoar, Üniversite Öğrencilerinin Mükemmeliyetçi Kişilik Özelliği ile Empati Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, 2008, Ankara.

100. Enns MW, Cox BJ, Sareen J, Freeman P. Adaptive And Maladaptive Perfectionism İn Medical Students: A Longitudinal Investigation. *Medical Education*, 2001; 35 (11): 1034-1042.
101. Jongea, L. H. ve Wallerb, G. (2003). Perfectionism Levels in African-American and Caucasian adolescents. *Personality and Individual Differences*, 34: 1447–1451.
102. Kıral, E., ve Çavuş, B. (2017). The Relationship Between The İnstructors' Perfectionism And Social Emotional Loneliness Levels. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*, 7 (3): 483-508.
103. Büyükbayraktar Ç. Üniversite Öğrencilerinde Mükemmeliyetçilik ve Öfke İlişkisi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, 2011, Konya. .
104. Madan, M., & Karagözoğlu, C. (2019). Futbol Antrenörlerinde Tutkunluk, Mükemmeliyetçilik ve Esenlik Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Journal of Health and Sport Sciences*, 2(3), 88-98.
105. Erdoğan Ç, Topuz R, Bahadır Z. (2018). Examination of football players' perfectionism features and subjective stress perceptions. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 20 (3), 283-291. .
106. Aboalshamat, K., Alzahrani, M., Rabie, N., Alharbi, R., Joudah, R., Khulaysi, S., & Alansari, W. (2017). The relationship between burnout and perfectionism in medical and dental students in Saudi Arabia. *Journal of Dental Specialities*, 5(2), 122-127.
107. Stoeber J, Stoeber FS. Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Pers Individ Dif* 2009;46(4):530-5.
108. Sevimli, F., & İşcan, Ö. F. (2005). Bireysel ve iş ortamına ait etkenler açısından iş doyumunu, *Ege Akademik Bakış Dergisi*, 5(1), 55-64.
109. Dişbudak, Ş. K. (2016). Öğretim elemanlarının mükemmeliyetçilik ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

110. Uysal, A. (2019). Öğretmenlerin mükemmeliyetçilik ve özduyarlık düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
111. Eskilli, B. (2015). Erişkinleri Mükemmeliyetçilik Düzeyleri ile Bazı Değişkenler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
112. Camadan, F. (2009). Ortaöğretim Öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
113. Erol İ. Üniversite öğrencilerinde sosyodemografik verilere göre mükemmeliyetçilik algısı ve ortoreksiya nervoza arasındaki ilişkinin incelenmesi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, 2019, İstanbul.
114. Kaya, F., Birol, Z.N. (2017). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Mükemmeliyetçilik Düzeyleri Arasındaki İlişkide Duygusal Zekanın Aracılık Rolü. Kastamonu Education Journal, 26(6), 1793-1802.
115. Aldea, M. A. and Rice, K. G. (2006). The Role Of Emotional Dysregulation in Perfectionism and Psychological Distress. Journal Of Counseling Psychology, 53(4), 498–510.