

Erinlik, Ergenlik ve Beliren Yetişkinlikte Olumsuz Benlik Kavramının Yordayıcıları: Akılcı Olmayan İnançlar, Benmerkezlilik ve Cinsiyetin Rolü

Seher SEVİM¹, Aslı AŞÇIOĞLU ÖNAL², Volkan AVŞAR³, Betül Gökçen DOĞAN²

¹Emekli Öğretim Üyesi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

²Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Ankara, Türkiye

³Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Rize, Türkiye

Öz

Bu çalışmada, farklı gelişim dönemlerindeki bireylerin olumsuz benlik algısı düzeylerinde; ergen benmerkezliliği, akılcı olmayan inançlar ve cinsiyetin yordayıcı rolü incelenmektedir. Bu araştırma kesitsel ve ilişkisel tarama modelinde yapılmıştır. Araştırmaya yaşları 13 ile 24 arasında değişen; ortaokul, lise ve üniversitelerin çeşitli sınıflarında öğrenim görmekte olan 667 kişi katılmıştır. Hayali seyirci, kişisel söylence, akılcı olmayan inançlar ve cinsiyet değişkenlerinin katılımcıların olumsuz benlik düzeylerini yordayıp yordamadığını incelemek amacıyla hiyerarşik doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Araştırmada veri toplama araçları olarak Ergenler için Kısa Semptom Envanteri, Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği Yetişkin ve Ergen Formları, Benmerkezlilik Ölçekleri Yetişkin ve Ergen Formu kullanılmıştır. Analizler erinlik (13-15), ergenlik (16-18) ve beliren yetişkinlik (19-24) dönemlerinde yer alan katılımcılar için ayrı ayrı yürütülmüştür. Çalışma sonucunda; her üç gelişim döneminde de hayali seyirci ve akılcı olmayan inançların olumsuz benlik düzeyinin olumlu yönde yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Ayrıca ergenlik ve beliren yetişkinlik döneminde yer alan bireylerin olumsuz benlik algıları ile hayali seyirci düşünce eğilimleri arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların kısmi aracı rolü bulunduğu anlaşılmıştır. Ergenlik ve beliren yetişkinlikte akılcı olmayan inançlara yapılacak müdahale çalışmalarının, gelişimsel bir özellik olan hayali seyirci düşüncesinin benlik algısı üzerindeki olası olumsuz etkilerini kısmen giderici, hatta önleyici işlev görebileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Ahtar Kelimeler: Akılcı olmayan inançlar, ergen benmerkezliliği, hayali seyirci, kişisel efsane, olumsuz benlik algısı

Abstract

The Predictors of the Negative Self-Concept in the Puberty, Adolescence, and Emerging Adulthood Stages: The Roles of the Irrational Beliefs, Egocentrism and Gender

This study aimed to examine the predictive role of adolescent egocentrism, irrational beliefs, and gender on the negative self-perception levels of individuals in different stages of development. This research was conducted with cross-sectional and correlational research designs. The study included 667 people age ranging from 13 to 24 years who attended various classes of secondary schools, high schools, and universities. Hierarchical linear regression analysis was used to examine whether imaginary audience, personal fable, irrational beliefs, and gender variables predicted negative self-concept levels of the participants. Brief Symptom Inventory for Adolescents, Irrational Beliefs Scale Adult and Adolescent Form, Egocentrism Scales Adult and Adolescent Form were used as data collection tools. The analyses were carried out separately for the participants in puberty (13-15), adolescence (16-18) and emerging adulthood (19-24) stages. At the end of the study, in all three developmental periods, it was determined that the imaginary audience and irrational beliefs were positive predictors of the negative self-concept. In addition, it was founded that irrational beliefs have a partial mediator role in the relationship between negative self-concept and imaginary audience of adolescents and emerging adults. It has been concluded that intervention studies on irrational beliefs of adolescents and emerging adults may partially heal or even prevent the negative effects of the imaginary audience on self-concept.

Keywords: Irrational beliefs, adolescence egocentrism, imaginary audience, personal fable, negative self-concept

Correspondence / Yazışma:

Volkan AVŞAR, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı, Rize, Türkiye

Tel: +90 464 532 84 54-2342

E-mail: volkan.avsar@erdogan.edu.tr

Received / Geliş: 10 Şubat 2020

Accepted / Kabul: 18 Haziran 2020

Online published / Çevrimiçi yayın: 28 Haziran 2020

©2020 JCBPR, Available online at <http://www.jcbpr.org/>

Cite this article as: Sevim, S., Aşçıoğlu Önal, A., Avşar, V., Doğan, B.G. (2021). Erinlik, Ergenlik ve Beliren Yetişkinlikte Olumsuz Benlik Kavramının Yordayıcıları: Akılcı Olmayan İnançlar, Benmerkezlilik ve Cinsiyetin Rolü. J Cogn Behav Psychother Res, 10(1), 28-39. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.85009>

GİRİŞ

Ergenlik; bireyin benliğindeki gelişme sürerken kendini keşfettiği dönemdir. Benlik; kişinin bedenine, kişilik özelliklerine, değerlerine, yeteneklerine ilişkin düşüncelerini, duygularını ve tüm bunlara biçtiği değeri içerir (Gander ve Gardiner, 2004; Kuzgun, 2009). Ergenlikte olan biten pek çok şeyin hem nedeni hem sonucu, benlik gelişimi ve kimlik arayışıyla ilgilidir (Gander ve Gardiner, 2004). Benliği hakkında olumsuz algılara sahip olan ergenin; ruhsal sorunlar yaşama olasılığı artar (Trzesniewski ve ark., 2006). Düşük benlik saygısı ergenlerdeki saldırganlık, suçta yönelme, antisosyal davranışlar gibi dışa yönelim sorunları ile depresyon, yeme bozukluğu, intihar gibi içe yönelim sorunlarının önemli yordayıcılarından (Donnellan ve ark., 2005; McGee ve Williams, 2000; Orth, Robins ve Roberts, 2008; Trzesniewski ve ark., 2006).

Ergenlerin ruh sağlığıyla yakından ilişkili olan benlik gelişimi, bu dönemin olağan bilişsel değişimlerinden de doğrudan etkilenmektedir. Öz farkındalık, sosyal karşılaştırma ve perspektif alma gibi sosyal bilişsel özelliklerin gelişimi, bireyin kendisi ve başkalarıyla ilgili düşünme süreçlerini etkilemekte ve benlik kavramının şekillenmesine katkı sağlayan öğelerden biri haline gelmektedir (Elkind, 1967; Lapsley ve Murphy, 1985; Sebastian, Burnett ve Blakemore, 2008). Özellikle ergenlerin “düşüncenin kendisi üzerinde düşünme” becerisini kazanmaya başlaması; kendi duyguları üzerinde düşünmesini, kendisinin farkında olmasını ve dolayısıyla başkalarının kendi hakkında düşündüklerini fark etmesini sağlamaktadır. Bu bilişsel gelişimler, ergenlerin benlik gelişimi ile doğrudan bağlantılı görünmektedir (Santrock, 2012). Soyut işlemler dönemine geçiş yapan ergenlerin, düşünme süreçlerinde ortaya çıkan bu doğal farklılaşma ergen benmerkezliliği adı verilen bir olguyu da beraberinde getirmektedir (Lapsley, 1993). Ergenlerin sosyal bilişsel gelişiminin doğal bir uzantısı olarak kabul edilen ergen benmerkezliliği (Lapsley ve Murphy, 1985) genel olarak kişinin, kendini başkalarından çeşitli açılardan ayırıştırma konusunda zorluk yaşaması olarak tanımlanmaktadır (Lapsley, 1993). Elkind (1967), hayali seyirci (başkalarının sürekli kendisini izlediğine inanma, kendisinin ilgi odağı olduğunu sanma) ve kişisel söylence (kendisinin özel ve biricik olduğuna, zarar görmeyeceğine inanma) olarak adlandırdığı zihinsel yapıların benmerkezliğin ürünü olduğunu belirtir. Yaşanan sosyal-bilişsel değişimler, gelişimi desteklediği gibi, ergenlerin bazı sorunlarla karşılaşmalarına da kaynaklık edebilmektedir. Alan yazında yürütülen çalışmalar, ergen benmerkezliğinin ürünü olan hayali seyirci düşüncesinin;

sosyal kaygı, depresyon ve dışa yönelim problemleri gibi ruh sağlığı sorunlarıyla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Beaudoin ve Schonert-Reichl 2006; Garber, Weiss ve Shanley, 1993; Kelly, Jones ve Adams, 2002; Takishima-Lacasa ve ark., 2014). Kişisel söylence düşüncesinin ise, ergenin riskli davranışlar sergileme eğilimiyle ilişkili olduğu; ergenin tehlike karşısında incinmezlik inancı arttıkça, riskli davranışları daha sık sergilediği, suç işleme ve madde kullanım düzeyinin yükseldiği görülmektedir (Alberts, Elkind ve Ginsberg, 2007; Hill, Duggan ve Lapsley, 2012; Karaman, 2013; Landicho ve ark., 2014).

Ergenin ruh sağlığıyla ilintili diğer bir değişken akılcı olmayan inançlardır. Soyut işlem becerilerinin gelişmeye başladığı 11–12 yaşlarından sonra ergenlerin kendilerine, başkalarına, dünyaya ilişkin düşünceleri ve inançları artar ve belirginleşir. Bu inançların bir kısmı akılcıyken bir kısmı ise akılcı değildir (Bernard, Ellis ve Terjesen, 2006). Akılcı olmayan inançlar katıdır, gerçekçi değildir ve genellemelere dayanır. Kişinin kendisine veya başkalarına yönelik dayatmalarını içerir (Ellis, 1990). Yürütülen bazı çalışmalarda, akılcı olmayan inançların ergenlerin yaşadığı depresyon, anksiyete, öfke, saldırganlık gibi duygusal davranışsal sorunlarla ilişkili olduğu belirlenmiştir (Fives ve ark., 2011; Garber ve ark., 1993; Jasmine ve Kumar, 2010).

Olumsuz benlik algısı, ergenlik dönemi ve sonrasında ortaya çıkabilecek ruh sağlığı sorunlarının temel nedenlerinden birisidir (Donnellan ve ark., 2005; Trzesniewski ve ark., 2006). Alanyazında yer alan bazı çalışma sonuçları, akılcı olmayan inançlardaki artışın benlik saygısındaki düşüşle ilişkili olabileceğini ortaya koymuştur (Daly ve Burton, 1983; Deniz, 2018; Hamarta ve ark., 2009). Benlik ile benmerkezlilik arasındaki ilişkileri inceleyen sıyrırlı sayıdaki çalışmada, kişisel söylencenin ergenin benlik gelişimiyle olumlu, benlik saygısı problemleriyle olumsuz yönde ilişkili olabileceği bulunmuştur (Hill ve ark., 2012; Lapsley ve Hill, 2010). Ancak ergenin sosyal ve bilişsel gelişiminin sonucu olarak ortaya çıkan bu önemli yapıların, olumsuz benlik algısıyla bağlantısını inceleyen çalışmalara gereksinim duyulmaktadır. Bireyin, olumsuz benlik algılarının ne kadarının gelişimsel özelliklerle, ne kadarının akılcı olmayan inanç gibi işlevsel olmayan düşünce yapılarıyla açıklanabileceğinin ortaya konması, ruh sağlığı alanındaki çalışmalara yol göstermesi açısından incelenmeye değer bir konudur. Bu nedenle, bu çalışmada ergen benmerkezliği ile akılcı olmayan inançların olumsuz benlik kavramıyla ilişkisi birlikte ele alınmaktadır. Öte yandan kişisel

söylence, hayali seyirci veya benlik gibi yapılar yaşla birlikte değiştiğinden, farklı gelişim evrelerine göre karşılaştırılarak incelenmelidir (Frankenberger, 2000; Schwartz, Maynard ve Uzelac, 2008; Sebastian ve ark., 2008). Bu gerekçeyle; gençler, yaşları temel alınarak erinlik (13–15), ergenlik (16–18) ve beliren yetişkinlik (19–24) olarak üç ayrı gruba ayrılmış ve her bir gelişim evresinde olumsuz benlik algısının, bireylerin hayali seyirci, kişisel söylence, cinsiyet ve akılcı olmayan inançları tarafından yordanıp yordanmadığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik evresindeki bireylerin olumsuz benlik algısı düzeylerini hayali seyirci, kişisel söylence, akılcı olmayan inançlar ve cinsiyet yordamakta mıdır?
- Her üç gelişim evresinde hayali seyirci ile olumsuz benlik kavramı arasındaki ilişkiye akılcı olmayan inançlar aracılık etmekte midir?

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma kesitsel ve ilişkisel tarama modelinde yapılmıştır. Kesitsel araştırma modelinde birden fazla değişken tek bir zamanda toplanmaktadır (Bernard, 2013). İlişkisel tarama modelinde ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişki ortaya konmaktadır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu Ankara, Cumhuriyet, Afyon Kocatepe Üniversiteleri'nde öğrenim gören üniversite öğrencileri ile Ankara'daki ortaokul ve liselere devam eden 667 öğrenci oluşturmuştur. Yaşları 13–24 arasında değişen katılımcılar, erinlik (13–15), ergenlik (16–18) ve beliren yetişkinlik (19–24) olarak üç ayrı gruba ayrılmıştır. Katılımcı grubu belirlenirken, çalışmaya uygun ve kolay ulaşılabilir katılımcılara ulaşmak amacıyla uygun örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Fraenkel ve ark., 2012). Bu yöntem araştırmacının yakın çevresinde bulunan ve ulaşmasının kolay olduğu, elinde mevcut olan ve araştırmaya katılmaya gönüllü bireyler üzerinde yapılan örneklemedir. Bu yöntemde önemli olan nokta, ölçülen değişkenin dağılım aralığının olabildiğince örnekleme yansıtılmasıdır (Erkuş, 2011). Çalışma grubuna ait betimsel istatistikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1: Çalışma grubunun özellikleri

Gelişim Dönemleri		Frekans	Yüzde
Erinlik (13–15 yaş)	Kadın	108	43,5
	Erkek	140	56,5
	Toplam	248	100,0
Ergenlik (16–18 yaş)	Kadın	71	44,4
	Erkek	89	55,6
	Toplam	160	100,0
Beliren yetişkinlik (19–24 yaş)	Kadın	182	70,3
	Erkek	77	29,7
	Toplam	259	100,0

Veri Toplama Araçları

Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Yetişkin Formu (AOİÖ-Y): Beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin akılcı olmayan inançlarını belirlemek amacıyla Türküm (2003) tarafından 5'li Likert tipinde geliştirilen ve 15 maddeden oluşan AOİÖ kısa formu kullanılmıştır. Ölçeğin, iç tutarlılık katsayısı 0,75 ve test tekrar test yöntemiyle elde edilen güvenirlik katsayısı ise 0,81 olarak tespit edilmiştir (Türküm, 2003). Bu çalışmada akılcı olmayan inançlar, ölçekten alınan toplam puanlara göre belirlenmiş ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerde iç tutarlılık katsayısı 0,77 olarak hesaplanmıştır.

Akılcı Olmayan İnanç Ölçeği-Ergen Formu (AOİÖ-E): Ölçeğin yetişkin formu Türküm, Balkaya ve Karaca (2005) tarafından ergenlik dönemindeki bireylere uyarlanmıştır. Ölçek 5'li Likert tipinde olup, 16 maddeden oluşmaktadır. AOİÖ-E, tek boyutlu bir ölçme aracıdır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,70 ve iki yarı-test korelasyonu 0,69 olarak bulunmuştur (Türküm, Balkaya ve Karaca, 2005). Bu çalışmada ölçekten elde edilen toplam puanlar kullanılmış ve ergenlik dönemindeki bireyler için AOİÖ-E'nun iç tutarlılık katsayısı 0,79 olarak hesaplanmıştır. Akılcı olmayan inançlar ölçeğinin erinlik döneminde yer alan bireyler üzerinde kullanılabilirliği; Sevim ve ark. (2019) tarafından, 12–15 yaşındaki 324 öğrenci üzerinde doğrulayıcı faktör analiziyle incelenmiştir. Analiz sonucunda 15 maddeden oluşan ölçeğin tek boyuttan oluştuğu ve uyum ölçütü değerlerinin ($\chi^2/sd=2,55$, RMSEA=0,06, GFI=0,91, SRMR=0,08) Tabacknick ve Fidell'in (2001) belirttiği kabul edilebilir uyum değerleri aralığında olduğu belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı 0,79 bulunmuştur. Bu çalışmada erinlerde iç tutarlılık katsayısı 0,83 olarak hesaplanmıştır.

Benmerkezlilik Ölçekleri (Yeniden Kişisel Söylence/ Yeniden Hayali Seyirci): Ergen benmerkezliliği Lapsley ve Murphy'in geliştirdiği, "Yeniden Kişisel Söylence" ve "Yeniden Hayali Seyirci" ölçekleriyle değerlendirilmiştir. Ölçekler Türkçe'ye Güney (2007) tarafından uyarlanmıştır. Hayali Seyirci Ölçeği 4'lü Likert tipinde olup madde sayısı 25'tir. Yeniden Kişisel Söylence Ölçeği ise 5'li Likert tipinde olup madde sayısı 36'dır. Doğrulayıcı faktör analizi sonucunda ölçeklerin kabul edilebilir uyum değerlerine sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı Yeniden Hayali Seyirci Ölçeği için 0,89, Yeniden Kişisel Söylence Ölçeği için 0,75 olarak belirlenmiştir (Güney, 2007). Bu çalışmada Yeniden Hayali Seyirci Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı; ergenlerde 0,90, beliren yetişkinliklerde 0,84 olarak hesaplanmıştır. Yeniden Kişisel Söylence Ölçeği'ndeki maddelerin ise ergenlerde iç tutarlılık katsayısının 0,85, beliren yetişkinlerde 0,72 olduğu belirlenmiştir.

Benmerkezlilik ölçeklerinin erinlik dönemindeki bireylerde kullanılabilmesi için Sevim ve ark. tarafından (2019) doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Analiz sonucunda Hayali Seyirci Ölçeği'nin uyum ölçütü değerlerinin ($\chi^2/sd=3,23$, RMSEA=0,08, CFI=0,90, IFI=0,90) en az üçünün Tabacknick ve Fidell'in (2001) belirttiği kabul edilebilir uyum ölçütü aralıkları içinde yer aldığı görülmüştür. Benzer şekilde Kişisel Söylence Ölçeği'nin uyum ölçütü değerlerinin ($\chi^2/sd=3,72$, RMSEA=0,09, RMR=0,09) de kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu belirlenmiştir. Erinlik dönemindeki bireylerde iç tutarlılık katsayıları Hayali Seyirci Ölçeği için 0,86, Kişisel Söylence Ölçeği için 0,89 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarının sırasıyla 0,89 ve 0,73 olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların hayali seyirci ve kişisel söylence düzeyleri ilgili ölçeklerden elde edilen toplam puanlar aracılığıyla belirlenmiştir.

Ergenler için Kısa Semptom Envanteri: Ölçeğin Türk ergenlere uyarlanması Şahin, Uğurtaş ve Durak (2002) tarafından yapılmıştır. Ölçek 53 madde, beş alt boyuttan oluşmaktadır. Alt boyutların depresyon, anksiyete, olumsuz benlik, somatizasyon, hostilite olduğu belirlenmiştir. Alt ölçeklerin güvenilirlik katsayıları 0,70 ile 0,88 arasındadır. Faktörler varyansın %32'sini açıklamaktadır (Şahin ve ark., 2002).

Bu çalışmada olumsuz benlik alt boyutundan elde edilen puanlar kullanılmıştır. Olumsuz benlik boyutunun iç tutarlılık katsayısının, erinlerde 0,87, ergenlerde 0,82, beliren yetişkinlerde 0,85 olduğu belirlenmiştir.

Verilerin Toplanması

Veri toplama süreci gerçekleştirilmeden önce Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'na başvurulmuş ve kurulun 16/06/2016 tarihli toplantısında alınan 14/217 sayılı kararla, araştırmanın yürütülebilmesi için gerekli izinler alınmıştır. Etik onay alındıktan sonra, çalışmaya izin veren kurumlarda, istekli öğrencilerden veriler toplanmıştır. Ortaokul ve lise öğrencilerinin ailelerinden yazılı izinler alınmıştır. Katılımcılara ölçek verilerinin kullanımı, uygulanmanın süresi (30–40 dakika), gizlilik hakkında yapılan açıklamaların ardından ölçekler verilmiştir.

Verilerin Analizi

Erinlik, ergenlik, beliren yetişkinlik dönemlerindeki bireylerin olumsuz benlik algısı düzeylerini istatistiksel açıdan anlamlı yordayan değişkenler, hiyerarşik regresyon analiziyle belirlenmiştir. Olumsuz benlik kavramı üzerinde yordayıcı değişkenlerden hangilerinin önemli olduğunu belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Hiyerarşik regresyon analizi her bir değişkenin varyansı açıklama oranını göstermektedir. Regresyon eşitliğine önce ergen benmerkezliliği, sonra akılcı olmayan inançlar girilmiştir.

Analizler erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemleri için ayrı ayrı yapılmıştır. SPSS 21.0 versiyonu kullanılmıştır. Analizler için gerekli olan varsayımların karşılandığı görülmüştür. Yordayıcı değişkenler arasında ilişkiler 0,39 ile 0,04 arasında olduğundan çoklu bağlantı bulunmamaktadır. Regresyon modellerinin tolerans değerleri, varyans artış faktörleri, durum indeksleri incelendiğinde yordayıcı değişkenler arasında çoklu bağlantı sorunu olmadığı doğrulanmıştır. Üç grubun regresyon modellerinin Durbin Watson katsayıları (1,72, 1,32 ve 2,06) hesaplanmış ve otokorelasyonun bulunmadığı görülmüştür. İstatistiksel anlamlılık düzeyi olarak $p<0,05$ kullanılmıştır.

BULGULAR

Değişkenler Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular

Olumsuz benlik kavramının yordayıcılarının belirlenmesi amacıyla yapılan hiyerarşik regresyon analizinde öncelikle değişkenler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Değişkenlere ilişkin Pearson ve Nokta Çift Serili korelasyon katsayıları Tablo 2'de gösterilmiştir. Tablo 2'ye göre; her üç yaş döneminde katılımcıların olumsuz benlik düzeyleri ile hayali seyirci ve akılcı olmayan inançları arasında pozitif yönde

istatistiksel açıdan anlamlı ilişkiler bulunmaktadır (Erinlik $r=0,208$, $p<0,01$ ve $r=0,188$, $p<0,01$, Ergenlik $r=0,247$, $p<0,01$ ve $r=0,298$, $p<0,01$, Beliren Yetişkinlik $r=0,359$, $p<0,01$ ve $r=0,256$, $p<0,01$). Kişisel söylence düşüncesinin (Erinlik $r=0,094$, $p>0,01$, Ergenlik $r=-0,008$, $p>0,01$, Beliren Yetişkinlik $r=0,008$, $p>0,01$) ve cinsiyetin (Erinlik $r=0,112$, $p>0,01$, Ergenlik $r=-0,025$, $p>0,01$, Beliren Yetişkinlik $r=-0,106$, $p>0,01$) ise her üç gelişim döneminde de olumsuz benlik algısıyla istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişkisinin bulunmadığı belirlenmiştir.

Hiyerarşik Regresyon Analizlerine Yönelik Bulgular

Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki bireyler için yapılan hiyerarşik regresyon analizlerinde olumsuz benlik düzeyleriyle anlamlı ilişki gösteren hayali seyirci ilk sırada, akılcı olmayan inançlar ikinci sırada eşitliğe alınmıştır. Kişisel söylence düşüncesi ve cinsiyet değişkenleri olumsuz benlik kavramıyla anlamlı düzeyde ilişkili bulunmadığından analiz dışında bırakılmıştır. Üç grubun hiyerarşik regresyon sonuçları Tablo 3'te verilmiştir. Aşağıda her döneme ilişkin bulgular açıklanmıştır.

Tablo 2: Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemlerindeki katılımcılardan elde edilen verilere ilişkin aritmetik ortalama, standart sapma, çarpıklık, basıklık ve ilişki katsayısı değerleri

Gelişim dönemleri	Değişkenler	ort.	Ss	ÇK	BK	Kişisel Söylence	Hayali seyirci	Akılcı Olmayan İnançlar	Cinsiyet	Olumsuz Benlik
Erinlik	Kişisel söylence	111,81	16,62	-0,02	0,03	-				
	Hayali seyirci	64,30	14,41	-0,16	-0,44	0,397**	-			
	Akılcı olmayan inançlar	6,80	1,17	-0,68	-0,75	0,230**	0,254**	-		
	Cinsiyet					0,065	0,095	0,166**	-	
Ergenlik	Olumsuz benlik	25,08	9,78	0,78	0,12	0,094	0,208**	0,188**	0,112	-
	Kişisel söylence	114,61	18,58	0,05	-0,19	-				
	Hayali seyirci	63,94	14,34	0,06	0,25	0,336**	-			
	Akılcı olmayan inançlar	6,40	1,44	-0,51	-0,42	0,041	0,281**	-		
Beliren Yetişkinlik	Cinsiyet					0,073	-0,046	-0,160*	-	
	Olumsuz benlik	25,22	8,78	0,71	-0,08	-0,008	0,247**	0,298**	-0,025	-
	Kişisel söylence	112,60	14,08	0,23	0,59	-				
	Hayali seyirci	61,01	11,64	0,06	0,09	0,161**	-			
Beliren Yetişkinlik	Akılcı olmayan inançlar	7,97	1,11	-0,13	0,28	0,115	0,298**	-		
	Cinsiyet					-0,152*	-0,178**	0,045	-	
	Olumsuz benlik	24,04	7,88	0,76	0,11	0,008	0,359***	0,256**	-0,106	-

* $p<0,05$, ** $p<0,01$, *** $p<0,001$

Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiler, Pearson korelasyon katsayıları aracılığıyla hesaplanmıştır. Gerçek süresiz bir değişken olan cinsiyetin olumsuz benlik kavramıyla ilişkisi Nokta Çift Serili korelasyon katsayılarının hesaplanmasıyla elde edilmiştir.

Erinlik Dönemi: Tablo 3'te görüldüğü gibi; analize birinci blokta girilen hayali seyirci düşüncesi olumsuz benlik algısının olumlu yönde anlamlı yordayıcısıdır, varyansın yaklaşık %4'ünü açıklamaktadır. Hayali seyirci değişkeni kontrol edildiğinde, eşitliğe ikinci sırada girilen akılcı olmayan inançlar varyansa %2 katkı sağlamış ve açıklanan toplam varyans %6'ya yükselmiştir ($R=0,263$, $R^2=0,069$, $F_{(1, 246)}=8,234$, $p=0,000$). Akılcı olmayan inançlar, olumsuz benlik algısını hayali seyirciye göre daha düşük düzeyde ve olumlu yönde yordamaktadır. Sonuç olarak erinlerin hayali seyirci düşüncesi arttıkça benliklerine yönelik olumsuz algılarının arttığı söylenebilir.

Ergenlik Dönemi: Ergenlerde hayali seyirci düşüncesi olumsuz benlik algısının anlamlı yordayıcısıdır ve varyansın %6'sını açıklamaktadır. Analize daha sonra girilen akılcı olmayan inançlar, olumsuz benlik algısı varyansına yaklaşık %6 katkı sağlamaktadır. Her iki değişken olumsuz benlik kavramının aynı düzeyde olumlu yönde anlamlı yordayıcısıdır ve toplam varyansın %12'sini açıklamaktadır ($R=0,343$, $R^2=0,118$, $F_{(1, 158)}=10,471$, $p=0,000$). Bu iki değişkenin olumsuz benlik kavramını açıklama oranının ergenlerde daha yüksek olduğu görülmektedir (Erinlik %6, Ergenlik %12). Ergenlerin akılcı olmayan inançları

Tablo 3: Erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcıların olumsuz benlik düzeylerinin yordanmasına ilişkin çoklu hiyerarşik regresyon analizi sonuçları

Erinlik		Model	ΔR^2	B	SH_B	β
	Model 1	Sabit		16,000	2,787	
		Hayali seyirci	0,043	0,141	0,042	0,208**
	Model 2	Sabit		9,373	4,023	
		Hayali seyirci	0,02	0,116	0,043	0,171**
		Akılcı olmayan İnançlar		1,210	0,534	0,145**
Ergenlik		Model	ΔR^2	B	SH_B	β
	Model 1	Sabit		15,531	3,094	
		Hayali seyirci	0,061	0,152	0,047	.247**
	Model 2	Sabit		8,612	3,717	
		Hayali seyirci	0,057	0,109	0,048	0,178**
Akılcı olmayan İnançlar			1,508	0,476	0,248**	
Beliren yetişkinlik		Model	ΔR^2	B	SH_B	β
	Model 1	Sabit		9,288	2,454	
		Hayali seyirci	0,129	0,242	0,039	0,359**
	Model 2	Sabit		9,373	4,023	
		Hayali seyirci	0,022	0,210	0,041	0,311**
Akılcı olmayan İnançlar			0,166	0,064	0,156**	

*p<0,05, **p<0,01

ve hayali seyirci düşüncesi arttıkça benliklerine yönelik olumsuz algılarının da arttığı söylenebilir.

Beliren Yetişkinlik Dönemi: Hayali seyirci düşüncesi, olumsuz benlik algısını olumlu yönde anlamlı biçimde yordamakta olup, varyansın yaklaşık %13'ünü açıklamaktadır. Akılcı olmayan inançlar ise varyansa yaklaşık %2 katkı sağlamaktadır ($R=0,388$, $R^2=0,151$, $F_{(1,257)}=22,558$, $p=0,000$). Beliren yetişkinlik döneminde olumsuz benlik kavramını daha fazla açıklayan değişken hayali seyircidir. Üniversite öğrencilerinin hayali seyirci düşüncesi arttıkça, olumsuz benlik algılarının yükseldiği belirlenmiştir. Olumlu yönde anlamlı yordayıcısı olsa da, akılcı olmayan inançlardaki artışın olumsuz benlik kavramını etkileme düzeyi düşüktür.

Tablo 3'te görüleceği üzere, akılcı olmayan inançlar hiyerarşik regresyon analizine dahil edilince, üç gelişim döneminde de, hayali seyirciyle olumsuz benlik arasındaki ilişkinin anlamlılık düzeyi azalmaktadır. Erinlerde β değeri 0,208'den 0,171'e, ergenlerde 0,247'den 0,178'e, beliren yetişkinlerde 0,359'dan 0,311'e düşmesine rağmen, hayali seyirciyle olumsuz benlik arasındaki ilişkilerin anlamlılığı devam etmektedir. Bu durum, analize

ikinci blokta eklenen değişkenin, kısmi aracı rolüne işaret etmektedir (Goossens, Seiffge-Krenke ve Marcoen, 1992). Aracılık analizi ön koşulları sağlandığından, Baron ve Kenny'nin (1986) aracı değişken analizi üç gelişim dönemi için hesaplanmış, anlamlılığı Sobel testiyle incelenmiştir.

Hayali Seyirci ve Olumsuz Benlik Kavramı İlişkisinde Akılcı Olmayan İnançların Aracı Rolüne İlişkin Bulgular

Erinlik Dönemi: Hayali seyircinin olumsuz benlik algısını yordama düzeyine bakılarak ilişkinin anlamlı olduğu belirlenmiştir ($R=0,208$, $R^2=0,043$, $F_{(1,246)}=11,142$, $p<0,01$). Daha sonra hayali seyircinin akılcı olmayan inançları yordama gücü incelendiğinde ilişkinin istatistiksel açıdan anlamlı ($R=0,254$, $R^2=0,064$, $F_{(1,246)}=16,901$, $p=0,000$), akılcı olmayan inançların olumsuz benliği yordama gücünün de istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($R=0,188$, $R^2=0,035$, $F_{(1,246)}=9,053$, $p<0,01$). Sobel testi sonucunda; erinlerde hayali seyirci düşüncesiyle olumsuz benlik arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların aracılık rolünün bulunmadığı belirlenmiştir ($z=1,88$, $p>0,05$).

Ergenlik Dönemi: Hayali seyirci düşüncesi ($R=0,247$, $R^2=0,061$, $F_{(1,158)}=10,303$, $p<0,01$) ve akılcı olmayan inançların ($R=0,298$, $R^2=0,089$, $F_{(1,158)}=15,359$, $p<0,01$) olumsuz benliği yordama gücü ayrı ayrı incelenmiştir. İlgili değişkenler arasında anlamlı düzeyde ilişkiler vardır. Benzer şekilde hayali seyircinin akılcı olmayan inançları yordama düzeyine bakılarak, ilişki anlamlı olduğundan ($R=0,281$, $R^2=0,079$, $F_{(1,158)}=13,578$, $p=0,000$) aracılık analizi sürdürülmüştür. Sobel testi sonuçları ergenlik dönemindeki bireylerin hayali seyirci düşüncesi ile olumsuz benlik algıları arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların kısmi aracı rolünün bulunduğunu göstermektedir ($z=2,40$, $p<0,05$). Ergenlik dönemindeki bireylerin hayali seyirci düşüncesine sahip olma düzeyleri arttıkça akılcı olmayan inanç geliştirme eğilimleri yükselmekte ve ergenlerin olumsuz benlik algısı artmaktadır.

Beliren Yetişkinlik Dönemi: Hayali seyircinin olumsuz benlik algısını yordama düzeyine bakılarak, anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($R=0,359$, $R^2=0,129$, $F_{(1,257)}=38,060$, $p<0,01$). Daha sonra akılcı olmayan inançların yordanmasında hayali seyirci düşüncesinin rolü incelenmiştir. Hayali seyircinin, akılcı olmayan inançların anlamlı bir yordayıcısı olduğu tespit edilmiştir ($R=0,303$, $R^2=0,092$, $F_{(1,257)}=25,799$, $p=0,000$). Son olarak akılcı olmayan inançların olumsuz benliği yordama gücü incelenerek, yordayıcılığın anlamlı düzeyde olduğu görülmüştür ($R=0,251$, $R^2=0,063$, $F_{(1,257)}=17,115$, $p<0,01$). Ön koşullar sağlandığı için aracılık analizine devam edilmiştir. Sobel testi sonucunda, beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin hayali seyirci düşüncesi ile olumsuz benlik algıları arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların kısmi aracı rolü bulunduğu anlaşılmaktadır ($z=2,26$, $p<0,05$). Bu durumda; beliren yetişkinlik dönemindeki bireylerin hayali seyirci düşüncesine sahip olma düzeyleri arttıkça akılcı olmayan inanç geliştirme eğilimleri yükselmekte ve bu dönemdeki bireylerin olumsuz benlik algısı artmaktadır.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, erinlik, ergenlik ve beliren yetişkinlik evrelerinde hayali seyirci ile akılcı olmayan inançlar, olumsuz benlik kavramıyla ilişkili bulunmuştur. Erinlik ve beliren yetişkinlik dönemlerinde hayali seyirci düşüncesi, ergenlik döneminde ise akılcı olmayan inançlar, olumsuz benliği birinci sırada yordamaktadır. Ayrıca ergenler ve beliren yetişkinlerde, hayali seyirci ve olumsuz benlik kavramı arasındaki ilişkide akılcı olmayan inançların kısmi aracılık rolünün bulunduğu belirlenmiştir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre hayali seyircinin, olumsuz benlik kavramını yordaması üzerindeki rolü, yaş yükseldikçe artma eğilimindedir. Hayali seyircinin olumsuz benlik kavramını en yüksek açıkladığı dönem ise beliren yetişkinliktir. Bu sonuç, bazı çalışma sonuçlarıyla tutarlık gösterirken (Goossens ve ark., 1992), bazılarıyla farklılaşmaktadır (Kranz, 2014). Hayali seyirci düşüncesinin erinlik ve ergenlikte olumsuz benlik kavramını yordama düzeyinin daha düşük olması, bu özelliğin doğal gelişim özelliği olduğunu ileri süren görüşlerle tutarlıdır (Elkind, 1967; Lapsley ve ark., 1986; Lapsley ve Murphy, 1985). Erinlik dönemindeki bireyler soyut işlemler evresine ulaşmadığı için hayali seyirci inançlarının altında yatan ön koşul becerilerine sahip değildir ve ergenlik ben merkezliliğini neredeyse yaşamazlar (Elkind, 1967). Ergenlik bireyin kim olduğunu sorguladığı, kendi özelliklerini farketmediği, yani benlik gelişiminin hızlandığı bir dönemdir. Bu dönemle ilintilendirilen hayali seyirci ve kişisel söylenece gibi inançların çoğu, genç bireylerin tutarlı bir benlik kavramı geliştirmeye başlamasının bir yansımasıdır (Lapsley, 1993, Vartanian, 2000) ve bu yüzden olumsuz benlik kavramını açıklama oranı beliren yetişkinliğe göre çok azdır. Ancak bu doğal yapının, beklenen gelişim dönemleri dışında da devam etmesi (Frankenberger, 2000; Kelly ve ark., 2002; Schwartz ve ark., 2008; Sevim ve ark., 2019) bireyin ruh sağlığı üzerinde daha çok soruna yol açıyor görünmekte ve beliren yetişkinlik dönemindeki gencin kendini olumsuz algılamasına kaynaklık edebilmektedir. Genç yetişkinlikte hayali seyirci düşüncesi arttıkça, gençler kendine odaklanırken, başkaları tarafından değerlendirildiğini düşünebilir. Bu durum dış görünüşünden kaygı duymasına, özelliklerini beğenmemesine yol açabilir. Hatta diğer insanların kendisiyle ilgili geri bildirimlerini gerçekçi bir şekilde değerlendirmesini engelleyici bir role sahip olabilir. Hayali seyircinin olumsuz benlik kavramını en fazla beliren yetişkinlerde yordaması bireyselleşme ve kimlik kazanma çabalarının ergenlikle sonlanmadığının işareti de olabilir (Lapsley, 1993). Hayali seyirci inancının beliren yetişkinlikte devam etmesinin bir diğer nedeni, bu inancın önceki gelişim evrelerinde sağlıklı biçimde atlatılamaması nedeniyle kalıcılık göstermesi olabilir. Kelly ve ark. (2002) yaptıkları araştırmada hayali seyirci inancının ergenlik sonrasında da devam ettiği ve sosyal kaygıyla yüksek düzeyde ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bunun da hayali seyirci inancının kişilerin sosyal işlevselliğini yetişkinliğe kadar etkilediğinin kanıtı olduğunu belirtmişlerdir. Bu sonuçlara göre beliren yetişkinlik döneminde bulunan ve kendini olumsuz olarak değerlendiren, benlik saygısı düşük bireylerle psikoterapi çalışmalarında, ben merkezli düşünme eğilimine ilişkin verileri ve ipuçlarını değerlendirmek yararlı olabilir.

Akılçı olmayan inançların olumsuz benlik kavramının pozitif yönde yordayıcısı olduğu sonucu ortaokul öğrencileri (Burnett, 1995; Deniz, 2018), lise öğrencileri (Hamarta ve ark., 2009; Yıldız, Baytemir ve Demirtas, 2018) ve üniversite öğrencileriyle (Daly ve Burton, 1983; Yılmaz ve Duy, 2016) yapılan çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Akılçı olmayan inançlar Ellis'e göre, kişinin kendisine ilişkin dayatmalarını içermektedir (Ellis, 1990). Kendi özelliklerine ilişkin dayatmalar, '-meli, -malı'lar kendisine değer biçmesine veya kendisini olduğundan olumsuz algılamasına yol açmaktadır. Araştırmanın akılçı olmayan inançların artmasının olumsuz benlik kavramının açıklayıcılarından olduğu bulgusu Ellis'in (1990) görüşleriyle bağdaşmaktadır. Araştırma sonucunda, akılçı olmayan inançların olumsuz benlik kavramını en fazla açıkladığı dönemin, ergenlik olduğu görülmektedir. Erinlik dönemi, çocukların somut işlemler döneminden çıkarak, soyut işlemler dönemine geçiş yapmaya başladıkları bir dönemdir ve soyut düşünme becerileri yeni yeni kazanılmaktadır (Gander ve Gardiner, 2004). Ancak akılçı olmayan inançlar, bireylerin varoluşlarını anlamlandırmak için kendilerine, diğer insanlara ve dünyaya yönelik geliştirdikleri hipotezlerden oluşmakta (Ellis, 1990) ve bu inançların gelişimi bireyin kendi düşünceleri üzerinde düşünmesi gibi soyut düşünme becerilerini de gerektirmektedir. Erinlik dönemindeki bireylerde akılçı olmayan inançların yordayıcılık düzeyinin düşük olması erinlerin, henüz soyut düşünme becerilerini tam olarak kazanamamış olmalarıyla bağlantılı olabilir. Elkind (1967) soyut düşünme becerilerinin ergenlik döneminin ortalarında tam olarak geliştiğini belirtmektedir. Ergenler, böylece kendileri, diğerleri ve dünyayla ilgili varsayımlar üretebilmekte ve inanç sistemi oluşturabilmektedirler. Ergenlerin akılçı olmayan inançlarının, erinlik dönemindeki katılımcılara göre olumsuz benlik kavramını daha fazla yordaması, soyut düşünme ve anlamlandırma becerilerinin bu dönemde gelişmesiyle ilintili olabilir.

Araştırmanın sonuçlarından birisi de olumsuz benlik kavramıyla hayali seyirci arasındaki ilişkiye akılçı olmayan inançların aracılık etmesidir. Özellikle ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemlerinde, katılımcıların hayali seyirci düşüncesi ve akılçı olmayan inançları arttıkça benliklerine yönelik olumsuz algılara sahip olma eğilimleri artmaktadır. Ergenlik ve beliren yetişkinlik döneminde söz konusu ilişkiler, akılçı olmayan inançların kısmi aracılığıyla ortaya çıkmaktadır. Benliğin ve kişiliğin gelişimi açısından kritik görülen bu evrelerde; bireyin kendine biçeceği olumsuz değer, hem içinde bulunduğu dönemde hem de ilerleyen yıllarda ruh sağlığı sorunları yaşamasına zemin teşkil edecektir. Araştırmadan

elde edilen bulgulara göre, ruh sağlığı uzmanlarınca yürütülecek müdahale çalışmalarında hayali seyirci düşüncesi gibi gelişimsel unsurlar dikkate alınmalı ve akılçı olmayan inançların bireyin kendi benliğine bakış açısını etkileyebileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Özellikle ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemlerinde, gelişimin evrensel bir uzantısı olarak kabul edilen hayali seyirci düşünce yapısına doğrudan müdahale etmek yerine akılçı olmayan inançlar üzerinde çalışılması, benliğe yönelik geliştirilmiş olumsuz yüklemelerin azalmasına katkı sağlayacaktır. Ancak olumsuz benlik algısı oluşumunu engellemek için okullarda, bireylere önleyici ve gelişimsel bir bakış açısıyla yardım hizmeti verilmelidir. Çünkü çalışmadan elde edilen sonuçlara göre, hayali seyircinin olumsuz benlik algısı oluşumundaki yordayıcı rolü yaşla birlikte artmaktadır. Bu noktada bireysel olarak yürütülecek müdahale çalışmalarında, önleyici ve gelişimsel ruh sağlığı hizmetlerinde, Akılçı Duygusal-Bilişsel Davranışçı terapilerin yöntem ve tekniklerinden yararlanılabilir. Bu yolla erken yaşlardan itibaren akılçı olmayan inançlar üzerinde çalışılması, hayali seyirci düşüncesinin ruh sağlığı üzerindeki olası olumsuz etkilerinin önlenmesine katkı sağlayacaktır (Beaudoin ve Schonert-Reichl, 2006; Karaman, 2013; Kelly ve ark., 2002). Banks'in (2011) vurguladığı gibi özellikle akılçı duygusal eğitimin önleyici bir ruh sağlığı hizmeti olarak ortaokuldan itibaren eğitim müfredatı aracılığıyla sunulması pek çok duygusal ve davranışsal sorununun oluşumunun önüne geçecektir. Akılçı duygusal eğitim aracılığıyla; çocuklar hissettikleri duyguların sorumluluğunu kabul etmekte ve kendi gelişimlerine zarar veren düşünceleri, duyguları ya da davranışları değiştirmenin yollarını öğrenmektedirler.

Araştırmada kişisel söylene düşüncesinin olumsuz benlikle ilişkisi belirlenmemiştir. Bu sonuç, kişisel söyleneğin ruh sağlığını koruyucu işlev görebildiği, uyuma katkı sağladığı, bireye biriciklik duygusu aşıladığı, benlik saygısını desteklediği görüşleriyle tutarlıdır (Lapsley, 1993; Steinberg, 2007). Kişisel söyleneğin etkileriyle ilgili bulunan bu sınırlı bilgi, yapılacak araştırmalarla aydınlatılmalıdır.

Bu araştırmanın temel sınırlıkları kesitsel bir çalışma olması ve kendini rapor etmeye dayalı ölçekler kullanılmasıdır. Bunların yanı sıra beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcıların cinsiyet dağılımı incelendiğinde, %70'inin kadınlardan oluştuğu ve bu grubun akılçı olmayan inanç düzeylerini ölçmek üzere kullanılan AOİÖ kısa formunun geçerlik kanıtlarının beklenen düzeyde olmadığı görülmektedir (bkz. Türküm, 2003). Bu durum, beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcılardan elde edilen bulgular

değerlendirilirken göz önünde bulundurulmalıdır. İleride yürütülecek çalışmalarda; gelişimsel yapılarla çalışıldığından boylamsal desen oluşturulması, hayali seyirci-kişisel söylen- ce kavramlarının nitel bakış açısıyla incelenmesi alanyazına katkı sağlayabilir. Bunun yanı sıra klinik tanı alan gençlerle, tanı almamış gençlerin hayali seyirci, akılcı olmayan inanç- lar ya da olumsuz benlik kavramı düzeylerini karşılaştıracak araştırmalar yapılabilir. Bu tür araştırmalardan elde edilecek bulgular, ruh sağlığı uzmanlarına yol gösterici olabilir.

Etik Kurul Onayı: Çalışma, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onaylandı (onay tarihi ve sayısı: 16.06.2016 / 14/217).

Hasta Onamı: Çalışmaya katılan tüm katılımcılardan yazılı bilgilendirilmiş onam formu alındı.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız

Çıkar Çatışması: Yazarların bu araştırma bağlamında açıklaması gereken herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal Destek: Bu çalışma için herhangi bir kurumdan finansal destek alınmamıştır.

Ethics Committee Approval: The study was approved by the Ankara University Ethics Committee (date and number of approval: 16.06.2016 / 14/217).

Informed Consent: Informed consent was obtained from all individual participants included in the study.

Peer-review: Externally peer-reviewed.

Conflict of Interest: The authors declare no conflict of interest.

Financial Disclosure: No financial disclosure was received.

KAYNAKLAR

Alberts, A., Elkind, D. ve Ginsberg, S. (2007). The personal fable and risk-taking in early adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(1), 71–76. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9144-4>

Banks, T. (2011). Helping students manage emotions: REBT as a mental health educational curriculum. *Educational Psychology in Practice*, 27(4), 383–394. <https://doi.org/10.1080/02667363.2011.624303>

Baron, R. M. ve Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173–1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>

Beaudoin, K. M. ve Schonert-Reichl, K. A. (2006). Epistemic reasoning and adolescent egocentrism: Relations to internalizing and externalizing symptoms in problem youth. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(6), 999–1014. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9054-5>

Bernard, H. R. (2013). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. Los Angeles: SAGE Publications.

Bernard, M. E., Ellis, A. ve Terjesen, M. (2006). Rational-Emotive Behavioral approaches to childhood disorders: History, theory, practice and research. In: Ellis, A. ve Bernard, M. E. (Eds.), *Rational Emotive Behavioral Approaches to Childhood Disorders: Theory, Practice and Research* (pp.3–84). New York: Springer.

Burnett, P. C. (1995). Irrational beliefs and self-esteem: Predictors of depressive symptoms in children? *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 13(3), 193–201. <https://doi.org/10.1007/bf02354510>

Daly, M. J. ve Burton, R. L. (1983). Self-esteem and irrational beliefs: An exploratory investigation with implications for counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 30(3), 361–366. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.30.3.361>

Deniz, A. (2018). 11–15 Yaş Arası bir Grup Ergende Akılcı Olmayan İnançların Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri ile İlişkisinin İncelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E. ve Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science*, 16(4), 328–335. <https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2005.01535.x>

Elkind, D. (1967). Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38(4): 1025–1034. <https://doi.org/10.2307/1127100>

Ellis, A. (1990). Rational and irrational beliefs in counselling psychology. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 8(4), 221–233. <https://doi.org/10.1007/bf01065806>

Erkuş, A. (2011). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci* (3. Baskı). Ankara, Seçkin Yayıncılık.

Fives, C. J., Kong, G., Fuller, J. R. ve DiGiuseppe, R. (2011). Anger, aggression, and irrational beliefs in adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 35(3), 199–208. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9293-3>

Fraenkel, J. R., Wallen N. E. ve Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw Hill.

Frankenberger, K. D. (2000). Adolescent egocentrism: A comparison among adolescents and adults. *Journal of Adolescence*, 23(3), 343–354. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0319>

Gander, M. J. ve Gardiner, H. W. (2004). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. Onur, B. (Çev. Ed.), Ankara: İmge Yayınevi.

Garber, J., Weiss, B. ve Shanley, N. (1993). Cognitions, depressive symptoms, and development in adolescents. *Journal of Abnormal Psychology*, 102(1), 47–57. <https://doi.org/10.1037/0021-843x.102.1.47>

Goossens, L., Seiffge-Krenke, I. ve Marcoen, A. (1992). The many faces of adolescent egocentrism: Two European replications. *Journal of Adolescent Research*, 7(1), 43–58. <https://doi.org/10.1177/074355489271004>

Güney, N. (2007). *Ergenlikte Risk Almanın İçsel Kaynaklarının Benmerkezlilik, Akran Baskısı, Sosyo-Ekonomik Düzey ve Cinsiyet Açısından İncelenmesi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Hamarta, E., Arslan, C., Saygın, Y. ve Özyeşil, Z. (2009). Benlik saygısı ve akılcı olmayan inançlar bakımından üniversite öğrencilerinin stresle başa çıkma yaklaşımlarının analizi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 7(18), 25–42. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/302493>

Hill, P. L., Duggan, P. M. ve Lapsley, D. K. (2012). Subjective invulnerability, risk behavior, and adjustment in early adolescence. *Journal Early Adolescence*, 32(4), 489–501. <https://doi.org/10.1177/0272431611400304>

Jasmine, E. ve Kumar, G. V. (2010). Relationship between irrational beliefs and depression in late adolescence. *Artha - Journal of Social Sciences*, 9(1), 59–65. <https://doi.org/10.12724/ajss.16.6>

Karaman, N. G. (2013). Ergenlerde risk almanın içsel kaynaklarının benmerkezlilik, akran baskısı, sosyo-ekonomik düzey ve cinsiyet açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 12(2), 445–460. https://atif.sobiad.com/index.jsp?modul=makale-detay&Alan=sosyal&Id=AWXw1e7zHDbCZb_mQxbI

- Kelly, K. M., Jones, W. H. ve Adams, J. M. (2002). Using the imaginary audience scale as a measure of social anxiety in young adults. *Educational and Psychological Measurement*, 62(5), 896–914. <https://doi.org/10.1177/001316402236884>
- Kranz, M. S. (2014). Examination of the Relationships Between Perceived Parenting Style, Imaginary Audience, and Self-Esteem (Unpublished doctoral thesis). Northcentral University, Arizona.
- Kuzgun, Y. (2009). *Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara, Nobel Yayıncılık.
- Landicho, D. L. C., Cabanig, M. C. A., Cortes, M. S. F. ve Villamor, B. J. B. (2014). Egocentrism and risk-taking among adolescents. *Asia Pacific Journal of Multidisciplinary Research*, 2(3), 132–142. <http://research.lpubatangas.edu.ph/wp-content/uploads/2014/08/APJMR-Egocentrism-and-Risk-Taking-among-Adolescents.pdf>
- Lapsley, D. K. (1993). Toward an integrated theory of adolescent ego development: The “new look” at adolescent egocentrism. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(4), 562–571. <https://doi.org/10.1037/h0079470>
- Lapsley, D. K. ve Hill, P. L. (2010). Subjective invulnerability, optimism bias and adjustment in emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(8), 847–857. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9409-9>
- Lapsley, D. K., Milstead, M., Quintana, S. M., Flannery, D. ve Buss, R. R. (1986). Adolescent egocentrism and formal operations: Tests of a theoretical assumption. *Developmental Psychology*, 22(6), 800–807. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.22.6.800>
- Lapsley, D. K. ve Murphy, M. N. (1985). Another look at the theoretical assumptions of adolescent egocentrism. *Developmental Review*, 5(3), 201–217. [https://doi.org/10.1016/0273-2297\(85\)90009-7](https://doi.org/10.1016/0273-2297(85)90009-7)
- McGee, R. ve Williams, S. (2000). Does low self-esteem predict health compromising behaviors among adolescents? *Journal of Adolescence*, 23(5), 569–582. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0344>
- Orth, U., Robins, R. W. ve Roberts, B. W. (2008). Low self-esteem prospectively predicts depression in adolescence and young adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(3), 695–708. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.3.695>
- Santrock, J. W. (2012). *Ergenlik ve beliren yetişkinlik dönemi sorunları* (Uzun Özer B., Çev.). Siyez D. M. (Ed.), *Ergenlik* (ss. 422–457). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Schwartz, P. D., Maynard, A. M. ve Uzelac, S. M. (2008). Adolescent egocentrism: A contemporary view. *Adolescence*, 43(171), 441–448. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19086662/>
- Sebastian, C., Burnett, S. ve Blakemore, S. J. (2008). Development of the self-concept during adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 12(11), 441–446. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2008.07.008>
- Sevim, S. A., Doğan Laçın, B. G., Aşçıoğlu Önal, A. ve Avşar, V. (2019). Farklı yaşlardaki gençlerin benmerkezlilik eğilimleri ve akılcı olmayan inançlarının karşılaştırılması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 52(3), 687–714. <https://avesis.erdogan.edu.tr/yayin/a20a8199-4a3a-472b-88e9-290f2de00fa0/farkli-yaslardaki-genclerin-benmerkezlilik-egilimleri-ve-akilci-olmayan-inanclarinin-karsilastirilmasi>
- Steinberg, L. (2007). *Ergenlik*. Çok, F. (Çev. Ed.), Ankara: İmge Yayınevi.
- Şahin, N. H., Batigün, A. D. ve Durak, A. (2002). Kısa Semptom Envanteri: Ergenler için kullanımın geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125–135. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12794665/>
- Tabachnick B. G. ve Fidel, L. S. (2001). *Using Multivariate Statistics*. Boston: Allyn & Bacon, Inc.
- Takishima-Lacasa, J. Y., Higa-McMillan, C. K., Ebesutani, C., Smith, R. L. ve Chorpita, B. F. (2014). Self-consciousness and social anxiety in youth: The revised self-consciousness scales for children. *Psychological Assessment*, 26(4), 1292–1306. <https://doi.org/10.1037/a0037386>
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R. ve Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42(2), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>
- Türküm, A. S. (2003). Akılcı Olmayan İnançlar Ölçeği'nin geliştirilmesi ve kısaltma çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(19), 41–47. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/199973>
- Türküm, A. S., Balkaya, A. ve Karaca, E. (2005). Akılcı Olmayan İnanç Ölçeğinin lise öğrencilerine uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(23), 77–85. http://openaccess.dpu.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12438/620/turkum_ayse_s%c4%b1bel.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Vartanian, L. R. (2000). Revisiting the imaginary audience and personal fable constructs of adolescent egocentrism: A conceptual review. *Adolescence*, 35(140), 639–661. <https://psycnet.apa.org/record/2001-14434-003>
- Yıldız, M. A., Baytemir, K. ve Demirtas, A. S. (2018). Irrational beliefs and perceived stress in adolescents: The role of self-esteem. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 8(1), 79–89.
- Yılmaz, B. Ş. ve Duy, B. (2016). Psiko-egitim uygulamasının kız öğrencilerin benlik saygısı ve akılcı olmayan inançları üzerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 68–81. <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/200120>

EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

INTRODUCTION

Adolescence is the period when the adolescent's self is discovered while its development continues. The self includes the person's thoughts, feelings and the value he attributes to his body, personality traits, values, abilities (Gander & Gardiner, 2004; Kuzgun, 2009). Both the cause and effect of the most things happening in adolescence are about self-development and search for identity (Gander & Gardiner, 2004). Adolescents who have negative perceptions about their own self are more likely to experience mental and physical problems (Trzesniewski et al., 2006).

The concept of self is directly influenced by the usual cognitive changes of adolescence. Adolescent egocentrism is one of the important social and cognitive changes of adolescence. Elkind (1967) states that the imaginary audience (believing that others are constantly following him, thinking that he is the center of attention) and personal myth (believing that he is special and unique, will not be harmed) is the product of egocentrism. Social-cognitive changes generally support the development of the adolescent, but may also be a source for adolescents to encounter some problems.

Another variable related to the mental health of the adolescent is irrational beliefs. Adolescents begin to develop thoughts and beliefs about themselves, others, and the world after the age of 11–12, when their abstract processing skills begin to develop. Some of these beliefs are rational and some are not rational (Bernard, Ellis and Terjesen, 2006). Irrational beliefs are rigid, unrealistic, and based on generalizations. It involves impositions against one's self or others (Ellis, 1990).

Negative self-perception is one of the main causes of mental health problems that may occur during and after adolescence (Donnellan et al., 2005; Trzesniewski et al., 2006). In the literature, there is a limited number of studies focusing on the fact that the irrational beliefs may be related to self-esteem (Deniz, 2018; Hamarta, Arslan, Saygin & Özyeven, 2009) or self-esteem may be related with the tendency of egocentric thinking (Hill, Duggan & Lapsley, 2012; Lapsley & Hill, 2010). It is seen that there is a need for studies examining the relationship of these important structures, which emerged as a result of the social and cognitive development of the adolescent, with negative self-perception. In terms of guiding the studies in the field of adolescent mental health, it is important to determine to what extent the individual's negative self-perceptions can be explained by developmental features and to what extent they can be explained by dysfunctional belief structures such as irrational belief. On the other hand, since structures such as self, personal fable or imaginary audience change with age, they should be examined in comparison with different developmental stages (Frankenberg, 2000; Schwartz, Maynard & Uzelac, 2008; Sebastian, Burnett & Blakemore, 2008).

In this study, it was aimed to determine whether the negative self-perception of young people of different ages is predicted by imaginary audience, personal fable, gender and irrational beliefs. For this purpose, the following research questions were examined:

- Are the imaginary audience, personal fable, gender, and irrational beliefs significant predictors of the negative self-perception of young people of different ages?
- Does irrational beliefs mediate the relationship between the imaginary audience and the concept of negative self in all three developmental stages?

METHOD

This study was done in cross-sectional and correlational model. The study group consisted of university students studying at Ankara, Cumhuriyet, Afyon Kocatepe Universities and 667 students attending

secondary and high schools in Ankara. The participants, whose ages ranged between 13–24, were divided into three groups: puberty (13–15), adolescence (16–18) and emerging adulthood (19–24). Short Symptom Inventory for Adolescents, Irrational Beliefs Scale Adult and Adolescent Forms, Egocentrism Scales (New Personal Fable/New Imaginary Audience) Adult and Adolescent Forms were used as data collection tools.

In the study, the variables that predict the negative self-perception levels of individuals in puberty, adolescence, and emerging adulthood periods in a statistically significant way were determined by hierarchical regression analysis. The analyzes were carried out separately for individuals in puberty, adolescence and emerging adulthood.

RESULTS

In the hierarchical regression analysis conducted for individuals in puberty, adolescence, and emerging adulthood, the imaginary audience predictor variable, which shows a significant relationship with negative self-perception level, was taken as the first variable and the irrational beliefs variable in the second row. According to the results obtained, it was determined that as the imaginary audience thoughts of the pubescents and university students increased, their negative perceptions towards their selves increased, and the adolescents' negative self-perception levels increase as their irrational beliefs and imaginary audience thoughts increase. When the results regarding the mediating role of irrational beliefs in the relationship between imaginary audience and negative self-concept are examined, it was observed that irrational beliefs did not have a mediating role in the relationship between imaginary audience thought and negative self-perception in pubescents and that there was a partial mediating role of irrational beliefs in the relationship between imaginary audience thought and negative self-perception of the participants in adolescence and emerging adulthood.

DISCUSSION

In this study, irrational beliefs and imaginary audience were found to be associated with negative self-concept in all three developmental stages. Imaginary audiences in emerging adults and irrational beliefs in adolescents are important predictors of negative self-concept. In addition, irrational beliefs mediate the relationship between imaginary audience and negative self-concept in adolescents and emerging adults.

According to the findings of this study, the role of the imaginary audience on predicting the concept of negative self tends to increase with higher age. While this result is consistent with the results of some studies, it is contradictory with others (Goossens, Seiffge-Krenke and Marcoen, 1992; Kranz, 1993). The fact that the level of imaginary audience thinking to predict the concept of negative self is lower in adolescence and emerging adulthood is consistent with the opinions suggesting that this feature is a natural development feature. If imaginary audience still exists in the emerging adults, this seems to cause more problems and leads the young person to perceive himself negatively. That the imaginary audience predicts the negative self-concept in emerging adulthood period more than the puberty and adolescents may also be a sign that the efforts of individualizing and gaining identity are still continuing in the emerging adults (Lapsley, 1993). Especially during adolescence and emerging adulthood, intervening in irrational beliefs instead of the imaginary audience will contribute to the reduction of negative attributions towards the self. Besides, in order to prevent the development of negative self-perception in schools, mental health practitioners may consider rational emotional education as a preventive mental health service starting from primary school with the education curriculum (Banks, 2011).

The result that irrational beliefs predict negative self-concept shows similarities with the results of the studies conducted with secondary school students (Burnett, 1995; Deniz, 2018), high school students (Hamarta, Arslan, Saygin and Özyeven, 2009; Yildiz, Baytemir and Demirtas, 2018) and university students (Daly and Burton, 1983; Yilmaz & Duy, 2016). Irrational beliefs include, according to Ellis, one's impositions on himself (Ellis, 1990). The impositions towards his own characteristics lead him to assess himself as inferior to who he really is, that is, the finding of the research that the increase in irrational beliefs is a significant predictor of the negative self-concept is in line with Ellis' s views. In the study, it was found that irrational

beliefs explain the negative self-concept in adolescent more than the puberty and emerging adulthood. These differences seem to related to different levels of cognitive ability of pubescent, adolescent, and emerging adults (Elkind, 1967).

The limitations of this research are that it is a cross-sectional study and the use of self-reporting scales. Besides, Since it is studied with developmental structures, creating a longitudinal pattern and examining the imaginary audience-personal fable concepts with a qualitative perspective can contribute to the related literature.

Keywords: irrational beliefs, adolescence egocentrism, imaginary audience, personal fable, negative self-concept