

The Journal of Academic Social Science Studies



International Journal of Social Science

Volume 6 Issue 2, p. 593-611, February 2013

**BENLİK KURGULARI VE ÖZNEL İYİ OLUŞ: OTANTİK
OLMANIN ARACILIK ROLÜ**
*SELF-CONSTRUAL AND SUBJECTIVE WELL-BEING: THE MEDIATIVE ROLE
OF AUTHENTICITY*

Yrd. Doç. Dr. Yalçın ÖZDEMİR

*Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve
Rehberlik ABD*

Yrd. Doç. Dr. Tahsin İLHAN

*Gaziosmanpaşa Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Bölümü Psikolojik Danışma ve Rehberlik
ABD*

Abstract

Well-being is an important subject that has been investigated in recent years. Moreover, recent studies pointed out the relationship between culture and well being. The purpose of the current investigation was to examine the relationships between self construals, authenticity, and subjective well-being. Participants were 248 university students between the age of 18-25. Of this participants, 64 were males (26%) and 184 were females (74%). Participants completed a questionnaire that included measures of self construals, authenticity, and subjective well-being. Results indicated that direct and indirect effects existed in the relationships between self construals, authenticity, and subjective well-being. Although, there were no significant direct relationships between autonomous self-construal, related self-construal and subjective well-being, autonomous self-construal associated with subjective well-being through authenticity. Autonomous-related self

construal both directly and indirectly associated with authenticity and subjective well-being. In addition to direct and indirect effects, results of the mediation analysis indicated that authenticity mediates the relationships between autonomous self-construal, autonomous-related self-construal and subjective well-being. This showed that autonomous and autonomous-related self-construals are associated with subjective well-being through authenticity. Together, self-construals and authenticity explained 28% of the variance in subjective well-being. Current study documented not only the extent to which self-construal was associated with authenticity, but also how strongly authenticity was associated with subjective well-being. Findings are discussed in terms of the self determination theory and cultural change. In addition, findings of the current study inform the development of intervention programs for counselors aimed at improving well-being of university students.

Key Words: self construal, autonomous self-construal and related self-construal, autonomous-related self construal, authenticity, subjective well-being.

Öz

İyi oluş son yıllarda psikoloji alanında incelenen önemli konulardan biri durumundadır. Ayrıca son zamanlarda yapılan çalışmalar kültürel faktörlerin iyi oluş ile ilişkisine vurgu yapmaktadır. Bu çalışmanın amacı benlik kurguları, otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Çalışmaya 18-25 yaş aralığında 248 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcıların 64'ü (%26) erkek, 184'ü (%74) kız öğrenciden oluşmuştur. Katılımcılar benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş ölçeklerini doldurmuşlardır. Sonuçlar benlik kurguları, otantiklik ve öznel iyi oluş arasında doğrudan ve dolaylı ilişkilerin oluşunu göstermiştir. Özerk ve ilişkisel benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasında doğrudan anlamlı bir ilişki bulunmazken, özerk benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasında otantiklik aracılığı ile oluşan dolaylı bir ilişki bulunmuştur. Özerk-ilişkisel benlik kurgusu otantiklik ve öznel iyi oluş ile hem doğrudan hem de dolaylı ilişki göstermiştir. Ayrıca, otantikliğin özerk ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki aracılık etkisinin anlamlı olduğu görülmüştür. Benlik kurguları ve otantiklik öznel iyi oluştaki değişkenliğin %28'ini açıklamıştır. Bu çalışmanın sonuçları sadece benlik kurgularının otantiklik ile ilişkisini göstermekle kalmayıp, otantikliğin de öznel iyi oluşla güçlü bir şekilde ilişki gösterdiğini ortaya koymuştur. Bulgular öz belirleme kuramı ve kültürel değişim bağlamında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: benlik kurgusu, özerk benlik kurgusu, ilişkisel benlik kurgusu, özerk-ilişkisel benlik kurgusu, otantiklik, öznel iyi oluş

GİRİŞ

İyi oluş son yıllarda psikoloji alanında ele alınan önemli konulardan biri durumundadır. İyi oluş ile ilgili önceki çalışmalar çoğunlukla bireysel farklılıklar ve demografik etmenlerin iyi oluş üzerine olan etkilerine odaklanmıştır (Huebner, Drane ve Valois, 2000; Gutierrez, Jimenez, Hernandez ve Puente, 2005). Yeni araştırmalar (Lu ve Gilmore, 2004; Lu, 2006; Schimmack, Radhakrishnan, Oishi, Dzokoto ve Ahadi, 2002; Uskul, Hynie ve Lalonde, 2004) daha çok bireysel farklılıklar ve bağlamsal etmenlerin etkileşimi üzerine odaklanmaktadır. Kişilerin öznel iyi oluşları ile ilişkili olan bağlamsal etmenlerden biri de kültürdür (Lu ve Shih, 1997; Lu ve Gilmore, 2004; Uskul ve ark., 2004).

Kültürel ortamın daha çok bireycilik boyutu üzerinden tanımlandığı toplumlarda öznel iyi oluşla ilişkili yapılardan birisinin bağımsız (özerk) benlik kurgusu, toplulukçuluğun hâkim olduğu kültürlerde ise karşılıklı bağımlı (ilişkisel) benlik kurgusu olduğu ileri sürülmüştür (Lu ve Gilmore, 2004). Diğer yandan öznel iyi oluşu kültüre ve onun sonucu olarak görülen benlik kurgularına bağlı olarak açıklayan görüşlerden farklı olarak, özerklik ve ilişkisellik gereksinimlerini evrensel olarak gören ve her ikisinin de karşılanmasının öznel iyi oluş üzerinde olumlu etkisi olduğunu gösteren güçlü bir kuramsal alt yapı bulunmaktadır (Ryan ve Deci, 2001). Ayrıca gereksinimlerin karşılanması ve iyi oluş arasındaki ilişkiye yönelik yeterince görgül bulgu da ortaya konmuştur (Baumeister ve Leary, 1995; Sheldon ve Niemiec, 2006). Baumeister ve Leary (1995), kişilerarası bağlılığın ya da ilişkiselliğin yüksek olmasının olumlu duyguyla, olmamasının da olumsuz duyguyla ilişkili olduğunu belirtmiştir.

Sheldon ve Niemiec (2006) hem özerklik ve ilişkililik gereksiniminin doyurulmasının hem de ikisinin dengeli bir biçimde giderilmesinin iyi oluşla olumlu ilişkili olduğunu göstermiştir. Güney Kore, Rusya, Türkiye ve A.B.D.'den katılımcılarla gerçekleştirilen başka bir çalışmada özerk davranışların bütün ülkelerde öznel iyi oluşla olumlu ilişki gösterdiği ortaya konulmuştur (Chirkov, Ryan, Kim ve Kaplan, 2003). Chirkov, Ryan ve Willness (2005) Kanadalı ve Brezilyalı katılımcılarla gerçekleştirdikleri çalışmalarında özerklik ve iyi oluşun her iki toplumda anlamlı ilişki gösterdiğini, ancak bu ilişkinin Kanadalı katılımcılar arasında daha güçlü olduğunu bulmuşlardır.

Hem iyi oluş hem de kültürel faktörlerle ilişkili olarak vurgulanan diğer bir kavram otantiklikdir. Bazı araştırmacılar tarafından iyi oluşla ilişkili olarak kişilerin gerçek benleri (true self) ile uyumlu bir şekilde yaşamasına vurgu yapılmaktadır (Ryan ve Deci, 2001; Waterman, 1993). Bu bakış açısına göre belirli bir iyi oluş düzeyine ulaşmak için kişilerin gerçek benlikleri doğrultusunda yaşaması ya da otantik (authentic) olmaları gerekmektedir. Temel danışma psikolojisi yaklaşımlarından olan insancıl ve varoluşsal yaklaşımlara (May, 1981; Rogers, 1964; Yalom, 1980) göre de

otantiklik, bireylerin iyi oluşlarının anlaşılması açısından büyük önem taşımaktadır. Bunun yanında otantiklik kavramı psikodinamik (Horney, 1951; Winnicott, 1965) ve gelişimsel yaklaşımlar (Harter, Marold, Whitesell ve Cobbs, 1996) ile sosyal psikoloji (Kernis ve Goldman, 2005; Lopez ve Rice, 2006), pozitif psikoloji (Sheldon, 2004), ve klinik psikoloji (Ehlers, Maercker ve Boos, 2000; Joseph ve Linley, 2005) alanlarında da ruh sağlığı açısından önemli bir değişken olarak vurgulanmıştır.

Otantiklik çeşitli araştırmacılar tarafından birkaç boyuttan oluşan üst bir yapı olarak kavramlaştırılmaktadır. Örneğin, Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph (2008) insancıl kuramdan yola çıkarak otantikliği kendine yabancılaşma (self-alienation), otantik yaşam (authentic living) ve dış etkileri kabul etme (accepting external influence) olarak tanımladıkları üç boyuttan oluşan bir yapı olarak ele almaktadırlar. Kendine yabancılaşma boyutu bireyin bilinçli farkındalığı (conscious awareness) ile gerçek benliği arasındaki farkı ifade etmektedir ve kişinin kendisinin farkında olmaması, gerçek benliğinden uzak hissetmesi gibi özellikleri içermektedir. İkinci boyut olan otantik yaşam kişilerin farklı ortamlarda duygu, düşünce, değer ve inançlarına uygun olarak yaşamasını ifade etmektedir. Dış etkileri kabul etme boyutu diğerlerinin etkisini kabul etme ve kişinin beklentilerine uymaya yönelik inancı olarak tanımlanmaktadır. Özet olarak, kendine yabancılaşma, otantik yaşam ve dış etkileri kabul etme otantikliğin üç bileşenini temsil etmektedir. Bireydeki otantik yaşamın fazlalığı ile kendine yabancılaşma ve dış etkileri kabul etmenin azlığı otantikliğin yüksekliğine işaret etmektedir (Wood ve ark., 2008).

Danışma psikolojisi alanında otantiklik, iyi oluşun önemli yordayıcılarından biri olarak görülmekte (Horney, 1951; May, 1981; Rogers, 1961; Winnicott, 1965; Yalom, 1980) ve otantik olmama durumu psikopatoloji ile ilişkilendirilmektedir. Psikodinamik yaklaşımda özellikle çocukluk döneminde dışsal etkilerin içselleştirilmesi kendine yabancılaşmaya, bunun da psikopatolojiye neden olduğu ileri sürülmektedir (Horney, 1951; Winnicott, 1965). Varoluşçu yaklaşımda ise kendine yabancılaşma ve bunun psikolojik sorunlarla ilişkisine vurgu yapılmaktadır (Yalom, 1980; May, 1981).

Görgül çalışmalarda da otantiklik ile iyi oluş arasında olumlu ilişkilerin olduğu ortaya konmuştur (Goldman ve Kernis, 2002; Kernis, 2003; Kernis ve Goldman, 2006). Bu çalışmalar, otantiklik ile benlik saygısı ve iyi oluş arasında güçlü ilişki olduğunu; kişinin otantiklik düzeyi arttıkça benlik saygısı ve yaşam doyumu düzeylerinin arttığını, olumsuz duygu durumlarında azalma olduğunu göstermiştir. Örneğin, Neff ve Harter (2002) yakın ilişkilerde otantik olmayan kişilerin benlik saygılarının düşük, depresyon düzeylerinin yüksek olduğunu göstermiştir. Lopez ve Rice (2006) otantik yaşam ve dış etkileri kabul etme ile benlik saygısı, depresyon, kaygı ve yaşam doyumunun ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Sosyal psikoloji alanındaki araştırmalar farklı rollerde farklı kişilik özellikleri sergilemenin iyi oluşla olumsuz ilişkili olduğunu göstermektedir (Roberts ve Donahue, 1994). Bir başka ifadeyle, kişilik özellikleri

açısından ortamdan ortama ya da rolden role farklılık göstermeyen kişilerin iyi oluş düzeyleri daha yüksek bulunmaktadır (Bettencourt ve Sheldon, 2001).

Diğer taraftan, bazı araştırmacılar otantikliğin kültürlerarası farklılık gösterebileceğini (Choi ve Choi, 2002; Spencer-Rodgers, Boucher, Peng ve Wang, 2009; Suh, 2002) ve toplulukçu kültürlerde yaşayan bireylerin iyi oluşları için otantik olmanın çok önemli olmadığını belirtmektedir (Markus ve Kitayama, 1991). Bu toplumlarda insanlar davranışlarını sosyal çevrenin beklentilerine göre ayarlarlar ve bu davranışı yanlış olarak değerlendirmezler (Markus, Mullally ve Kitayama, 1997). Buna karşın, bireyci toplumlarda kişinin öz değerlerini, amaçlarını ve beklentilerini toplumsal olanın üzerinde tutmayı tanımlayan özerklik değerinin önemli olması nedeni ile kişinin kendi benliğini ortaya koyamaması, sosyal beklentilere uyma adına kendi değerlerinden uzaklaşması, bir başka ifadeyle otantik olmamasının iyi oluşu üzerindeki olumsuz etkisi daha fazla olmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991). Çünkü Batı toplumlarında davranışlardaki tutarlılık ya da kişinin davranışlarının durumdan duruma değişmemesi olumlu bir özellik olarak değerlendirilmektedir (Suh, 2002). Buna göre otantiklik ve bunun iyi oluş ile ilişkisi de kültürler arasında farklılık göstermektedir. Örneğin, Heine ve Lehman (1999) Avrupa kökenli Kanadalılara göre gerçek benlik ile ideal benlikleri arasındaki farkın Japon öğrenciler için daha fazla olduğunu, ancak bu farklılığın Japon öğrencilerin depresyon düzeyleri ile diğerlerine göre daha düşük düzeyde bir ilişki gösterdiğini bulmuşlardır. Suh (2002) Koreli ve Kuzey Amerikalı öğrencilerin katılımıyla gerçekleştirdikleri çalışmalarında Koreli öğrencilerin benlik tanımlamalarının Amerikalı öğrencilere göre ilişkiden ilişkiye daha az tutarlılık gösterdiğini ve benlik tanımlamalarındaki tutarsızlık ile iyi oluş arasındaki ilişkisinin Koreli katılımcılar için daha düşük olduğunu bulmuştur. Bu çalışmalar toplulukçu kültürler ve özellikle doğu Asya ülkeleri için benlik tutarlılığının (self consistency) ya da otantikliğin Batı kültüründe olduğu gibi psikolojik sağlığın bir göstergesi olmayabileceğini ya da aradaki ilişkinin Doğu toplumlarında daha düşük olabileceğini göstermektedir.

Otantikliği açıklayan kuramlar özerklik gereksiniminin karşılanması ve bu gereksinimin temel kaynağı olan kültürel etmenler üzerine odaklanmaktadır. Öz Belirleme Kuramına (Deci, 2008; Deci ve Ryan, 2000; Ryan ve Deci, 2000) göre kişilerin eylemleri ya da davranışları onların gerçek benliklerini yansıttığında, bir başka ifadeyle özerk ya da kendi seçimlerini kendisi belirleyen durumda olduklarında kişiler otantik olmaktadır. Kurama göre bireyler kendi seçimlerine göre hareket ettiklerinde ve kendi benliklerini ortaya koyabildiklerinde kendilerini otantik hissedebilirler. Özerklik bireylerin kendi gerçek benliklerine uygun biçimde davranabilmelerini sağlamaktadır. Öz belirleme kuramına dayalı olarak yapılan araştırma sonuçları otantik davranışların özerklik gereksiniminin karşılanmasına bağlı olarak ortaya çıkabileceğini göstermektedir (Deci ve Ryan, 2000; Oshana, 2007; Sheldon

ve Elliot, 1999). Kültürel açıdan bakıldığında ise Batılı kişilik ve sosyal psikoloji kuramları insanı bireyci bir kavramsallaştırmayla ele almaktadır (Cross ve Markus, 1999; Markus ve Kitayama, 1991). Buna göre birey ve onun hakları, beklentileri toplum ve toplumsal beklentilerden önce gelmesi nedeni ile bireyin gerçek benliği ve bu benliğin durumdan duruma değişmemesi önem kazanmaktadır. Buna göre gerçek benliğini oluşturan kişiler özerk olarak davranabilirler ve başkalarının etkilerine direnebilirler. Diğer yandan toplulukçu kültürlerde bireyler sosyal çevrelerinden bağımsız olarak ele alınmamakta, toplumsal rolleri açısından tanımlanmaktadır (Markus ve Kitayama, 1991; Triandis, 1989). Karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun (Markus ve Kitayama, 1991) daha önemli olduğu bu kültürlerde bireysel özellikler, inançlar ve tutumlar benlik tanımlamalarında görece olarak daha az önemli olurken, benlik tutarlılığı ya da otantiklik bu toplumlarda Batı toplumları gibi önemli görülmemektedir (Heine, Lehman, Markus ve Kitayama, 1999; Suh, 2002).

Yukarıdaki açıklamalar bir arada ele alındığında genel olarak bireyci yönelime sahip kişilerin daha otantik ve kendi öz-varlıklarına bağlı ve tutarlı; toplulukçu yönelimdeki kişilerin ise çevresel baskılara göre hareket etmeye daha açık oldukları (Markus, Kitayama ve Heiman, 1996; Suh, 2002) ve dolayısıyla otantiklik düzeylerinin daha düşük olabileceği söylenebilir. Ancak, Neff ve Suizzo (2006) Avrupa kökenli Amerikalılar ile Meksika kökenli Amerikalılar arasında otantiklik ve iyi oluş arasındaki ilişkileri inceledikleri çalışmalarında Meksika kökenli Amerikalılar için otantiklik ve ilişkisel iyi oluş (relational well-being) arasında güçlü bir ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Araştırmacılar bu sonucu otantikliğin sadece bireyci kültürlere ait bir değer olmadığını gösterme yönünde bir bulgu olarak yorumlamışlardır. Diğer yandan gerek bireyci gerekse toplulukçu yönelimlerin otantik olmayı tutarlı olarak yordamadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Örneğin, İmamoğlu ve arkadaşları (2011) çalışmalarında bireycilik ve toplulukçuluk yönelimlerinden bağımsız olarak kendileşme ve ilişkililik (relational and individuation orientations) gibi benlik yönelimlerinin otantik (özgün) olmayı yordadığını bulmuşlardır. Bu sonuç kültürel düzeydeki bireycilik-toplulukçuluk yönelimlerinden çok, onun bireysel düzeyde karşılığı olan benlik kurgularının otantiklik ile ilişkili olduğunu göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde benlik kurgularının hem otantiklik hem de öznel iyi oluşla, otantikliğin de öznel iyi oluş ile ilişkili olduğu görülmektedir. Tartışmalardan özellikle özerk benlik, otantiklik ve iyi oluş ilişkisinin daha çok bireyci değerlerin önemli olduğu Batı toplumları (Markus ve Kitayama, 1991) için kurulabileceği görülmektedir. Türkiye geleneksel olarak toplulukçu bir kültür olarak sınıflandırılrsa da (Hofstade, 2001), son yıllardaki araştırma sonuçları Türk toplumunda bireyci değerlere doğru bir değişim yaşandığını (Çileli, 2000; Göregenli, 1995; İlhan, 2009); özerklik, başarı, kendini geliştirme gibi bireyci değerlerin önemli hale geldiğini göstermektedir (Karakitapoğlu-Aygün ve İmamoğlu, 2002; İmamoğlu ve Karakitapoğlu-Aygün, 1999). Devam etmekte olan kültürel değişimlerin bir sonucu

olarak ortaya çıkan özerk ve buna ek olarak geleneksel değerleri de içinde barındıran özerk-ilişkisel benliğin otantik olma ve öznel iyi oluşla olan ilişkilerinin kültürel değişimleri ve gençleri anlama açısından önemli sonuçlar ortaya koyabileceği düşünülmektedir. Bilindiği kadarıyla, ilgili alanyazında otantiklikle ilgili çok az sayıda çalışmanın yapıldığı (Aydoğan, Özbay ve Büyüköztürk, 2011; Gül, 2010; İmamoğlu Günaydın ve Selçuk, 2011) benlik kurguları, otantiklik ve iyi oluş arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışmanın ise olmadığı görülmüştür. Bu çalışmada, kültürel değişim tartışmalarına ve özerkliğin temel insan gereksinimi olduğu görüşüne dayanarak özerk benlik kurgusunun ve özerk-ilişkisel benlik kurgusunun otantiklikle olumlu, ilişkisel benliğin olumsuz ilişki göstereceği, otantikliğin iyi oluş ile olumlu ilişki göstereceği beklenmektedir. Bu çalışmanın amacı benlik kurgusu (özerk, ilişkisel ve özerk-ilişkisel), otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkilerin otantikliğin benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki aracı rolünün incelenmesidir.

YÖNTEM

Çalışma grubu

Uygun örnekleme yöntemiyle belirlenen çalışma grubu Ege bölgesindeki bir üniversitenin çeşitli fakülte ve bölümlerinde okuyan 18-25 yaş aralığında ($\bar{X} = 21.14$; $Ss = 2.36$) 64 erkek, 184 kız olmak üzere, toplam 248 öğrenciden oluşmuştur. Katılımcıların %60'ı birinci, %40'ı ise dördüncü sınıfa devam eden öğrencilerdir.

Veri Toplama Araçları

Benlik kurgusu: Araştırmada benlik kurgularını ölçmek için Kağıtçıbaşı (2007) tarafından geliştirilen "Özerk-İlişkisel Benlik Ölçekleri" kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerine yönelik geliştirilen 27 maddelik ölçek özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk-ilişkisel benlik olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır. Katılımcılar bir maddeye ne ölçüde katıldıklarını beşli dereceleme ölçeğinde işaretleyerek belirtmektedir. Kağıtçıbaşı (2007) Cronbach Alfa güvenirlik katsayısını özerk benlik, ilişkisel benlik ve özerk-ilişkisel benlik boyutları için sırasıyla $\alpha = 0.77$, $\alpha = 0.75$, ve $\alpha = 0.81$ olarak vermiştir. Bu çalışmada iç tutarlık katsayıları sırasıyla özerk benlik için $\alpha = 0.75$, ilişkisel benlik için $\alpha = 0.69$ ve özerk-ilişkisel benlik için $\alpha = 0.71$ olarak bulunmuştur.

Otantiklik: Bu çalışmada otantikliği ölçmek için Wood ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen 12 maddelik Otantiklik Ölçeği (Authentic Scale) kullanılmıştır. "Kendine Yabancılaşma", "Dış Etkileri Kabullenme" ve "Otantik Yaşam" olmak üzere üç alt boyuttan oluşan ölçek 1 - 7 arasında puanlanmaktadır. Ölçeğin Türkçeye uyarlama çalışması İlhan ve Özdemir (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe formun psikometrik çalışmaları ölçeğin orijinal formu ile aynı yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları sırasıyla Yabancılaşma için $\alpha = 0.79$, Dış Etkileri Kabullenme için $\alpha = 0.67$ ve Otantik

Yaşam için $\alpha = 0.62$ bulunmuştur. Orijinal formun geliştirilme çalışmaları kapsamında ölçeğin Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayıları Yabancılaşma için $\alpha = 0.78$, Dış Etkileri Kabullenme için $\alpha = 0.78$ ve Otantik Yaşam için $\alpha = 0.69$ bulunmuştur. Ayrıca, iki ve dört hafta ara ile iki kez ölçeğin test tekrarı yapılmış ve güvenilirlik katsayılarının .85 ile .91 arasında değiştiği bulunmuştur. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayıları sırasıyla otantik yaşam için $\alpha = 0.53$, dış etki için $\alpha = 0.67$ ve yabancılaşma için $\alpha = 0.71$ olarak bulunmuştur.

Öznel İyi Oluşun Ölçümü

Öznel iyi oluş kavramı literatürde yaygın olarak doğrudan değil, dolaylı bir şekilde ölçülmektedir. Öznel iyi oluşla ilgili yapılan araştırmalarda iyi oluşun farklı psikolojik yapıları ölçmek için kullanılan ölçme araçlarının birleşimiyle ölçüldüğü görülmektedir. Bu konuda en yaygın olarak kullanılan ölçekler Yaşam Doyumu Ölçeği ve Pozitif-Negatif Duygu Ölçeği'dir.

Yaşam Doyumu Ölçeği: Ölçek, Diener, Emmons, Laresen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş ve Köker (1991) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam beş maddeden oluşan ölçek Likert tipindedir ve 1 – 7 arasında puanlanmaktadır. Ayrıca ölçeğin güvenilirliğine yönelik yapılan çalışmasında Cronbach-alfa güvenilirlik katsayısı $\alpha = 0.76$ olarak elde edilmiştir. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı $\alpha = 0.77$ olarak bulunmuştur.

Negatif-Pozitif Duygu Ölçeği: Watson ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen ölçek, Gençöz (2000) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 10 olumlu, 10 olumsuz duygu maddesi içermekte ve 5'li Likert tipine göre değerlendirilmektedir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı Negatif Duygu için $\alpha = 0.83$, Pozitif Duygu için $\alpha = 0.86$ bulunmuştur. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayıları olumlu duygu için $\alpha = 0.81$, olumsuz duygu için $\alpha = 0.78$ olarak bulunmuştur.

İşlem

Uygulamanın yapılabilmesi için gerekli izinler alınmıştır. Çalışmada kullanılan ölçekler katılımcılara ders saatinde, gönüllülük esasına dayalı olarak, grup uygulamaları şeklinde uygulanmıştır. Katılımcılara öncelikle araştırmanın amacına yönelik kısa bir bilgi verilmiş ve ardından uygulamaya geçilmiştir. Katılımcılardan kimlik bilgileri istenmemiştir. Ölçeklerin uygulanması 20–25 dakika arasında değişmiştir.

Veri Analizi

Veri analizine başlamadan önce olası eksik ve hatalı kodlamalar gözden geçirilmiştir. İlk olarak benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiler SPSS 17 programında Pearson Momentler Çarpım Korelasyon katsayısı ile hesaplanmıştır. Ardından AMOS 17 kullanılarak gözlenen değişkenlerle yol analizi (path analysis) gerçekleştirilmiştir. Modelde (1) benlik kurguları ile

otantiklik; (2) benlik kurguları ile öznel iyi oluş; (3) otantiklik ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu analizler gözlenen değişkenlerle gerçekleştirildiği için model testinden (model fit) çok bulgularda doğrudan ve dolaylı etkilere ve açıklanan varyans üzerine odaklanılmıştır (Tabachnik ve Fidell, 1996).

BULGULAR

İlk olarak benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş değişkenleri arasındaki ilişkiler hesaplanmıştır (Tablo 1). Özerk benlik ($r = .32$), ilişkisel benlik ($r = .11$) ve özerk ilişkisel benlik ($r = .33$) otantik olmayla olumlu yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Ancak özerk ve özerk-ilişkisel benliğin otantik olmayla daha yüksek düzeyde ilişki gösterdiği görülmektedir. Özerk benlik öznel iyi oluş ile anlamlı bir ilişki göstermezken, ilişkisel ($r = .15$) ve özerk-ilişkisel benlik ($r = .34$) anlamlı ilişkilidir. Otantik olma öznel iyi oluş ile olumlu ilişki göstermiştir ($r = .44$).

Tablo 1. Benlik kurgusu, otantik olma ve öznel iyi oluş arasındaki korelasyonlar

	1	2	3	4
1. Özerk benlik				
2. İlişkisel benlik	-.45**			
3.Özerk-ilişkisel benlik	.05	.46**		
4. Otantik olma	.32**	.11	.33**	
5. Öznel iyi oluş	.09	.15*	.34**	.44***

* $p < .05$; ** $p < .01$, *** $p < .001$

Benlik kurgusu, otantik olma ve öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri test etmek amacıyla AMOS programı kullanılarak gözlenen değişkenlerle yol analizi (path analyses) gerçekleştirilmiştir (Figür 1). Tablo 2'de standardize edilmiş doğrudan ve benlik kurgusunun otantiklik aracılığı ile öznel iyi oluş üzerindeki dolaylı etki değerleri sunulmuştur. Sonuçlar özerk benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olmadığını, ancak özerk benlik ile otantik olma ve otantik olmayla öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğunu göstermektedir. Buna göre özerk benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerine olan etkisinin doğrudan olmaktan çok otantik olma üzerinden gerçekleştiği söylenebilir. Benzer biçimde ilişkisel benlik kurgusunun da öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olmadığı görülmektedir. Ancak ilişkisel benlik ile otantik olma arasındaki ilişkilerin anlamlı olmaması nedeni ile ilişkisel benlik kurgusunun otantik olma aracılığı ile öznel iyi oluş üzerinde dolaylı bir etkisi bulunmamaktadır. Özerk ve ilişkisel benlik kurgusundan farklı olarak özerk-ilişkisel benlik kurgusu öznel iyi oluş üzerinde anlamlı doğrudan bir etkiye sahiptir. Ayrıca özerk-ilişkisel benlik ile otantik olma ve otantik olmayla öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerin anlamlı olması nedeni ile

özerk-ilişkisel benlik ile öznel iyi oluş arasında otantik olma aracılığı ile gerçekleşen dolaylı bir ilişki bulunmaktadır. Tablo 2’de model tarafından otantik olma ve öznel iyi oluş üzerinde açıklanan toplam varyanslar gösterilmektedir. Benlik kurgusu otantik olmanın varyansının %21’ini, benlik kurgusu ile otantik olma birlikte öznel iyi oluş değişkenine ait varyansın %28’sini açıklamıştır.

Tablo 2. Benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler.

	Doğrudan etki	Dolaylı etki
Özerk B → Otantik olma	.39**	
Özerk B. → Öznel İyi oluş	-.02	.13*
İlişkisel Benlik → Otantik olma	.11	
İlişkisel Benlik → Öznel iyi oluş	-.01	.03
Özerk-ilişkisel benlik → Otantik olma	.22**	
Özerk-ilişkisel benlik → Öznel iyi oluş	.24**	.13*
Otantik olma → Öznel iyi oluş	.35**	
R²		
Otantik olma	.21	
Öznel iyi oluş	.28	

*p < .05; **p < .001

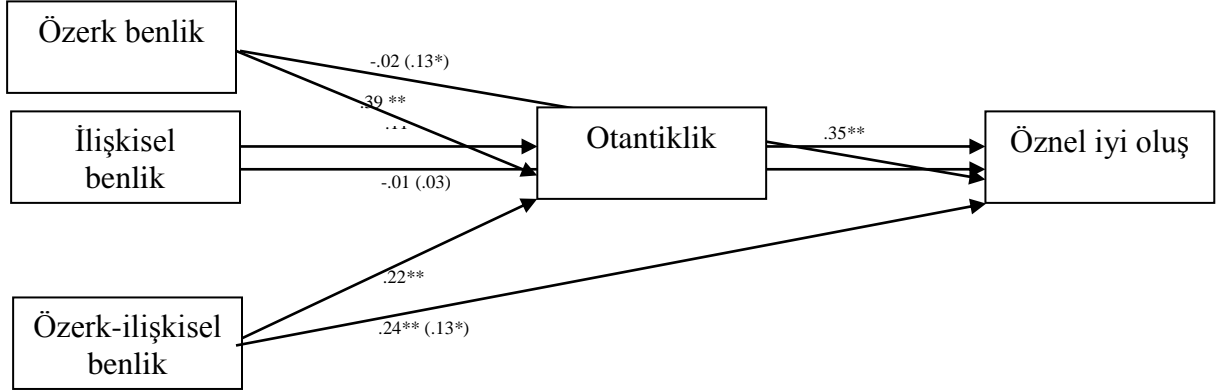
Son olarak bootstrap yöntemi (yeniden örnekleme) kullanılarak (Hayes, 2009; Preacher ve Hayes, 2008) otantik olmanın benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki aracı rolünün anlamlılığı test edilmiştir (Tablo 3). Sonuçlar otantik olmanın özerk ve özerk-ilişkisel benlik kurgusu ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide kısmi aracılık rolünün olduğunu göstermiştir (Hayes, 2009). İlişkisel benlik ile ilgili aracılık testi sonuçlarının güven aralığı sıfır değerini içermesi nedeni ile otantikliğin ilişkisel benlik ile iyi oluş arasındaki aracı rolünün anlamlı olmadığı görülmektedir.

Tablo 3. Otantikliğin benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki aracı rolü.

	Benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerine dolaylı etkisi: otantik olma aracılığı ile			Sapmaları düzeltilmiş aralık	
	Tahmin	Sapma	SH	Alt	Üst
Özerk benlik → Öznel iyi oluş (Otantik olma)	.123	-.0005	.035	.061	.203 ^a
İlişkisel benli → Öznel iyi oluş (Otantik olma)	.023	.0004	.035	-.034	.107
Özerk-ilişkisel benlik → Öznel iyi oluş (Otantik olma)	.082	-.0005	.039	.024	.190 ^a

Güven aralığı düzeyi: .95. Bootstrap (yeniden örnekleme) sayısı: 5.000.

^a Sıfır içermeyen güven aralığı anlamlı ($p < .01$).



Şekil 1. Benlik kurgusu ve otantikliğin öznel iyi oluş üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkileri. Değerler standartlaştırılmış değerlerdir. Parantez içindeki değerler benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerine olan dolaylı etkilerini yansıtmaktadır.

* $p < .05$, ** $p < .001$.

TARTIŞMA

Bu çalışmada benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkiler ve otantikliğin benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki aracı rolü incelenmiştir. Sonuçlar genel olarak benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerinde doğrudan ve dolaylı etkilerinin olduğunu göstermiştir. Özerk ve ilişkisel benlik kurgusunun öznel iyi oluş üzerine ve ilişkisel benliğin otantiklik üzerine olan doğrudan etkilerinin anlamlı olmadığı görülmüştür. Buna karşın özerk benlik kurgusunun otantiklik üzerine olan doğrudan etkisi anlamlıdır. Özerk ve ilişkisel benliğin öznel iyi oluş üzerine olan doğrudan etkisi anlamlı değilken, özerk benliğin otantiklik üzerinden öznel iyi oluş üzerine dolaylı etkisinin anlamlı olduğu görülmektedir. Özerk-ilişkisel benlik, otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ilişkilerin anlamlı olduğu görülmektedir. Ayrıca özerk-ilişkisel benlikle öznel iyi oluş arasında otantiklik üzerinden dolaylı bir ilişkinin olduğu görülmektedir.

Özerk ve ilişkisel benlik kurgusu ile öznel iyi oluş arasındaki doğrudan ilişkilerin anlamlı olmaması, Öz Belirleme Kuramının ileri sürdüğü temel gereksinimlerin karşılanmasının iyi oluşu olumlu etkilediği görüşünden (Ryan ve Deci, 2001) ve ilişkiselliğin ergenlerin öznel iyi oluşları üzerinde etkili olduğunu gösteren görgül bulgulardan (Baumeister ve Leary, 1995) farklılık göstermektedir. Ancak özerk-

ilişkisel benlik ile öznel iyi oluş arasındaki olumlu ilişki özerklik ve ilişkisellik ihtiyacının dengeli giderilmesinin iyi oluş üzerinde olumlu etkisinin olduğunu gösteren (Sheldon ve Niemiec, 2006) ve özerklik ve ilişkiselliğin sentezi olan özerk ilişkisel benliğin optimal gelişim alanı olduğunu ileri süren kuramsal görüşlerle (Kağıtçıbaşı, 2007) paralellik göstermektedir. Bu sonuçlar tek başına özerkliğin ve ilişkiselliğin öznel iyi oluş için önemli olmadığını, kişinin benlik tanımlamalarında her ikisinin barındırılmasının daha olumlu sonuçlar doğuracağını göstermektedir.

Benlik kurgusu ve otantiklik arasındaki ilişkiler alanyazın açısından değerlendirildiğinde özerk benlik ile otantiklik arasındaki anlamlı ilişkinin, var olan kuramsal görüşlere ve görgül bulgularla (Deci ve Ryan, 2004; Sheldon ve Elliot, 1999) uyumlu olduğu görülmektedir. Öz Belirleme Kuramında (Deci, 2008; Deci ve Ryan, 2000; Ryan ve Deci, 2000) kişilerin özerk olduklarında otantik olabilecekleri savunulmaktadır. Buna göre özerk olmak kişilerin gerçek benliklerine uygun biçimde davranabilmelerini sağlamaktadır. Bu sonuca kültürel açıdan bakıldığında Batılı kuramlara göre bireyci bir kavramsallaştırmayla ele alınan birey için özerkliğin önemli olduğu görülmektedir (Cross ve Markus, 1999; Markus ve Kitayama, 1991). Bu bakış açısında bireyin hak ve beklentilerinin toplumsal beklentilerden daha önce gelmesi nedeni ile bireyin otantikliği önem kazanmaktadır. Bu çalışmanın önemli bulgularından biri sadece özerkliğin değil ilişkisellekle bir arada olan özerkliğin, otantiklikle ilişkili olduğunun ortaya konmasıdır. Tek başına ilişkisel benliğin otantiklik üzerinde bir etkisinin olmaması karşılıklı bağımlı benlik kurgusunun (Markus ve Kitayama, 1991) daha önemli olduğu ortamlarda otantikliğin Batı toplumları gibi önemli görülmediğini (Heine ve ark., 1999; Suh, 2002) ileri süren görüşlerle paralellik göstermektedir. Çünkü bağımlı ya da ilişkisel benliğe sahip bireyler için bireysel özellikler, inançlar ve tutumlar benlik tanımlamalarında görece olarak daha az önemlidir ve ilişkisellekle otantiklik arasında ilişki ortaya çıkmamakta ya da ilişki daha zayıf olabilmektedir.

Ayrıca sonuçlar otantik olmanın öznel iyi oluş üzerinde önemli bir etkisinin olduğunu göstermiştir. Otantik olmanın bireylerin iyi oluşlarının anlaşılması açısından önemi insancıl ve varoluşçu (May, 1981; Rogers, 1964; Yalom, 1980), psikanalitik (Horney, 1951; Winnicott, 1965), gelişimsel yaklaşımlar (Harter ve ark., 1996) ile sosyal psikoloji (Kernis ve Goldman, 2005; Lopez ve Rice, 2006), pozitif psikoloji (Sheldon 2004), ve klinik psikoloji (Ehlers ve ark., 2000; Joseph ve Linley, 2005) alanlarında sıkça vurgulanmıştır. Bu bulgu otantikliğin iyi oluş ile ilişkisini ortaya koyan diğer görgül sonuçlarla da paralellik göstermektedir (Kernis, 2003; Kernis ve Goldman, 2006; Wood ve ark., 2008). Otantiklik ve iyi oluş arasındaki güçlü ilişki danışmanlık psikolojisinin klasikleşmiş bakış açısının (otantikliğin iyi oluşun temeli olduğu görüşü) günümüz görgül çalışmalarına ışık tutabileceğini göstermesi açısından da önemlidir. Ayrıca benlik kurgusu ve otantiklik birlikte öznel iyi oluştaki değişimin % 28'ini açıklamıştır. Demografik değişkenlerinin öznel iyi oluşu açıklama oranlarının %20'den az olduğu (Diener ve Scollon, 2003) dikkate alındığında bu oranın önemli olduğu söylenebilir.

Bu çalışmanın sonuçları özerk ve özellikle özerk-ilişkisel benlik kurgusunun otantiklik üzerinden öznel iyi oluş üzerinde etkisi olduğunu göstermesi ve otantik olmanın Türkiye’de yaşayan gençlerin iyi oluşları ile ilişkili bulunması açısından önemlidir. Özerkliğin ve sosyo-ekonomik değişimler sonucu ortaya çıkan özerk-ilişkisel benliğin (Kağıtçıbaşı, 2007) otantiklik üzerinden öznel iyi oluşu açıklaması Türkiye’deki kültürel değişimlerin bir sonucu olarak değerlendirilebilir. Çünkü genel olarak otantiklik Batı toplumlarında yaşayan bireyler için önemli bir özellik olarak görülmektedir (Suh, 2002). Özerkliğin ve özerk-ilişkisel benliğin otantikliği ve otantiklik aracılığı ile öznel iyi oluşu açıklaması Öz Belirleme Kuramını da desteklemektedir.

Bu çalışmayla benlik kurgusu ve otantiklik gibi kültürel temelleri olan kavramlarla iyi oluş arasındaki ilişkileri ortaya koyarak alanyazına önemli bir katkı yapılmış olsa da çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk olarak bu çalışma kesitsel desene dayanmaktadır. Dolayısıyla değişkenler arasında nedensel ilişkiler kurulamaz. Rogers’ın (1959) önerdiği gibi otantiklik iyi oluşa neden olabilir, ya da iyi oluş kişileri otantik davranmaları konusunda cesaretlendirebilir. Ancak boylamsal bir çalışmada otantiklik ve iyi oluş arasındaki nedensel ilişki ortaya konabilir. Araştırma grubunun sadece üniversite öğrencilerinden oluşması araştırmanın diğer bir sınırlılığını oluşturmaktadır. Gelişimsel bakış açısından özellikle otantiklik açısından yaşla birlikte ortaya çıkan değişimlerin ve hangi tür çevrelerin otantik olmayı doğurduğunun incelenmesi önemli görünmektedir. Rogers (1959) insanların erken yaşlarda doğal olarak otantik olduğunu, sonradan çevrenin beklentilerine göre otantikliğin azaldığını ileri sürmüştür. Ayrıca bu sonuçlar ilk yetişkinlik ve yetişkinlik yıllarında farklılık gösterebilir. Bu nedenle, diğer yaşam dönemlerinde de benlik kurgusu, otantiklik ve iyi oluş arasındaki ilişkiler ya boylamsal çalışmalarla ya da farklı örneklem grupları araştırmalara dâhil edilerek incelenebilir. Benlik kurgusu, otantiklik ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilerde zaman içinde ortaya çıkan değişikliklerin anlaşılması gerekli zamanlarda sunulması gereken yardım hizmetlerinin planlanmasında yardımcı olabilir. Ayrıca kurulan model otantikliğin % 21’ini ve iyi oluşun % 28’ini açıklamıştır. Bu sonuç gelecek çalışmalar için hem otantik olmanın hem de öznel iyi oluşu açıklayan başka kültürel ve bireysel değişkenlerle daha farklı modeller kurulmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Benlik kurgusu, otantiklik ve iyi oluş arasındaki ilişkileri görgül olarak inceleyen ilk çalışma olması durumundan yola çıkarak bu çalışmanın sonuçları bundan sonra konuyla ilgili yapılacak yeni çalışmalara ışık tutabilir. Çalışmanın bulgularına dayanarak uygulamaya yönelik bazı önerilerde de bulunulabilir. Bireylere sunulacak psikolojik yardım hizmetinde hem benlik kurgularına hem de bireyin otantikliğine ve bunun ruh sağlığı ile ilişkisine dikkat edilmelidir. Örneğin otantiklik konusunda danışma psikolojisi ve varoluşçu psikoloji yaklaşımları (Horney, 1951; May, 1981; Rogers, 1959; Winnicott, 1965; Yalom, 1980) otantikliğin psikoterapi süreciyle

artırılabilirliğini belirtmektedirler. Ayrıca eğitim kurumlarında öğrencilerin özerkliğini ve otantikliğini destekleyen sınıf atmosferleri oluşturulmalı, çeşitli seminerlerle öğretmenler bu konuda bilgilendirilmelidir.

KAYNAKLAR

- AYDOĞAN, D., ÖZBAY, Y. ve BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2011). Özgünlük ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. XI. Ulusal Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Kongresi, 3-5 Ekimi İzmir.
- BAUMEISTER, R. F. & LEARY, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- BETTENCOURT, B. A. & SHELDON, K. (2001). Social roles as mechanisms for psychological need satisfaction within social groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 1131-1143.
- CHIRKOV, V. I., RYAN, R. M., KIM, Y., & KAPLAN, U. (2003). Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97-110.
- CHIRKOV, V. I., RYAN, R. M., & WILLNESS, C. (2005). Cultural context and psychological needs in Canada and Brazil: Testing a self-determination approach to internalization of cultural practices, identity and well-being. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 36(4), 425-443.
- CHOI, I. & CHOI, Y. (2002). Culture and self-concept flexibility. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 28, 1508-1517.
- CROSS, S. E. & MARKUS, H. R. (1999). The cultural constitution of personality. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook of personality: Theory and research*. New York: The Guilford Press.
- ÇİLELİ, M. (2000). Change in value orientations of Turkish youth from 1989 to 1995. *The Journal of Psychology*, 134, 297-305.
- DECI, E. L. (2008). Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health. *Canadian Psychology*, 49, 182-185.
- DECI, E. L. & RYAN, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 1, :227-268.
- DIENER, E. & SCOLLON, C. (2003). *Subjective well-being is desirable, but not the summum bonum*. University of Minnesota Interdisciplinary Workshop on Well-being. (October 23-25), Minneapolis.

- DIENER, E., EMMONS, R. A., LARESEN, R. J., & GRIFFIN, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.
- EHLERS, A., MAERCKER, A., & BOOS, A. (2000). Posttraumatic stress disorder following political imprisonment: The role of mental defeat, alienation, and perceived permanent change. *Journal of Abnormal Psychology*, 109, 45-55.
- GENÇÖZ, T. (2000). Pozitif ve negatif duygu ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(46), 19-26.
- GOLDMAN, B. M. & KERNIS, M. H. (2002). The role of authenticity in healthy psychological functioning and subjective well-being. *Annals of the American Psychotherapy Association*, 5, 18-20.
- GÖREGENLİ, M. (1995). Kültürümüz açısından bireyciliktoplulukçuluk eğilimleri: Bir başlangıç çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 10,1-14.
- GUTIE'RREZ, J. L. G., JIME'NEZ, B. M., HERNA'NDEZ, E. G., & PUENTE, C. P. (2005). Personality and well-being: big five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569.
- GÜL, A. (2010). *Benlik düzenleme odakları, otantiklik ve ilişkisellözerk benlik ketlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- HARTER, S., MAROLD, D. B., WHITESELL, N. R., & COBBS, G. (1996). A model of the effects of perceived parent and peer support on adolescent false self behavior. *Child Development*; 67:360-374.
- HAYES, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*, 76, 408-420.
- HEINE, S. J., & LEHMAN, D. R. (1999). Culture, self-discrepancies, and self-satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 25, 915-925.
- HEINE, S. J., LEHMAN, D. R., MARKUS, H. R., & KITAYAMA, S. (1999). Culture and the need for positive self-regard. *Psychological Review*, 106, 766-794.
- HOFSTEDE, G. (2001). *Culture's consequences (2nd edn)*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- HORNEY, K. (1951). *Neurosis and human growth*. London: Routledge.
- HUEBNER, E. S., DRANE, W., & VALOIS, R. F. (2000). Levels and demographic correlates of adolescent life satisfaction reports. *School Psychology International*, 21, 281-292.

- İLHAN, T. (2009). *Üniversite öğrencilerinin benlik uyumu modeli: Yaşam amaçları, temel psikolojik ihtiyaçlar ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İLHAN, T., & ÖZDEMİR, Y. (2012, MAY). *Adaptation of authenticity scale to Turkish: a validity and reliability study*. The International Counseling and Education Conference (ICEC), Istanbul.
- İMAMOĞLU, E. O., GÜNAYDIN, G. ve SELÇUK, E. (2011). Özgül benliğin yordayıcıları olarak kendileşme ve ilişkililik: Cinsiyetin ve kültürel yönelimlerin ötesinde. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 27-48.
- İMAMOĞLU, E. O. ve KARAKİTAPOĞLU-AYGUN, Z. (1999). 1970'lerden 1990'lara değerler: Üniversite düzeyinde gözlenen zaman, kuşak ve cinsiyet farklılıkları. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 1-22.
- JOSEPH, S. & LINLEY, P. A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of General Psychology*, 9, 262–280.
- KAĞITÇIBAŞI, Ç. (2007). *Family, Self, and Human Development Across Cultures, Theory and Applications (2nd ed.)*. Lawrence Erlbaum Associates, London .
- KARAKİTAPOĞLU-AYGÜN, Z. & İMAMOĞLU, E. O. (2002). Value domains of Turkish adults and university students. *The Journal of Social Psychology*, 142, 333-351.
- KERNIS, M. H. (2003). Toward a conceptualization of optimal self-esteem. *Psychological Inquir*, 14, 1–26.
- KERNIS, M. H., & GOLDMAN, B. M. (2005). From thought and experience to behavior and interpersonal relationships: A multicomponent conceptualization of authenticity. In A. Tesser, J. V. Wood, & D. Stapel (Eds.), *On building, defending, and regulating the self: A psychological perspective*(pp. 31–52). New York: Psychology Press.
- KERNIS, M. H., & GOLDMAN, B. M. (2006). A multi-component conceptualization of authenticity: Theory and research. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (pp. 283–357). New York: Academic Press.
- KÖKER, S. (1991). *Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeyinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- LOPEZ, F. G. & RICE, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 362–371.

- LU, L. (2006). Cultural fit: Individual and societal discrepancies in values, beliefs and SWB. *Journal of Social Psychology, 146*, 203–221.
- LU, L. & SHIH, J. B. (1997). Sources of happiness: A qualitative approach. *Journal of Social Psychology, 137*, 181–187.
- LU, L., & GILMOUR, R. (2004). Culture and conceptions of happiness: Individual oriented and social oriented SWB. *Journal of Happiness Studies, 5*, 269–291.
- MARKUS, H. R., & KITAYAMA, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*(2), 224–253.
- MARKUS, H. R., KITAYAMA, S., & HEIMAN, R. J. (1996). Culture and “basic” psychological principles. In E. T. Higgins & A. W. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 857–913). New York: Guilford Press.
- MARKUS, H., MULLALLY, P. R., & KITAYAMA, S. (1997). Selfways: Diversity in modes of cultural participation. In U. Neisser & D. Jopling (Eds). *The conceptual self in context: 13-61*. Cambridge: Cambridge University Press.
- MAY, R. (1981). *Freedom and destiny*. New York: Basic Books.
- NEFF, K. D., & HARTER, S. (2002). The authenticity of conflict resolutions among adult couples: Does women’s other-oriented behavior reflect their true selves? *Sex Roles, 47*, 403–417.
- NEFF, K. D., & SUIZZO, M. A. (2006). Culture, power, authenticity and psychological well-being within romantic relationships: A comparison of European American and Mexican Americans. *Cognitive Development, 21*, 441- 457.
- OSHANA, M. (2007). Autonomy and the question of authenticity. *Social Theory and Practice, 33*(3).
- PREACHER, K. J., & HAYES, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*, 879-891.
- ROBERTS, B. W., & DONAHUE, E. M. (1994). One personality, multiple selves - integrating personality and social roles. *Journal of Personality, 62*, 199–218.
- ROGERS, C. R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science. Vol. 3: Formulations of the person and the social context* (pp. 181–256). New York: McGraw-Hill.
- ROGERS, C. R. (1964). Toward a modern approach to values: The valuing process in the mature person. *Journal of Abnormal and Social Psychology, 68*, 160–167.

- RYAN, R. M. & DECI, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68–78.
- RYAN, R. M. & DECI, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being, in S. Fiske (ed.), *Annual Review of Psychology (Annual Reviews Inc., Palo Alto, CA) Vol. 52*, pp. 141–166.
- SCHIMMACK, U., RADHAKRISHNAN, P., OISHI, S., DZOKOTO, V., & AHADI, S. (2002). Culture, personality and subjective well-being: Integrating process model of life satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 582-593.
- SHELDON, K. M. (2004). Integrity (honesty/authenticity). In C. Peterson & M. E. P. Seligman (Eds.), *Character strengths and virtues (pp. 249– 272)*. New York: Oxford University Press.
- SHELDON, K. M. & ELLIOT, A. J. (1999). Goal striving, need-satisfaction, and longitudinal well-being: The Self-Concordance Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 482–497.
- SHELDON, K. M. & NIEMIEC, C. P. (2006). It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 331–341.
- SPENCER-RODGERS, J., BOUCHER, H. C., PENG, K., & WANG L. (2009). Cultural differences in self-verification: The role of naive dialecticism. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, 860-866.
- SUH, E. M. (2002). Culture, identity consistency, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 1378–1391.
- TABACHNICK, B. G. & FIDELL, L. S. (1996). *Using multivariate statistics (3rd ed.)*. New York: Harper Collins.
- TRIANDIS, H. C. (1989). The self and social behavior in differing cultural contexts. *Psychological Review*, 96, 506-520.
- USKUL, A. K., HYNIE, M., & LALONDE, R. N. (2004). Interdependence as a mediator between culture and interpersonal closeness for Euro-Canadians and Turks. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 35, 174-191.
- WATERMAN, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 678 – 691.
- WATSON, D., CLARK, L. A., & TELLEGEN, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scale. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.

-
- WINNICOTT, D. W. (1965). *The maturational processes and the facilitating environment*. New York: International Universities Press.
- WOOD, A. M., LINLEY, P., MALTBY, J., BALIOUSIS, M., & JOSEPH, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology, 55*, 385–399.
- YALOM, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. New York: Basic Books.