

# Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler

İshak ÖZKAN\*

## ÖZET

*Bu çalışma, Selçuk Üniversitesinin uygulamalı branşta iki, sosyal branşta iki fakültesinin birinci sınıf öğrencileri ile 1986-1987 öğretim döneminde yapıldı. Çalışmaya 17-21 yaşları arasında, ortalama yaşları  $18.9 \pm 0.048$ , 171'i kız, 379'u erkek toplam 550 denek alındı. Deneklerin benlik saygılarının aileleri ile ilgili etkenlere bağlı olup olmadığını araştırmak amaçlandı. Deneklere Rosenberg benlik saygısı ölçeği ve ailelerine ilişkin bir anket formu uygulandı. Sonuçlar MİNİTAB programında değerlendirildi. Benlik saygısının cinsiyete ( $p < 0.05$ ), anne ve babanın eğitim düzeyine ( $p < 0.01$ ), annenin mesleğine ( $p < 0.05$ ), ailenin gelir düzeyine ( $p < 0.05$ ) ve ailenin ilgisine ( $p < 0.001$ ) bağlı olduğu bulundu.*

*Anahtar kelimeler: Benlik saygısı, aile etkenleri*

*Düşünen Adam; 1994, 7 (3): 4-9*

## SUMMARY

*In 1986-1987 academic year, the freshmen of four faculties, two of them from applied sciences and the two social sciences, were included for this study to elucidate the affecting factory that determines the self-esteem of adoloscents. For this study, 171 females and 379 males, totaling 550 freshman students, ranging 17-21 years of age, age means  $18.9 \pm 0.048$  were included. Investigation the relationship, between self-esteem and family factors were purposed. Rosenberg self-esteem scale and questionnaire about their families were applied. The results were anlyzed by using MINITAB statistical program. It was found that self-esteem is significantly related to sex ( $p < 0.05$ ), education of mother and father ( $p < 0.01$ ), occupation of mother ( $p < 0.05$ ), financial status of family ( $p < 0.05$ ), paying attention of family ( $p < 0.001$ ).*

*Key words: Self-esteem, family factors*

## GİRİŞ

En geniş anlamıyla benlik saygısı, kişinin kendi gururlu, değerli, gayretli, etkin ve başarılı hissetmesidir. Karmaşık olarak kendini yargılama ve değerlendirme sonucu ortaya çıkan bir histür. Kişinin kendini değerlendirmesiyle vardığı kendiliğini kabul etmesi sonucunda ortaya çıkan beğenmedir (1,2,3).

Benlik saygısının duygusal, zihinsel, toplumsal ve

dolaylı olarak da bedensel öğeleri vardır. Kendini değerli hissetme, yeteneklerini, bilgi ve becerilerini ortaya koyabilme, başarma, başarıları ile öğünme, toplum içinde beğenilir olma, kabul görme, sevilen olma ve kendi bedensel özelliklerini kabul ve benimseme, benlik saygısının oluşması ve gelişmesinde önde gelen etkenlerdir (1,3-4).

Benlik saygısının seviyesi, kişinin okul ve işteki başarı ve becerisini, stres ile başa çıkma etkinliğini, ar-

\* Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı

kadaşlık ve dostluk ilişkilerinin gelişmesini, canlılık ve eğlenebilirlik derecesini etkilemektedir. Benlik saygısını yüksek seviyede ve tutarlı olarak sürdüren normal sağlıklı kişiler, canlılık ve enerjilikle özdeşirler. Bu kişiler kendilerine güvenen kişiliktedirler. Zayıf yapılanmış benlik saygısına sahip kişiler ise canlılık ve enerjilerini kaybetmiş, kendilerine güvenmeyen, hatta kendini utanç verici değersiz ve çaresiz hisseden, başarı ve becerileri azalmış kişilerdir (1,3,4).

*Benlik saygısının gelişmesinde üç ana kaynak bulunmaktadır (1).*

1. Başkalarının saygısı
2. Yeterlik
3. Kişinin bu iki kaynağı kendisi için değerlendirmesi (kendilik) (4).

Başkalarının saygısı, olumlu duygusal etkileşimi, kişide kendini sevmeyi (self love) geliştirir. Bu sayede duygusal kendilik ve egemenlik oluşur. Neyin değerli ve sevilebilir olduğu fikrini ortaya koyarak bilişsel kendilik ve egemenliği sağlar. Başkalarının fikir ve yaklaşımları, duyguları kendiliğin iç ruhsal yapısının parçası haline gelir (1,2,3,4,5).

Yenidoğanın kendi içinde ve dışında olumlu etkileşimlerin varlığında kendine güven gelişir. Benlik saygısının gelişmesi, anne veya anne yerine geçen kişinin, çocuğa gösterdiği ilgi ve uygun yansımali ilişkiye bağlıdır. Ebeveynle yenidoğan arasındaki uyum temel güven duygusu, insanlararası etkileşime uyumlu bir canlılık getirir. Olumlu benlik saygısı duygusal canlılığı, dinçliği, kendi olmanın ve bir şeyi kendisinin yapmasının haznını temsil eder (1,6,7).

Çocuğun ilk masum etkinlikleri, egonun edindiği enerjiler olarak tanımlanır. Çocuk varolan bu yeteneğinin etkinliğini korumaya çalışır (8). İlgili ebeveyn desteğinin çocuğun hüner ve yeteneklerinin gelişmesinde önemli etkilere sahip olduğu gösterilmiştir (9). Çocukta hünerlerin ve başarıların ortaya çıkması ve gelişmesi benlik saygısı için temel gerçekliğin ta kendisidir. Ebeveynler tarafından kabul görme, onay ve sevgi, birinin varlığında olmanın gururunu ve haznını yaşatır. Çocuğun kazandığı gerçek başarı, yapmaya gücü olduğu duygusunu besleyecektir (10-11). Anne çocuğunun oyuncaklarla oy-

namasına sevindiğinde ve oyun girişimlerini desteklediğinde çocuğun yeterliliği başkalarının saygısına bağlı hale gelir. Çocuk bu tür onaylardan yoksun ise ego işlevlerinin gelişmesi gecikebilir, bazen de ego gelişmesi hiç olmaz (12).

Çocuk kendi yaşantularından kimliğini oluşturdukça, benlik saygısının gelişmesi iç ruhsal yapıya daha bağımlı olur. Hayat olaylarının artması sonucunda iç ruhsal düzenleme zamanla sürekli ve tutarlı hale gelir (13,14). Kendilerini ispat edebilme yeterliliği, etkin başa çıkma, saldırganlıklarını denetim altında tutma özellikleri olan çocuklarda benlik saygısı yüksek bulunur. Çocuklarla başkaları ile ilişkide istek savaşı benliğin üst sınırını temsil eder, çocuğun karşı koyması benlik saygısını korur (15). Benlik kavramı çocuğun ne olduğu, ne olmak istediği, başkalarının kendi hakkında ne düşüncelerini istediği bir görünümdür (16). Okul başarısı çocuğun kendilik değerini arttırmaktadır (17).

Her büyük kriz benlik saygısını kuvvetlendirir (18). Ergenlik döneminde başkalarının kişinin benlik saygısı üzerindeki fikirlerinin önemi değişikliğe uğrar. Kavramanın gelişmesi, ergenin bilgi kaynağını değiştirir. Kendi hakkındaki gerçeklerin dışardan geleceği inancı yerine, kendinden geleceği inancına kayar (16). Ergenin kendi "ben"i (ego) ile özdeşmesi (ego identity) için benlik saygısının daha önceki dönemlerde gelişmesi gerekir. Gerçeklere dayalı mü-kemmel "ben" in gelişmesi, kimlik duygusunun gelişmesini sağlayan benlik saygısının yeteneklere ve toplumsal ilişkilere bağlı olarak ortaya çıkmasına dayalıdır (19).

Kendi vücuduyla ilgili ego biçimlendirici karşılaştırmalar, gerçekte çok değişik gereksinimlerle ilişkili olarak meydana gelir (20). Genç ergen, genç ergene nazaran daha zayıf kendilik imgesine sahiptir. Bu da kendilik bilinçliği ile uğraşmaya, kendilik eleştirisi ise benlik saygısının azalmasına sebep olur (21). Ancak kişinin belli bir özelliğine bakarak kendini eksik değerlendirmesinin bilinmesi, kişinin kendi hakkındaki gerçek değerlendirmelerini anlamada yetersizdir. Bu yüzden, eksik değerlendirilen özellik verilen önem de bilinmelidir (16).

Geç ergenlik benlik saygısının pekiştiği dönemdir. Kendi beni ile özdeşme duygusu (sens of self iden-

tüty), anlamlı özdeşimler, biyerin temel ruhsal ihtiyaçlarının doğuştan gelen kabiliyetleri ve yaşantılarla başarılı olarak süregeldiğinde, her dönemde benlik saygısı artarak devam eder (18).

## MATERYEL ve METOD

Gençlerin kendine güven duygularının ve benlik saygılarının ailelerin sosyo-kültürel özelliklerine ve gence gösterdikleri ilgi ve yakınlığa bağlı olabileceği klinik gözlemini sınamak amacıyla bu araştırma planlandı.

Çalışma 1986-1987 öğretim yılında Selçuk Üniversitesinin uygulamalı branşta iki, sosyal branşta iki fakültesinin birinci sınıf öğrencileri ile yapıldı. Uygulanan anket formlarını eksik dolduranlar ve yirmibir yaşın üzerinde olanlar çalışma dışı bırakıldı. Çalışmaya 17-21 yaşlar arasında 171'i kız, 379'u erkek toplam 550 denek alındı.

Benlik saygısını değerlendirmek amacıyla Rosenberg (1965) benlik saygısı ölçeği uygulandı. Ölçeğin özel puanlama tekniği kullanılarak yüksek, orta, düşük benlik saygısı derecelendirmesi yapıldı. Yine Rosenberg ölçeğinden, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güven duyma, eleştiriye duyarlılık, hayalprestlik, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılma derecesi ve psişik izolasyon değerlendirmeleri, ölçeğin özel puanlama teknikleri kullanılarak yapıldı.

Ailenin sosyo-kültürel özellikleri ve ilgisi altı soruluk çoktan seçmeli anket formu ile elde edildi. Anket formlarından elde edilen veriler MİNİTAB

programında değerlendirildi. Çapraz tablolar elde edilerek, pearson ki kare bağımsızlık testi ile istatistiki değerlendirmeler yapıldı.

## BULGULAR

Çalışmaya alınan 550 denegın 171'i kız, 379'u erkekti. Yaş ortalamaları  $18.9 \pm 0.048$  bulundu (Tablo 1,7). Benlik saygısı ile yaş arasında anlamlı bir ilişki bulunamadı. Benlik saygısı ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulundu ( $p < 0.05$ ). Yüksek benlik saygısı kızlarda, erkeklerden % 15 oranında daha fazladır. Kızlar, erkeklere nazaran kendilerine daha çok güvenmektedirler. Benlik saygısının annenin eğitimine bağlı olduğu saptandı ( $p < 0.01$ ). Annenin eğitimi arttıkça yüksek benlik saygısında bulunanların yüzdesi artmakta, orta ve düşük benlik saygısında ise tersine bir durum ortaya çıkmaktadır.

Benlik saygısı babanın eğitimine bağlıdır ( $p < 0.01$ ). Babanın eğitimi yükseldikçe, yüksek benlik saygısında bulunanların yüzdesi artmakta, orta ve düşük benlik saygısında ise tersine bir durum görülmektedir. Benlik saygısının, annenin mesleğine bağlı olduğu saptandı ( $p < 0.05$ ). Annelerin % 93.45'i ev kadını, bunların çocuklarının % 93'ü yüksek ve orta benlik saygısında toplanmıştır. Çalışan anne sayısı çok düşük bulunmuş, ancak bunların çocuklarının tamamı yakını yüksek benlik saygısında. Babanın mesleği ile benlik saygısı arasında bir ilişki saptanmadı.

Benlik saygısı, ailenin gelir düzeyine bağlı bulundu ( $p < 0.05$ ). Gençlerin % 82'si orta gelir düzeyinde olan ailelerin çocuklarıdır. Bunların % 51'e yakını

Tablo 1. Benlik saygısı ile yaş arasındaki ilişki

Yaş	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
17	21	58.33	13	36.11	2	5.56	36	6.5
18	110	54.45	79	39.11	13	6.43	202	36.73
19	78	50	66	42.31	12	7.69	156	25.36
20	39	41.93	49	52.69	5	5.38	93	16.91
21	22	34.92	35	55.55	6	9.52	63	11.45
Toplam	270	49.09	242	44	38	6.91	550	100

% ler her yaş için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 11.839$  Df=8  $p > 0.05$

Tablo 2. Benlik saygısı ile cinsiyet arasındaki ilişki

Yaş	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Kız	102	59.65	58	33.92	11	6.43	171	31.09
Erkek	168	44.33	184	48.55	27	7.12	379	68.91
Toplam	270	49.09	242	44	38	6.91	550	100

% ler kız ve erkek için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 11.839$  Df=8  $p > 0.05$

Tablo 3. Benlik saygısı ile annenin eğitimi arasındaki ilişki

Annenin eğitimi	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Okur-yazar	43	33.85	72	56.69	12	9.45	127	13.64
Değil	36	48	34	45.33	5	6.66	75	13.64
Okur-yazar	136	51.71	109	41.44	18	6.84	263	47.82
İlk	34	59.65	21	36.84	2	3.51	57	10.36
Orta	21	75	6	21.43	1	3.57	28	5.09
Yüksek	270	49.09	242	44	38	6.91	550	100

% ler her karakter için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 23.087$  Df=8  $p < 0.01$

Tablo 4. Benlik saygısı ile babanın eğitimi arasındaki ilişki

Babanın eğitimi	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Okur-yazar	10	38.46	14	53.85	2	7.69	26	4.73
Değil	19	39.58	25	52.08	4	8.33	48	8.73
Okur-yazar	101	41.74	120	49.59	21	8.68	242	44
İlk	61	55.96	40	36.70	8	7.34	109	19.81
Orta	79	63.20	43	34.40	3	2.40	125	22.73
Yüksek	270	49.09	242	44	38	6.91	550	100

% ler her karakter için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 23.087$  Df=8  $p < 0.01$

yüksek benlik saygısında, orta ve yüksek benlik saygısında olanların toplamı ise % 93 oranındadır. Yine yüksek benlik saygısında olanlar en yüksek oranda yüksek gelir grubunda bulunurken bu oran orta ve düşük gelir grubunda giderek azalmakta, orta benlik saygısında ise tersine bir durum görülmektedir. Düşük benlik saygısında olanların ise bütün gelir gruplarında aynı oranlarda olması ilgi çekicidir.

Benlik saygısı, ailenin ilgisine büyük ölçüde bağlıdır ( $p < 0.001$ ). Yüksek benlik saygısı, en yüksek oranda ailesi kendileri ile ilgilenen gençlerdedir. İlgil azaldıkça bu oran azalmaktadır. Düşük benlik saygısı oranı ise ailenin ilgisi azaldıkça artmaktadır. Orta benlik saygısının en yüksek oranda ailesi ilgisiz olanlarda görülmesi ilgi çekicidir.

Tablo 5. Benlik saygısı ile annenin mesleği arasındaki ilişki

Annenin mesleği	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Ev kadını	241	56.89	236	45.19	37	7.19	514	93.45
İşçi	3	100	0	0	0	0	3	0.55
Memur	24	80	5	16.66	1	3.33	30	5.45
Esnaf	1	50	1	50	0	0	2	0.36
Serbest meslek	1	100	0	0	0	0	1	0.18
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>49.09</b>	<b>242</b>	<b>44</b>	<b>38</b>	<b>6.91</b>	<b>550</b>	<b>100</b>

% ler her karakter için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 16.789$  Df=8  $p < 0.05$

Tablo 6. Benlik saygısı ile ailenin gelir düzeyi arasındaki ilişki

Ailenin gelir düzeyi	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Yüksek	17	62.96	8	29.63	2	7.41	27	4.91
Orta	232	50.88	193	42.32	31	6.80	456	82.91
Düşük	21	31.34	41	61.19	5	7.46	67	12.18
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>49.09</b>	<b>242</b>	<b>44</b>	<b>38</b>	<b>6.91</b>	<b>550</b>	<b>100</b>

% ler her karakter için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 11.761$  Df=4  $p < 0.05$

Tablo 7. Benlik saygısı ile annenin ilgisi arasındaki ilişki

Annenin ilgisi	Benlik saygısı							
	Yüksek		Orta		Düşük		Toplam	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
Çok ilgili	117	63.59	62	33.69	5	2.72	184	33.45
İlgili	138	44.81	148	48.05	22	7.14	308	56
İlgisiz	12	26.66	26	57.77	7	15.55	45	8.18
Hiç ilgilenmeyen	3	23.08	6	46.15	4	30.77	13	2.36
<b>Toplam</b>	<b>270</b>	<b>49.09</b>	<b>242</b>	<b>44</b>	<b>38</b>	<b>6.91</b>	<b>550</b>	<b>100</b>

% ler her karakter için ayrı ayrı alındı,  $X^2 = 43.260$  Df=6  $p < 0.001$

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Benlik saygısı doğumla gelişmeye başlayan erişkinlik dönemine kadar gelişimi sürdüren, erişkinlik ve daha sonraki dönemlerde ise hayat olaylarından etkilenen ruhsal, toplumsal, kısmen de bedensel bir olgudur (1,3,18). Ruhsal gelişim sürecinde pekçok etken benlik saygısını etkilemekle birlikte en çok aileden etkilenir (5,6,7,9,10,11,12,15).

Çalışmada benlik saygısı ile yaş arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Geç ergenlik döneminde olanlarla çalışılmış olması, benlik saygısının bu dönemde pekiştiği görüşünü desteklemektedir (18).

Kızlarda benlik saygısının yüksek olması erkeklere göre % 15 oranında daha fazla olduğu bulgusu ( $p > 0.05$ ), Jindal (22), Le Compte (22), Westaway (23) ve Çuhadaroğlu'nun (24) çalışmalarıyla paralellik

göstermektedir. Kızların puberteye erkeklerden daha erken giriyor olmaları bu sonucu doğuruyor olabilir.

Anne ve babanın eğitimi arttıkça yüksek benlik saygısında olma oranında artış gözlenmektedir. Benlik saygısı annenin ve babanın eğitimine bağlı bulundu ( $p<0.01$ ). Bu Ausubel<sup>(15)</sup>, Sroufe<sup>(9)</sup> bulgularıyla paraleldir. Ebeveyn eğitiminin olumlu benlik saygısı oluşmasındaki etkisi ortadadır.

Yüksek benlik saygısı annenin mesleğine bağlıdır ( $p<0.05$ ). Çalışan annelerin çocuklarının sayıları az olmasına rağmen, tamama yakınının yüksek benlik saygısında olmaları ilgi çekicidir. Baba mesleğiyle benlik saygısı arasında bir bağ bulunmadı. Yüksek ve orta gelir düzeyi ile olumlu benlik saygısı arasında bir ilişki saptandı ( $p<0.05$ ). Gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında paralel bir ilişki bulunmaktadır.

Gelir düzeyi arttıkça benlik saygısı da artmakta, gelir düzeyi azaldıkça benlik saygısı azalmaktadır. Ailenin ilgisi ile olumlu benlik saygısı arasında belirsiz bir ilişki vardır ( $p<0.001$ ). İlgi arttıkça benlik saygısı artmakta, ilgi azaldıkça benlik saygısı da azalmaktadır. Bu bulgu literatürle paralellik göstermektedir (1,5,6,7,9,10-13,15,16). Sonuç olarak benlik saygısının anne, babanın eğitimine, annenin işine, ailenin gelir durumuna ve özellikle de ailenin ilgisine doğrudan bağlı olduğu saptandı.

## KAYNAKLAR

1. Kohut H: The analysis of the self. New York, International Universities Press, 1971.
2. Yörükoğlu A: Gençlik Çağı. Ankara, Tisa Matbaası, 1985.
3. Jersild A: Gençlik psikolojisi (N. Özgür çevirisi). İstanbul, Eko Matbaası, 1963.

4. Cotton NS: A developmental model of self-esteem regulation. New York, Direction in Psychiatry Vol 5, 1985.
5. Coopersmith S: The antecedents of self-esteem. San Francisco, Freeman, 1967.
6. Erikson E: Childhood and Society. New York, Norton, 1950.
7. Kohut H: The analysis of the self. New York, International Universities Press, 1983.
8. White RW: Ego and reality in psychoanalytic theory. New York, International Universities Press, 1965.
9. Sroufe LA: The coherence of individual development, early care, attachment and subsequent developmental issues. Am Psychol 34:834-841, 1979.
10. Adler A: The practice and theory of individual psychology. New York, Harcourt, Brace and Co, 1927.
11. Freud A: Normality and pathology in childhood assessment of development. New York, International Universities Press, 1965.
12. Provenca S, Lipton R: Infants in institutions. New York, International Universities Press, 1962.
13. Kohut H: The restoration of the self. New York, International Universities Press, 1977.
14. Kohut H: Thoughts on narcissism and narcissic rage. Psychoanal Study of child 27:360-400, 1972.
15. Ausubel DP: Negativism as a phase of ego development. Am J Orthopsychiatry 20:796-895, 1950.
16. Rosenberg M: Conceiving the self. New York, Basic Books, 1979.
17. Demo DH, Savin-Williams RC: Early adolescent self-esteem as a function of social class: Rosenberg and pearlman revisited. Am J Sociology 88(4):763-774, 1983.
18. Erikson E: Identity and the life cycle. New York, International Universities Press, 1959.
19. Erikson E: Identity youth and crisis. New York, WW Norton and Co, 1968.
20. Fenichel O: Nevrozların psikoanalitik teorisi (Selçuk Tuncer çevirisi). Ege Üniversitesi Matbaası, Bornova, İzmir 34-35, 1974.
21. Offer D, Howard K: An empirical analysis of the offer self image questionnaire for adolescents. Arch Gen Psychiatry 27:529-537, 1972.
22. Jindal CR, Pando SK: Anxiety and achievement: A roschach study of high-and-low-achievers. Indian Educational Review 17 (4):118-124, 1982.
23. Le Compte WA: Self-esteem and trait anxiety in Turkey a new bottle for some rare old wine. Boğaziçi Univ J 8:65-79, 1983.
24. Westaway M, Skuy M: Self-esteem and the educational and vocational aspirations of adolescent girls in south Africa. South Africa Journal of Psychiatry, 4-14, 1984.
25. Çuhadaroğlu ÇF: Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi (serbest bildiri). Çukurova Üniv Tıp Fak Ekim 1985. s.107-108.
26. Cantez E: Ön adolesans dönemindeki çocukların kişilik kazanma ve okul başarısındaki farklı kişilik özelliklerine sahip ebeveyn gruplarının etkisi. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi (serbest bildiri). Çukurova Üniv Tıp Fak Ekim 1985. s.70-74.