

Pozitif Psikoterapideki Birincil Yeteneklerin Yordayıcıları Olarak Beş Faktör Kişilik Özellikleri

Big Five Personality Traits as Predictors of Primary Capacities in Positive Psychotherapy

Nurseven Kılıç¹, Fatma Altınsoy²

Öz

Bu araştırmada, beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapi yapılarından birincil yetenekler arasındaki ilişkilere yer verilmiştir. Bu doğrultuda, dışa dönüklük, uyumluluk, öz disiplin, nevrotiklik ve gelişime açıklık olarak adlandırılan beş faktör kişilik özelliklerinin pozitif psikoterapideki birincil yeteneklerden sabır, zaman, ilişki, güven, umut, cinsellik, sevgi ve inanç yeteneklerini ne düzeyde yordadığı incelenmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 18-28 arasında değişen (M=19), %53,7'si kadın (n=173) ve %46,3'ü erkek (n=149) olmak üzere toplam 322 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği ve Pozitif Psikoterapi ve Aile Terapisi Envanteri kullanılmıştır. Toplanan veriler çoklu doğrusal regresyon analizi ile test edilmiştir. Analiz sonuçları, beş faktör kişilik özelliklerinin birincil yetenekleri anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Araştırma sonuçlarına göre, dışa dönüklük kişilik özelliği sabır, güven, zaman, ilişki ve cinsellik yeteneklerini; uyumluluk kişilik özelliği sabır, zaman, ilişki, güven, cinsellik, sevgi ve inanç yeteneklerini; öz disiplin kişilik özelliği sabır, zaman, umut, cinsellik ve inanç yeteneklerini; nevrotiklik kişilik özelliği sabır, umut, sevgi ve inanç yeteneklerini ve son olarak gelişime açıklık kişilik özelliği umut yeteneğini anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bu araştırmanın bulgularının, hangi kişilik eğiliminde hangi yeteneklerin daha çok gelişmiş olduğunun açıklanmasına katkı sunarak literatüre yeni bir boyut kazandırdığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Beş Faktör Kişilik Özellikleri, Birincil Yetenekler, Pozitif Psikoterapi.

Abstract

The present study consists of the links between big five personality traits and primary capacities in positive psychotherapy. For this purpose, it was examined to what extent the primary capacities in positive psychotherapy, namely patience, time, contact, trust, hope, sexuality, love, and faith are predicted by the extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, and openness of the big five personality traits. The study group consisted of 322 university students, 173 (53.7%) female and 149 (46.3%) male, aged 18-28 years old (SD=1.59, M=19.03). The Big Five Inventory and Wiesbaden's Inventory of Positive Psychotherapy and Family Therapy were used as data collection tools. The multiple regression analysis method was employed to analyse the data. The findings revealed that the big five personality traits significantly predicted the primary capacities. According to the results, the extraversion personality trait significantly predicts the patience, time, contact, trust and sexuality capacities; the agreeableness personality trait predicts the patience, time, contact, trust, sexuality, love and faith capacities; the conscientiousness personality trait predicts the patience, time, hope, sexuality and faith capacities; the neuroticism personality trait significantly predicts patience, hope, love, and faith capacities, and finally the openness personality trait predicts the hope capacity. The results of the current study are believed to introduce a novel aspect to the existing literature by contributing to the explanation of which capacities are more developed in specific personality traits.

Keywords: Big Five Personality Traits, Primary Capacities, Positive Psychotherapy.

Araştırma Makalesi [Research Paper]

JEL Codes: I19, J19, J29, M54, O15

Araştırma ve Yayın Etiği Beyanı: Bu araştırma Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu'nun 22.02.2017 tarih ve 21 sayılı karar doğrultusunda gerçekleştirilmiştir.

Submitted: 11 / 06 / 2022

Accepted: 23 / 12 / 2023

¹ Doç. Dr., Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara, Türkiye, nkilic@aybu.edu.tr, Orcid No: <https://orcid.org/0000-0001-8724-7564>.

² Doç. Dr., Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye, fatma.altinsoy@ogu.edu.tr, Orcid No: <https://orcid.org/0000-0003-4910-2510>.

Giriş

Literatürde kişiliğin tanımlanması ve ölçülmesine yönelik farklı görüşler ileri sürülse de kişilik, genel bir ifadeyle, bireyi diğerlerinden ayıran, kendine has, tutarlı ve yapılaşmış özellikler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Burger, 2006: 23). Kişilik özellikleri ise zamana karşı sürekliliği olan, kişinin davranışları altında yatan nedenleri açıklayan ve doğası gereği psikolojik olan özellikleri ifade eder. Kişilik özellikleri, aynı zamanda, kim olduğumuzu yansıtır ve bir bütün olarak duyuşsal, davranışsal ve bilişsel tarzımızı belirler (Mount vd., 2005: 447). Farklı yaklaşımlar arasında kişiliğin değerlendirilmesinde en sık kullanılan yaklaşımlardan biri beş faktör kişilik modelidir. Bu şekilde adlandırılması konusunda fikir ayrılıkları olsa da pek çok araştırmada yer alan bu modelin kişilerarası farklılıkları açığa çıkarması bakımından genel kabul gördüğünü göstermektedir (Costa ve McCrae, 1995: 21; Mount vd., 2005: 447; Schmitt vd., 2007: 173). Özellik yaklaşımına dayanan beş faktör kişilik modelinde, kişiliğin ölçülmesinde kişilerin kendilerini ve başkalarını tanımlamada yararlandıkları 'sıfatlar' kullanılmaktadır (Benet-Martinez ve John, 1998: 729) ve bu model dışadönüklük, uyumluluk, öz disiplin, nevroitiklik ve gelişime açıklık kişilik özelliklerini kapsamaktadır (Costa ve McCrae, 1995: 21; McCrae ve John, 1992: 175).

Dışadönüklük alt boyutu, kişinin aktif, iddialı, sıcakkanlı, heyecanlı, coşkulu, enerjik, konuşkan ve sosyal olma derecesi gibi özellikleri içermektedir. Yüksek dışadönüklük özellikleri sergileyen bireyler diğer bireylerle daha kolay ilişki kurabilen, işbirlikçi, insanlarla birlikteliği seven kişiler olarak görülmektedir. Aksine dışadönüklük özellikleri düşük olan bireyler ise içine kapanık, diğerlerine karşı mesafeli olan, sessiz, utangaç ve sosyalleşmekten hoşlanmayan bireyler olarak değerlendirilirler (Benez-Martinez ve John, 1998: 729-750).

Uyumluluk kişilik özelliği kişinin yumuşak kalpli, uysal, özgeci, kabul edici, esnek, güvenilir, alçakgönüllü ve uyumlu yönünü temsil etmektedir. Uyumluluk özelliği yüksek olan bireyler uyumlu olma ve iş birliğine yatkınlıkla karakterize edilmektedir. Öte yandan bu kişilik özelliğinden uzaklaştıkça bireyin şüpheli, kibirli, rekabetçi ve kindar olma eğilimleri artar (Bacanlı, vd., 2009: 266-267; McCrae ve Costa, 2003). Özetle, uyumluluk özelliği katı olmaktan uzak, sevecen ve şefkatli bir kişilik yapısını ifade etmektedir.

Öz disiplin boyutu düzenli, dikkatli, disiplinli, dakik ve bir görevi yerine getirmede hızlıca organize olabilmek kabiliyetlerini kapsamaktadır. Yüksek öz disiplin düzeyine sahip bireyler azimli, çalışkan, kararlı, planlı, başarı yönelimli ve gerektiğinde kendini disipline edebilme özellikleriyle eşleştirilmektedir. Düşük öz disiplini temsil eden diğer uçta ise ihmalkâr, dağınık, dikkatsiz, görev ve sorumluluklarını yerine getirmede kaçınan olma eğilimleri yer almaktadır (Burger, 2006: 253; Costa ve McCrae, 1995: 21-50; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2013: 288). Başka bir deyişle, öz disiplinli olmak bir doğrusal düzlem üzerinde zayıf iradeye sahip olmak ile sorumluluk bilincine dair farkındalığın yüksekliği arasında bir noktada bulunmaktadır.

Duygusal dengesizlik olarak da nitelendirilen nevroitiklik boyutu uyumsuzluk ve ruhsal rahatsızlıklara yatkınlıkla karakterize edilmektedir. Nevrotiklik boyutu yüksek kişiler kaygılı, depresif, gergin, tedirgin, endişeli, güvensiz, kendine acıyan kişilerdir ve duygusal iniş-çıkışları sık yaşama eğilimindedirler. Nevrotiklik boyutu düşük olan bireyler ise sakin, duygusal tepkileri yönetebilen, sabırlı, iyimser, duygusal açıdan dengeli, tutarlı ve stresli durumlar karşısında sakinliğini koruyabilen bireylerdir (Bacanlı vd., 2009: 266-267; Benet-Martinez ve John, 1998: 729-750; McCrae ve Costa, 2003). Bu bilgi nevroitiklik boyutunun bir ucunda duygusal kararlılık bulunurken diğer ucunda duygusal değişkenliğin yer aldığını ifade etmektedir.

Beşli modelin gelişime açıklık boyutu ise kişinin çeşitli yaşantıları deneyimleme arayışında olmasını ve yenilikleri tatma isteğini temsil etmektedir. Gelişime açıklık kişilik özelliği yüksek bireyler meraklı, çok yönlü düşünebilen, yeniliklere açık, maceracı, hayal gücü geniş, özgürlükçü ve değişime açık olma yönleriyle karakterize edilmektedir. Gelişime açıklık kişilik özelliği düşük olan bireyler ise belirli bir yaşam tarzını benimseyerek alışık oldukları yaşantıları devam ettirme, konfor alanını terk etmeme, sabit fikirli olma, yeniliklere kapalı olma ve pasif olmaya meyillidirler (Costa ve McCrae, 1995: 21-50; McCrae ve Costa, 2003). Psikoloji literatüründe gelişime açıklığın geleneksellikten uzak ve yeniliklere açık kişilik yapısının bir temsili olduğu vurgulanmaktadır. Kişiliği süreklilik arz eden iki kutuplu bir yapı ile açıklayan beş faktörlü yaklaşımın yanında psikoloji literatüründe kişiliği çeşitli yönleriyle inceleyen farklı yaklaşımlar da bulunmaktadır. Örneğin, kişilik yapılanmasına yönelik görüşler ileri süren bir diğer yaklaşım Nossrat Peseschkian'ın (1970) öncülüğünü yaptığı Pozitif Psikoterapi yaklaşımıdır.

Pozitif psikoterapi kişilik yapılanmasını yetenekler aracılığıyla açıklamaktadır. Bu yaklaşıma göre istisnasız olarak herkesin doğuştan getirdiği ve bedeninin durumuna, içerisinde bulunan çevreye ve zamana bağlı olarak şekillenen yetenekler vardır (Peseschkian, 2002a: 131, 2002b: 59). Bu bakımdan, yetenekler toplumsal ve tarihsel koşullara dayanmaktadır (Peseschkian, 1998, 2002b; Sarı, 2015: 182-203). Pozitif psikoterapide kişilik yapılanması olarak tanımlanan bu yetenekler gerçek yetenekler olarak adlandırılmakta ve sevme yetisiyle ilişkili olan yetenekler birincil yetenekler olarak ifade edilmektedir. Birincil yetenekler kişinin doğumundan itibaren başkalarıyla kurulan etkileşimler yoluyla gelişmekte ve şekillenmektedir. Özellikle birinci derece bakım veren kişilerle temas sonucu gelişen birincil yetenekler sabır, zaman, ilişki, güven, umut, cinsellik, sevgi ve inanç gibi yetenekleri kapsar.

Bireyin içerisinde bulunduğu koşullar bu yeteneklerin gelişimini destekleyebilir veya aksine gelişimin engellenmesine neden olabilir (Peseschkian, 2002a: 44-46). Yeteneklerin az gelişmesi bireyin gerçek kapasitesini ortaya koyamamasına neden olurken, fazla gelişmesi bireyin normalden fazla bir düzeyde enerji sarf etmesine neden olabilmektedir (Peseschkian, 1970). Pozitif psikoterapi yaklaşımına göre ruhsal bozuklukların temelinde bu yeteneklerin gelişmemiş olması veya çok fazla gelişmiş olması yatmaktadır (Peseschkian, 1996, 2002b: 130-131). Bu nedenle, pozitif psikoterapi yaklaşımı yeteneklerin optimal düzeyde kullanılmasını gerekli görmektedir.

Peseschkian'a (2002a: 66-83) göre, gerçek yetenekler bağlamında yer alan birincil yeteneklerden sabır yeteneği bekleme kabiliyetine, istekleri erteleyebilmeye ve başkalarına zaman ayırabilmeye karşılık gelmektedir. Zaman ise bireyin yakınları ile zaman geçirmesi, gelişmelerini desteklemek için onlara uygun miktarda ve nitelikte zaman tanınması, bir başka deyişle özen göstermesi anlamındadır. Bu açıdan kaliteli zaman geçirmek yalnızca bireylerin gelişimi açısından önemli olmakla kalmaz, aynı zamanda bireyin bugünü, geçmişi ve geleceği bilinçli bir biçimde düzenleme ve bu zaman boyutlarını bütünlüştirebilme yeteneğini kullanabilmeye imkân tanır. İlişki veya bir başka ifadeyle temas yeteneğinden bahsederken başkalarına, anne-babaya, eşlere, meslektaşlara, sosyal gruplara, hatta hayvanlara, bitkilere ve eşyalara yönelme isteği ve yeteneği kastedilmektedir. Güven yeteneği bireyin kendini olduğu gibi kabul etmesi ve başkaları tarafından kabul görmesiyle ortaya çıkmaktadır. Umudun gelişimi ise bireyin yaşadığı deneyimlere ve bu deneyimlerden edindiklerine bağlıdır. Bireyin tüm yaşam deneyimlerinden türeyen güven ise bireyin başkalarına olan güvenini ve kendine yönelik güvenini ifade eder. Öte yandan, sevgi yeteneği erken dönemlerde anne-baba ve çocuk arasında kurulan ilişkide ortaya çıkar ve bu basamakta çocuk temel bir güven duygusu geliştirir. Yaşamın ilerleyen dönemlerinde 'sen'e yönelik ilişkide gerçek kaynak cinselliktir. Cinsel olgunluğa erişen birey sevgi ve ilişki bağlamında cinselliği de kullanır. Son olarak, inanç yeteneği bireyin kendisini, çevresini ve dünyayı anlamaya yönelik çabasıyla gelişir.

Literatür incelendiğinde, beş faktör kişilik özelliklerine yönelik pek çok çalışmanın yapıldığı ve bu kişilik modelinin öznel iyi oluş, kişilik bozuklukları, akıl yürütme süreçleri gibi farklı pek çok psikolojik değişkenle ilişkisinin incelendiği görülmektedir (Doğan, 2013: 56; Hopwood vd., 2022: 72; Sutin vd., 2022: 297). Ancak bir başka kişilik yapılanması olarak tanımlanan ve kişilik özelliklerini bireylerin yetenekleriyle açıklayan pozitif psikoterapi yaklaşımı ile beş faktör kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Psikoloji literatüründe beş faktör kişilik kuramı çerçevesinde ele alınan beş faktör kişilik özellikleri (Costa ve McCrae, 1995) doğuştan gelen ve bireyi diğerlerinden ayıran temel kişilik eğilimleridir. Pozitif psikoterapi bağlamında ise, sevme kapasitesi ile dünyaya gelen insan, duygusal bağ temelli etkileşimler yoluyla geliştirdiği yeteneklerini sergiler (Eryılmaz, 2020: 10-11; Sarı, 2015: 182). Buna göre, her birey bu iki kişilik örüntüsüyle dünyaya gelmekte ve bünyesinde bu kişilik yapılarını barındırmaktadır. Ancak beş faktör kişilik özellikleri literatürde daha sabit bir tanıma sahipken, pozitif psikoterapideki yeteneklerin gelişmesinde çevreyle etkileşimin önemine vurgu yapılmaktadır. Bu bakımdan, beş faktör kişilik özelliklerinin pozitif psikoterapideki birincil yeteneklerin yordayıcısı olabileceği düşünülmüştür. Bu anlamda, kişiliğin temel eğilim biçimlerini ifade eden beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapi bağlamındaki yetenekler arasındaki ilişkilerinin incelenmesi hem araştırmacılar hem de uygulamacılar açısından önemli bulgular sunabilme potansiyeline sahiptir. Bu araştırmanın gerçekleştirilmesiyle birlikte, hangi kişilik eğiliminde hangi yeteneklerin daha çok gelişmiş olduğunun açıklanması ve bu sayede literatüre yeni bir boyut kazandırılması önemli bir katkı olarak değerlendirilebilir. Öte yandan, işe alım ve meslek edinme süreçlerinde kişilik özelliklerinin önemi göz önünde bulundurulduğunda, bu araştırmanın bulgularının yöneticilere ve kurumlara bir ön bilgi sunacağı düşünülmektedir. Bu bakımdan bu araştırma özgün bir araştırma olma özelliği taşımaktadır. Tüm bu bilgilerden hareketle, bu araştırmayla, beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapideki birincil yetenekler arasındaki ilişkileri inceleyerek iki farklı yaklaşımın kişilik özelliklerine yönelik açıklamalarını bir arada ele almak ve karşılıklı ilişkileri incelemek hedeflenmiştir. Bu hedef doğrultusunda, aşağıdaki araştırma sorusuna yanıt aranmıştır:

- Beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapideki birincil yetenekler arasında nasıl bir ilişki vardır? Hangi kişilik özellikleri hangi birincil yetenekleri yordamaktadır?

1. Yöntem

1.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada, beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapi bağlamında kişilik yapılanması olarak tanımlanan birincil yetenekler arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflendiğinden ilişkisel desenden yararlanılmıştır. Bu desen, bir veya birden fazla nicel bağımsız değişken ile bir veya birden fazla nicel bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçladığından (Johnson ve Christensen, 2014), bu araştırmanın yürütülmesinde kullanılabilecek uygun bir desen olduğu düşünülmüştür.

1.2. Çalışma Grubu

Bu çalışma Ankara'da bir devlet üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler ile yürütülmüştür. Ölçek bataryası öğrencilerin öğrenim gördükleri kurumda ders saatinin bir kısmında uygulanmış ve uygulamalar yaklaşık olarak 10-15 dakika

sürmüştür. Çalışma grubunun belirlenmesinde uygun örneklem yönteminden yararlanılmıştır. Araştırmanın katılımcılarını yaşları 18-28 arasında değişen (M=19), %53,7'si kadın (n=173) ve %46,3'ü erkek (n=149) olmak üzere toplam 322 üniversite öğrencisi oluşturmuştur.

1.3. Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kapsamında veri toplama araçları olarak Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği ve Pozitif Psikoterapi ve Aile Terapisi Envanteri kullanılmıştır. Ayrıca, kişisel bilgi formu aracılığıyla katılımcıların yaş ve cinsiyet bilgileri alınmıştır.

Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği: Beş Faktör Kişilik Özellikleri Ölçeği kişilik özelliklerini ölçebilmek amacıyla Benet-Martinez ve John (1998: 729) tarafından geliştirilmiş ve 56 ülkenin katıldığı kültürlerarası bir araştırmanın Türkiye ayağında Türkçe'ye çevrilmiştir (Schmitt vd., 2007: 173). Ölçek 44 maddeden oluşan 5'li Likert tipi (1-Kesinlikle katılmıyorum, 5-Kesinlikle katılıyorum) bir ölçek olup beş boyuttan oluşmaktadır. Bu boyutlar sırasıyla, 'dışa dönüklük', 'nevrotiklik', 'uyumluluk', 'öz disiplin' ve 'gelişime açıklık' olarak adlandırılmıştır. Ölçekte nevrotiklik ve dışa dönüklük faktörleri 8'er madde, uyumluluk ve öz disiplin faktörleri 9'ar madde, gelişime açıklık faktörü ise 10 madde ile ölçülmektedir. Ölçeğin her bir boyutundan alınan yüksek puanlar bireylerin o kişilik özelliğini yüksek düzeyde yansıttıklarına işaret etmektedir. Uluslararası çalışmalarda geçerliliğinin ve güvenilirliğinin kanıtlanmış olmasından ve kullanışlı olmasından ötürü bu çalışmada bu ölçeğe yer verilmiştir. Yukarıda bahsi geçen çalışmada beş faktör kişilik ölçeğinin Cronbach Alpha güvenilirlik değerleri dışadönüklük için .77, uyumluluk için .70, öz disiplin için .78, nevrotiklik için .79 ve gelişime açıklık için .76 olarak hesaplanmıştır (Schmitt vd., 2007). Bu çalışmada ölçeğin güvenilirliğinin test edilmesi için yapılan Cronbach Alfa değerlerinin dışa dönüklük alt boyutu için .74, uyumluluk için .65, öz disiplin için .77, nevrotiklik için .75 ve gelişime açıklık için .73 olduğu belirlenmiştir.

Pozitif Psikoterapi ve Aile Terapisi Envanteri: Pozitif Psikoterapi ve Aile Terapisi Envanteri Peseschkian ve Deidenbach (1988: 128) tarafından kişilerin pozitif psikoterapi yapılarından birincil ve ikincil yeteneklerini ölçebilmek amacıyla 88 madde ile 4'lü Likert tipi (1-Hiç katılmıyorum, 4-Tamamen katılıyorum) bir ölçek olarak geliştirilmiştir. Ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Sarı vd. (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmasında güvenilirlik analizlerinde Cronbach Alfa katsayısının .77 olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırma kapsamında araştırmanın amacına uygun şekilde ölçeğin yalnızca birincil yeteneklerine ilişkin alt boyutlar değerlendirilmiştir. Orijinal çalışma ile uyarlama çalışmasında olduğu gibi birincil yeteneklere ait toplam Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı hesaplanmış ve bu katsayının .74 olduğu belirlenmiştir.

1.4. İşlem

Veriler bireysel uygulama şeklinde toplanmıştır. Verilerin toplanması sürecinde katılımcılar araştırma ile ilgili bilgilendirilmiş, gönüllülük esasına dayalı katılımın sağlanacağı ve kimlik bilgilerinin gizli tutulacağı beyan edilmiştir. Bu çalışma verilerin toplandığı kurumun Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurulu tarafından onaylanmış ve araştırmaya katılmaya gönüllü olan bütün katılımcıların onamı alınmıştır.

1.5. Verilerin Analizi

Bu çalışmada beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapideki birincil yetenekler arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Çalışmanın bağımsız değişkenlerini beş faktör kişilik özellikleri, bağımlı değişkenlerini ise birincil yetenekler oluşturmuştur. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilen testlerde betimsel istatistikler ve parametrik testlerden çoklu doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Betimsel istatistikler için korelasyon puanları değerlendirilmiştir.

2. Bulgular

Analizlerin gerçekleştirilmesinde ilk olarak değişkenler arasındaki korelasyon puanları incelenmiş ve elde edilen bulgular Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ve Birincil Yetenekler Arasındaki Korelasyon Puanları

	Dışa dönüklük	Uyumluluk	Öz disiplin	Nevrotiklik	Gelişime açıklık	Sabır	Zaman İlişki	Güven	Umut	Cinsellik	Sevgi	İnanç
Dışa dönüklük												
Uyumluluk	.222**	1										
Öz disiplin	.167**	.340**	1									
Nevrotiklik	-.099	-.068	-.250**	1								
Gelişime açıklık	.371**	.217**	.238**	.004	1							

Sabır	-.024	.266**	.238**	-.257**	.036	1
Zaman	.313**	.261**	.257**	-.150**	.158**	.250** 1
İlişki	.466**	.247**	.085	-.090	.183**	.097 .285** 1
Güven	.229**	.208**	.199**	-.071	.167**	.290** .326** .320** 1
Umut	.158**	.194**	.394**	-.201**	.219**	.361** .382** .228** .338** 1
Cinsellik	.114*	.164**	-.067	.075	-.005	.123* .177** .209** .149** -.025 1
Sevgi	.142*	.283**	.140*	-.160**	.117*	.292** .279** .267** .374** .328** .117* 1
İnanç	.165**	.201**	.170**	.117*	.145**	.183** .347** .205** .270** .364** .208** .142* 1

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

Değişkenlere ilişkin korelasyon katsayıları incelendiğinde bağımsız değişkenler (beş faktör kişilik özellikleri) ile bağımlı değişkenler olan birincil yetenekler arasında düşük ve orta düzeyde korelasyonların olduğu belirlenmiştir. Bu bulguların elde edilmesinin ardından çoklu doğrusal regresyon analizi ile beş faktör kişilik özelliklerinin birincil yeteneklerden sabır, zaman, ilişki, güven, umut, cinsellik, sevgi ve inanç yeteneklerini ne düzeyde yordadığı incelenmiş ve bulgular Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Beş Faktör Kişilik Özellikleri ile Birincil Yetenekler Arasındaki Çok Değişkenli Regresyon Matrisi

	Sabır			Zaman			İlişki			Güven		
	B	SH B	β	B	SH B	β	B	SH B	β	B	SH B	β
Dışa dönüklük	-.04	.02	-.12*	.08	.02	.25*	.14	.02	.43*	.04	.01	.16*
Uyumluluk	.09	.02	.24*	.05	.02	.15*	.06	.02	.17*	.03	.02	.12*
Öz disiplin	.04	.02	.12*	.04	.01	.15*	-.02	.02	-.06	.03	.01	.11
Nevrotiklik	-.07	.02	-.22*	-.02	.01	-.08	-.01	.01	-.05	-.00	.01	-.02
Gelişime açıklık	.00	.02	.00	.00	.02	-.00	.00	.02	.00	.01	.01	.05
R2	.15			.17			.24			.10		
Adjusted R2	.14			.15			.23			.08		

	Umut			Cinsellik			Sevgi			İnanç		
	B	SH B	β	B	SH B	β	B	SH B	β	B	SH B	β
Dışa dönüklük	.01	.02	.04	.04	.02	.12*	.02	.02	.06	.04	.02	.11
Uyumluluk	.01	.02	.04	.07	.02	.20*	.07	.02	.25*	.04	.02	.13*
Öz disiplin	.08	.01	.32*	-.04	.02	-.12*	.00	.01	.00	.04	.02	.14*
Nevrotiklik	-.03	.01	-.12*	.02	.02	.07	-.03	.01	-.14*	.05	.02	.17*
Gelişime açıklık	.03	.02	.12*	-.02	.02	-.06	.01	.01	.04	.01	.02	.04
R2	.19			.06			.11			.10		
Adjusted R2	.18			.05			.09			.08		

* $p < .05$

Analiz sonuçları değerlendirildiğinde, birincil yeteneklerden sabırın yordanmasına ilişkin modelin ($F(5-316)=11.32$, $p < .01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ($\beta = -.12$, $t = -2.10$, $p = .04$), uyumluluk ($\beta = .24$, $t = 4.20$, $p = .00$), öz disiplin ($\beta = .12$, $t = 2.10$, $p = .04$), ve nevroitiklik ($\beta = -.22$, $t = -4.13$, $p = .00$) modele anlamlı katkı sunmuştur. Bu sonuçlara göre dışadönüklük düzeyindeki bir standart sapmalık artış sabır puanlarındaki .12 standart sapmalık azalmayı yordarken uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artış sabır puanlarındaki .24 standart sapmalık artışı, öz disiplin düzeyindeki bir standart sapmalık artış sabır puanlarındaki .12 standart sapmalık artışı ve nevroitiklik düzeyindeki bir standart sapmalık artış sabır puanlarındaki .22 standart sapmalık azalışı yordamaktadır. Beş faktör kişilik özellikleri sabır varyansının %14'ünü açıklamıştır.

Zaman yeteneğinin yordanmasına ilişkin modelin ($F(5-316)=12.56$, $p < .01$) anlamlı olduğu görülmüştür. Bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ($\beta = .25$, $t = 4.40$, $p = .00$), uyumluluk ($\beta = .15$, $t = 2.71$, $p = .01$) ve öz disiplin ($\beta = .15$, $t = 2.52$, $p = .01$) modele anlamlı katkı sağlamıştır. Bu sonuçlara göre dışa dönüklük düzeyindeki bir standart sapmalık artış zaman puanlarındaki .25 standart sapmalık artışı, uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artış zaman puanlarındaki .15 standart sapmalık artışı ve son olarak öz disiplin düzeyindeki bir standart sapmalık artış zaman puanlarındaki .15 standart sapmalık artışı yordamıştır. Beş faktör kişilik özellikleri zaman varyansının %15'ini açıklamıştır.

Birincil yeteneklerden bir diğeri olan ilişkinin yordanmasına ilişkin modelin ($F(5-316)=20.28$, $p < .01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden dışadönüklük ($\beta = .43$, $t = 8.09$, $p = .00$) ve uyumluluk ($\beta = .17$, $t = 3.13$, $p = .00$) modele anlamlı katkı sunmuştur. Tek tek ele alınacak olursa, dışa dönüklük düzeyindeki bir standart sapmalık artış ilişki puanlarındaki .43 standart sapmalık artışı yordarken uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artış ilişki puanlarındaki .17 standart sapmalık artışı yordamaktadır. Beş faktör kişilik özellikleri ilişki varyansının %23'ünü açıklamıştır.

Birincil yeteneklerden güvenin yordanmasına ilişkin modelin de ($F(5-316)=6.62$, $p < .01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ($\beta = .16$, $t = 2.75$, $p = .01$) ve uyumluluk ($\beta = .12$, $t = 2.08$, $p = .04$) modele anlamlı katkı

sunmuştur. Sonuçlar değerlendirildiğinde, dışa dönüklük düzeyindeki bir standart sapmalık artışın güven puanlarındaki .16 standart sapmalık artışı yordadığı, uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artışın ise güven puanlarındaki .12 standart sapmalık artışı yordadığı belirlenmiştir. Beş faktör kişilik özellikleri ilişki varyansının %08'ini açıklamıştır.

Tablo 2'nin devamında, umut yeteneğinin yordanmasına ilişkin modelin ($F(5-316)=14.67, p<.01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden öz disiplin ($\beta=.32, t=5.56, p=.00$), nevroitiklik ($\beta=-.12, t=-2.20, p=.03$) ve gelişime açıklık ($\beta=.12, t=2.14, p=.03$) modele anlamlı katkı sağlamıştır. Bu bulgulara göre öz disiplin düzeyindeki bir standart sapmalık artış umut puanlarındaki .32 standart sapmalık artışı, nevroitiklik düzeyindeki bir standart sapmalık artış umut puanlarındaki .12 standart sapmalık azalışı ve gelişime açıklık düzeyindeki bir standart sapmalık artış umut puanlarındaki .12 standart sapmalık artmayı yordamaktadır. Beş faktör kişilik özellikleri umut varyansının %18'ini açıklamıştır.

Diğer bir yetenek olan cinselliğin yordanmasına ilişkin modelin ($F(5-316)=4.05, p<.01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden dışa dönüklük ($\beta=.12, t=2.04, p=.04$), uyumluluk ($\beta=.20, t=3.34, p=.00$) ve öz disiplin ($\beta=-.12, t=-2.01, p=.04$) modele anlamlı katkıda bulunmuştur. Dışa dönüklük düzeyindeki bir standart sapmalık artış cinsellik puanlarındaki .12 standart sapmalık artışı, uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artış cinsellik puanlarındaki .20 standart sapmalık artışı ve öz disiplin düzeyindeki bir standart sapmalık artış cinsellik puanlarındaki .12 standart sapmalık azalışı yordamıştır. Beş faktör kişilik özellikleri cinsellik varyansının %5'ini açıklamıştır.

Benzer şekilde, sevgi yeteneğinin yordanmasına ilişkin modelin de ($F(5-316)=7.53, p<.01$) anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bağımsız değişkenlerden uyumluluk ($\beta=.25, t=4.36, p=.00$) ve nevroitiklik ($\beta=-.14, t=-2.48, p=.01$) modele anlamlı katkı sunmuştur. Bu sonuçlara göre, uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artış sevgi puanlarındaki .25 standart sapmalık artmayı, nevroitiklik düzeyindeki bir standart sapmalık artışın ise sevgi puanlarındaki .14 standart sapmalık azalışı yordadığı belirlenmiştir. Beş faktör kişilik özellikleri sevgi varyansının %9'unu açıklamıştır.

İnanç yeteneğinin yordanmasına ilişkin model de ($F(5-316)=6.64, p<.01$) anlamlı bulunmuştur. Bağımsız değişkenlerden uyumluluk ($\beta=.13, t=2.26, p=.03$), öz disiplin ($\beta=.14, t=2.35, p=.02$) ve nevroitiklik ($\beta=.17, t=3.09, p=.00$) modele anlamlı katkı sağlamıştır. Sonuçlar değerlendirildiğinde, uyumluluk düzeyindeki bir standart sapmalık artışın inanç puanlarındaki .13 standart sapmalık artışı yordadığı, öz disiplin düzeyindeki bir standart sapmalık artışın inanç puanlarındaki .14 standart sapmalık artışı yordadığı ve nevroitiklik düzeyindeki bir standart sapmalık artışın ise inanç puanlarındaki .17 standart sapmalık artışı yordadığı söylenebilir. Beş faktör kişilik özellikleri inanç varyansının %8'ini açıklamıştır.

Sonuç ve Değerlendirme

Bu çalışma beş faktör kişilik özellikleri (dışadönüklük, uyumluluk, öz disiplin, nevroitiklik ve gelişime açıklık) ile pozitif psikoterapideki birincil yetenekler (sabır, zaman, ilişki, güven, umut, cinsellik, sevgi, inanç) arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, beş faktörlü kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil yetenekler arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkiler aşağıdaki görsel aracılığıyla özetlenmiştir:

	Sabır	Zaman	İlişki	Güven	Umut	Cinsellik	Sevgi	İnanç
Dışa dönüklük	-	+	+	+	o	+	o	o
Uyumluluk	+	+	+	+	o	+	+	+
Öz disiplin	+	+	o	o	+	-	o	+
Nevrotiklik	-	o	o	o	-	o	-	+
Gelişime açıklık	o	o	o	o	+	o	o	o

Not: (+) pozitif ilişki, (-) negatif ilişki, (o) ilişki yok

Şekil 1. Beş faktörlü Kişilik ve Birincil Yetenekler Arasındaki İlişkiler

Araştırmanın bulguları uyumluluk ve öz disiplin kişilik özelliklerinin sabır yeteneğini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığını, dışa dönüklük ve nevroitiklik kişilik özelliklerinin ise sabır yeteneğini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığını göstermiştir. Diğer bir deyişle, bireyde uyumluluk ve öz disiplin kişilik özelliği puanları arttıkça sabır yeteneğinin kullanımı da artmakta; buna karşın, dışadönüklük ve nevroitiklik kişilik özelliği puanları arttıkça sabır yeteneğinin kullanımı azalmaktadır. Ayrıca mevcut bulgular ile sabır yeteneğinin en çok uyumluluk boyutu tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Bu bulgulardan anlaşılabilir gibi, fedakârlık ve iş birliği ile karakterize edilen uyumluluk ve yüksek sorumluluk bilincini vurgulayan öz disiplin kişilik özelliklerine (Carr, 2011: 72; McCrae ve Costa, 2003) sahip bireyler, bekleme kabiliyeti olarak nitelendirilen sabır yeteneğini (Pesseschian, 2002a: 75) daha aktif kullanabilmekte ve sürdürebilmektedir. Bununla birlikte aktif, enerjik ve coşkulu olmayı içeren dışadönüklük ve duygusal dengesizlik olarak nitelendirilen nevroitiklik eğilimi

bireylerin ise sabır yeteneklerini düşük düzeyde kullandıkları ve daha sabırsız oldukları söylenebilir. Psikoloji literatürü sabır yeteneğinin önemini vurgulamaktadır (Eryılmaz, 2011: 11; Peseschkian, 2002a: 75; Schnitker, 2012: 273) ve sabır yeteneği diğer kişilik özellikleriyle anlamlı ilişkiler gösterebilmektedir. Örneğin, Kılıç ve Eryılmaz'a (2019: 40) göre, bireyin sabır yeteneği yükseldikçe narsisistik kişilik özellikleri azalmaktadır. Mevcut çalışma aracılığıyla sabır yeteneğinin beş faktör kişilik özellikleri bağlamında da anlamlı ilişkiler gösterdiği ortaya konmuş ve sabır yeteneği konusunda çeşitli psikolojik göstergelerle ilgilenen literatür bulgularına yeni bir boyut kazandırılmıştır.

Araştırmanın bir diğer bulgusu ise dışa dönüklük, uyumluluk ve öz disiplin kişilik özelliklerinin zaman yeteneğini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamasıdır. Bir başka ifadeyle, bireyde dışa dönüklük, uyumluluk ve öz disiplin kişilik özellikleri puanı yükseldikçe zaman yeteneğinin kullanımı da artmaktadır. Ayrıca, analiz sonuçlarına göre, zaman yeteneğinin kişilik özellikleri içerisinde en çok dışadönük olma boyutu tarafından açıklandığı tespit edilmiştir. Pesseschian'a (1998; 2002a:70) göre zaman yeteneği insanların ilgi duydukları aktivitelere ve kendilerine zaman ayırabilmesini, yeni insanlarla etkileşim kurmak için uygun zamanı değerlendirebilmesini, sevdikleri ile uygun miktarda ve kaliteli vakit geçirebilmesini ve aynı zamanda bireyin geçmişi, bugünü ve geleceğiyle sağlıklı bir bütünlük kurabilmesini ifade etmektedir. Buna göre, güçlü sosyal ilişkileri vurgulayan dışa dönüklük ile yumuşak başlılığı içeren uyumluluk ve sorumluluk bilincini içeren öz disiplin kişilik özelliklerine (McCrae ve Costa, 2003) sahip bireylerin zaman yeteneğini kullanabilmelerinin anlamlı ve tutarlı bir bulgu olduğu söylenebilir.

Bu çalışmada, ilişki yeteneğinin dışa dönüklük ve uyumluluk kişilik özellikleri tarafından pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordandığı bulunmuştur. Bir diğer ifadeyle, bireyde dışa dönüklük ve uyumluluk kişilik özellikleri puanı yükseldikçe ilişki yeteneğinin kullanımı da artmaktadır. Bununla birlikte, ilişki yeteneğini en çok açıklayan kişilik özelliğinin dışadönüklük olduğu tespit edilmiştir. Dışadönük bireylerin sıcakkanlı, enerjik, diğerleriyle kolay ilişki kurabilen ve insanlarla bir arada olmayı seven kişiler (Benez-Martinez ve John, 1998: 729-750; McCrae ve Costa, 2003) olduğu dikkate alındığında, diğer bireylerle kurulan anlamlı ilişkiler ve temas içinde olmayı ifade eden ilişki yeteneğini kullanabilen bireyler olmalarının beklendiği bir bulgu olduğu söylenebilir. Psikoloji literatürü mevcut bulguyla tutarlıdır ve bu bulguyu destekler niteliktedir. Örneğin, dışadönüklük özelliğinin çatışma çözme süreçlerinde önemli bir rol oynadığı (Basım vd., 2009: 20), dışadönük bireylerin saygılı, şeffaf ve besleyici ilişki tarzını kullanma eğiliminde oldukları (Karabacak-Çelik ve Topkaya, 2018: 138), olumlu duyguları artırmak için diğer bireylerle daha fazla ilişki içinde oldukları ve olumsuz duyguları düzenlemede kendilerini rahatlatılacak kişilere daha kolay ulaşabildikleri (Gökdağ ve Naldöken, 2021: 41) çeşitli araştırmalarca rapor edilmiştir. Mevcut tablodan yola çıkılarak, dışadönüklük ve uyumluluk özelliklerine sahip bireylerin ilişki yeteneklerinin gelişmiş olduğu ve kişilerarası ilişkilerde daha avantajlı konumda oldukları söylenebilir.

Benzer şekilde, dışa dönüklük ve uyumluluk kişilik özellikleri güven yeteneğini de pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bir başka deyişle, bireyde dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliği arttıkça güven yeteneğinin kullanımı da artmaktadır. Pozitif psikoterapiye göre güven yeteneği bireyin yaşamdaki tecrübeleri temelinde şekillenen kendine ilişkin gerçekçi algılar geliştirerek kendini olduğu gibi kabul etmesi ve diğer bireyler tarafından da kabul görmesiyle kazanılan bir kabiliyettir (Eryılmaz, 2020: 178-179; Peseschkian, 2002b). Buna göre konuşkan, sıcakkanlı ve sosyal olma gibi özellikleri sergileyen dışadönük bireylerin ve uysal, alçakgönüllü, iş birliğine yatkın ve kabul edici olma gibi özelliklere sahip olan uyumlu bireylerin (Burger, 2006: 253; Costa ve McCrae, 1995: 21-50; Yazgan-İnanç ve Yerlikaya, 2013: 288) güven yeteneklerini geliştirmelerinin anlamlı bir bulgu olduğu ifade edilebilir. Psikoloji araştırmalarının kişilik özellikleri ve güven duygusunu daha çok örgüt psikolojisi bağlamında ele aldıkları görülmektedir. Örneğin, yapılan bir çalışmada, bireylerin dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliğine sahip olmaları ile online alışverişlerde karşı tarafa ve ilgili süreçlere güven duymaları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Yıldız ve Kırmızıbiber, 2020: 494). Bir diğer çalışmada, dışadönük ve uyumlu bireylerin örgütsel ilişkilerine atfedilen bir kavram olan örgütsel güven düzeylerinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir (Sakallı ve Örucü, 2020). Alan yazın açıklamaları ve daha çok örgüt psikolojisinde yer alan bulguların bu araştırma bulgularıyla tutarlılık gösterdiği ve mevcut bulguları destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Mevcut çalışmada öz disiplin ve gelişime açıklık kişilik özelliklerinin umut yeteneğini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı ancak nevrozizm kişilik özelliğinin umut yeteneğini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir. Bir başka ifadeyle, bireyde öz disiplin ve gelişime açıklık kişilik özellikleri arttıkça umut yeteneğinin kullanımı da artmakta; buna karşın nevrozizm kişilik özelliği arttıkça umut yeteneği azalmaktadır. Analizlerden elde edilen mevcut bulgular psikoloji literatürüyle açıklanabilir. İnsanın doğasını olumlu açıdan ele alan pozitif psikoterapinin kurucusu Pesseschian'a (2002a: 73-74, 2002b) göre, umut yeteneği bireylerin zor zamanlarda bile bir çözüm yolu bulabileceğine olan inançlarının olması, amaç ve yaşam planlarının olması anlamına gelmektedir. Umud, birey için anlamlı olan amaçlara ulaşabilmesi için çeşitli yollar üretebilme kapasitesine olan inancını ifade eder (Synder, 1994). Pandemi gibi zor bir yaşam döneminde ergenlerle yapılan bir çalışmada, öz disiplin ve gelişime açıklık kişilik özelliklerinin ergenlerin umut düzeylerini artırdığı, aksine nevrozizm kişilik özelliğinin umut düzeyini azalttığı rapor edilmiştir (Söner ve Gültekin, 2021: 329). Spor bilimlerinde öğrenim gören üniversite öğrencileriyle yapılan bir diğer çalışmada da deneyime açıklık kişilik özelliği ile umut düzeyi arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Bahadır vd., 2020: 54). Öte yandan, Altınsoy ve Karakaya-Özyer

(2018: 1751), umutsuzluğun olumlu psikolojik göstergelerle negatif ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Bu açıklamalara dayalı olarak, yeniliklere açık olma ve çok yönlü düşünebilme olarak nitelendirilen gelişime açıklık ve sorumluluk bilinciyle karakterize edilen öz disiplin kişilik özelliklerine sahip bireylerin umut yeteneğini kullanmaya daha meyilli olmaları, buna karşın duygusal açıdan dengesiz olan bireylerin umut yeteneğini daha az kullanmalarının beklendiği bir bulgu olduğu söylenebilir. Bu araştırmanın bulguları ve diğer araştırmalar birlikte incelendiğinde öz disiplin, gelişime açıklık ve nevroitiklik kişilik özelliklerinin umut yeteneğiyle ilişkili olduğu görülmektedir.

Cinsellik yeteneğinin dışa dönüklük ve uyumluluk kişilik özellikleri tarafından pozitif yönde anlamlı düzeyde yordanması, öz disiplin kişilik özelliği tarafından ise negatif yönde yordanması araştırmanın bir diğer bulgusudur. Bir diğer ifadeyle, bireyde dışadönüklük ve uyumluluk kişilik özelliği arttıkça cinsellik yeteneğinin kullanımı artmakta; buna karşın öz disiplin kişilik özelliği yükseldikçe cinsellik yeteneği düşmektedir. Bununla birlikte cinsellik yeteneğini en fazla açıklayan kişilik özelliğinin uyumluluk olduğu tespit edilmiştir. Öyle görülüyor ki, güçlü sosyal ilişkileri betimleyen dışadönüklük ile fedakârlık ve iş birliğiyle karakterize edilen uyumluluk kişilik özelliklerine (Costa ve McCrae, 1995: 21-50; McCrae ve Costa, 2003) sahip bireyler, cinsel olgunluğa erişmiş bireyleri işaret eden cinsel yeteneği (Pesseschian, , 2002a 79-81, 2002b) daha aktif kullanabilmekte ve sürdürülebilmektedir. Bununla birlikte yüksek sorumluluk bilincini vurgulayan öz disiplin kişilik özelliklerine (Costa ve McCrae, 1995: 21-50; McCrae ve Costa, 2003) sahip bireylerin ise cinsellik yeteneklerini düşük düzeyde kullandığı veya bu yeteneğin yeterli düzeyde gelişmediği söylenebilir. Bu bulgunun ilginç bir bulgu olduğunu belirtmek gerekir. Bu bulguya ilişkin daha detaylı bağları görebilmek ve ayrıntılı bilgilere ulaşmak adına derinlemesine araştırmaların yapılması önerilmektedir.

Bir diğer bulgu olarak, uyumluluk kişilik özelliğinin sevgi yeteneğinin pozitif yönde yordayıcısı olduğu, nevroitiklik kişilik özelliğinin ise negatif yönde yordayıcısı olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, bireyde uyumluluk kişilik özelliği arttıkça sevgi yeteneğinin kullanımı da artmakta; buna karşın nevroitiklik kişilik özelliği arttıkça sevgi yeteneği azalmaktadır. Pozitif psikoterapide sevgi yeteneği ilişkiler bağlamında değerlendirilmekte ve bireyin diğer bireylerle derin ve anlamlı ilişkiler içerisinde olması anlamına gelmektedir (Pesseschian, 2002a: 79-81, 2002b). Buna göre, kişiliğin kabul edici ve uyumlu olma özelliklerini barındıran uyumluluk kişilik özelliğinin (Bacanlı vd, 2009: 261; McCrae ve Costa, 2003) derin ve anlamlı ilişkiler içerisinde olması anlamına gelen sevgi yeteneğini yordaması literatür bulgularıyla tutarlıdır. Her ne kadar alan yazında doğrudan bu değişkenlerle ilgili çalışmalara rastlanmasa da psikoloji literatüründe mevcut ilişkiyi dolaylı olarak ele alan çalışma bulgularının bu araştırmanın bulgularıyla örtüştüğü görülmektedir. Örneğin, üniversite öğrencileriyle yapılan bir araştırmada romantik ilişkide algılanan istismarcı tutum ile uyumluluk arasında negatif yönlü, ancak nevroitiklik ile pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır (Öngün, 2016). Bir diğer çalışmada ise evli çiftlerin evlilik uyumu ile uyumluluk kişilik özelliği arasında pozitif yönlü; nevroitiklik ile negatif yönü anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Özaydinlik, 2011). Bu tür çalışmaların bulgularının yorumlanmasında sevgi yeteneğinin yeterince gelişip gelişmemesinin de ilişkiler üzerinde bir başka belirleyici etmen olabileceği araştırmacılar tarafından değerlendirilebilir.

Son olarak, uyumluluk, öz disiplin ve nevroitiklik kişilik özellikleri inanç yeteneğini pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordamıştır. Buna göre, bireyde uyumluluk, öz disiplin ve nevroitiklik kişilik özelliği yükseldikçe inanç yeteneğinin kullanımı da artmaktadır. Pesseschian'a (2002a: 69-70: 2002b) göre inanç yeteneği yaşamı anlama çabasını, yaşam ve ölüm gibi yaşamın varoluşuna ait düşünceleri gözden geçirebilmeyi tanımlamaktadır. Bu bulguyu dolaylı olarak destekleyen araştırma bulguları mevcuttur. Yapılan bir çalışmada öz disiplin kişilik özelliği ile hayatın anlamı ve amacı arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (Ulu, 2018: 165). Şentepe ve Güven (2015: 27) tarafından yürütülen bir diğer çalışmada da uyumluluk ve öz disiplin kişilik özellikleri ile inanç, ibadet ve dindarlık faktörleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğu belirtilmiştir. Ancak, aynı çalışmada nevroitiklik boyutu ile inanç boyutu arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu araştırma kapsamında ise nevroitiklik ile inanç yeteneği arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu bulgu dikkat çekici bir bulgudur ve nitel araştırmalar gibi daha detaylı araştırmalar ile desteklenmelidir. Özetle, beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapinin kişilik yapılanması olarak ele alınan birincil yetenekler hem birbirleriyle hem de literatürle tutarlı ilişkiler göstermiştir.

Araştırmanın sınırlılıklarına değinmek gerekirse, pozitif psikoterapi yaklaşımına göre birincil yeteneklerin yanı sıra ikincil yetenekler de kişilik yapılanmasında etkili bir role sahiptir. Ancak hem birincil hem de ikincil yeteneklerin beş faktör kişilik özellikleriyle ilişkilerini incelemek araştırmadaki değişken sayısını önemli ölçüde artıracığından ve istatistiksel olarak tüm bulguların çalışmaya dahil edilmesi mümkün olmadığından sadece birincil yetenekler araştırma kapsamına dahil edilmiştir. Bu sınırlılığın giderilmesi için ikincil yetenekler ile beş faktör kişilik özelliklerini incelemeyi amaçlayan yeni bir çalışmanın yapılması önerilebilir. Ayrıca yeni çalışmalar konunun uygunluğuna ve ihtiyaca istinaden örgüt psikolojisi bağlamında gerçekleştirilebilir. Diğer taraftan, mevcut araştırmanın sınırlı bir örneklem üzerinde yürütülmesi her ne kadar bir sınırlılık olarak değerlendirilse de çalışmanın beş faktör kişilik özellikleri ile pozitif psikoterapi bağlamında birincil yetenekler arasındaki anlamlı ilişkileri ortaya koyması nedeniyle alan yazına önemli katkılar sunduğu düşünülmektedir. Beş faktör kişilik özellikleri psikoloji literatüründe yaygın bir çalışma alanına sahiptir, fakat hangi kişilik özelliğinde hangi yeteneklerin daha fazla veya az sergilendiği ilk kez bu çalışma aracılığıyla açıklanmıştır. Tüm bu gerekçelerle, bu çalışma özgün bir

çalışma niteliği taşımaktadır. Öte yandan, işe alım ve meslek edinme süreçlerinde kişilik özelliklerinin önemi göz önünde bulundurulduğunda, bu araştırmanın bulguları yöneticilere ve kurumlara bir ön bilgi sağlayabilir. Ayrıca, kişiliğe yönelik araştırmalarda araştırmacılara yeni bir araştırma alanı oluşturmak yönünden yaygın bir etki alanına sahip olabileceği düşünülmektedir.

Kaynakça

- Altınsoy, F. ve Karakaya-Özyer, K. (2018). Liseli ergenlerde okula aidiyet duygusu: Umutsuzluk ve yalnızlık ile ilişkileri. *Elementary Education Online*, 17(3), 1751-1764.
- Bacanlı, H., İlhan, T., ve Aslan, S. (2009). Beş faktör kuramına dayalı bir kişilik ölçeğinin geliştirilmesi: sıfatlara dayalı kişilik testi (SDKT). *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7(2), 261-279.
- Basım, H. N., Çetin, F., ve Tabak, A. (2009). Beş faktör kişilik özelliklerinin kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarıyla ilişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 20-34.
- Bahadır, Z., Certel, Z., Erdoğan, Ç. H., ve Lapa, T. Y. (2020). Rekreasyon bölümü öğrencilerinin kişilik özelliklerinin umut düzeyine etkisi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 54-64. <https://doi.org/10.33689/spormetre.667672>
- Benet-Martínez, V., & John, O. P. (1998). Los Cinco Grandes across cultures and ethnic groups: Multitrait multimethod analyses of the Big Five in Spanish and English. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(3), 729-750. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. Kaknüs Yayınları.
- Carr, A. (2011). *Positive psychology: The science of happiness and human strengths*. Routledge.
- Costa, P.T. & McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are basics. *Personality and Individual Differences*, 13(6), 653-665. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90236-1](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90236-1)
- Costa, P. T. & McCrae, R. R. (1995). Domains and facets: Hierarchical personality assessment using the revised neo personality inventory. *Journal of Personality Assessment*, 64(1), 21-50. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6401_2
- Doğan, T. (2013). Beş faktör kişilik özellikleri ve öznel iyi oluş. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14(1), 56-64.
- Eryılmaz, A. (2011). Investigating of the relationships between adults' subjective well-being and primary-secondary capabilities with respect to positive psychotherapy. *Journal of Clinical Psychiatry*, 14(1), 17-28.
- Eryılmaz, A. (2020). *Meta teori: Bir gelişim ve psikoterapi kuramı olarak pozitif psikoterapi*. Nobel Yayıncılık.
- Gökdağ, C., ve Naldöken, B. (2021). Kişilerarası duygu düzenlemenin kişilik özellikleri ve psikopatoloji belirtileriyle ilişkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 24(1), 41-52. <https://doi.org/10.5505/kpd.2020.79106>
- Hopwood, C. J., Schwaba, T., Wright, A. G., Bleidorn, W., & Zanarini, M. C. (2022). Longitudinal associations between borderline personality disorder and five-factor model traits over 24 years. *European Journal of Personality*, 36(1), 72-90. <https://doi.org/10.1177/08902070211012918>
- Johnson, B., & Christensen, L. (2014). *Eğitim araştırmaları: nicel, nitel ve karma yaklaşımlar*. (S. B. Demir, Çev.) Ankara: Eğiten Kitap.
- Karabacak-Çelik, A., ve Topkaya, N. (2018). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcısı olarak beş faktörlü kişilik özellikleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 138-159. <https://doi.org/10.26466/opus.464200>
- Kılıç, N., ve Eryılmaz, A. (2019). Investigating narcissistic personality traits in the context of positive psychotherapy. *Archives of Neuropsychiatry*, 56(1), 40-46. <https://doi.org/10.29399/npa.22794>
- McCrae, R. R. & John, O. P. (1992). An introduction to the five-factor and its applications. *Journal of Personality*, 60(2), 175-215. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.1992.tb00970.x>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood: A five-factor theory perspective*. Guilford Press.
- Mount, M. K., Barrick, M. R., Scullen, S. M. & Rounds, J. (2005). Higher-order dimensions of the big five personality traits and the big six vocational interest types. *Personal Psychology*, 58, 447-478. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2005.00468.x>

- Öngün, E. (2016). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özelliklerinin romantik ilişkileri üzerine etkisi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Özaydınlık, Ş. (2011). *Evli çiftlerin evlilik uyumu ile kişilik özellikleri ve romantik ilişkilerindeki sosyal ilginin incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Peseschkian, N. (1970). *Psychotherapy of everyday life: Training in partnership and self-help with 250 case histories*. New Delhi, Springer.
- Peseschkian, N. (1996). *Positive family therapy: The family as therapist*. New Delhi, Sterling Paperbacks.
- Peseschkian, N. (1998). *Doğu hikâyeleriyle psikoterapi*. (H. Fıçıoğlu, Çev. Ed.). İstanbul: Beyaz Yayınları
- Peseschkian, N. (2000). *Positive Psychotherapy*. New Delhi: Sterling Publishers.
- Peseschkian, N. (2002a). *Günlük yaşamın psikoterapisi* (H. Fıçıoğlu, Çev. Ed.). İstanbul: Beyaz Yayınları
- Peseschkian, N. (2002b). *Pozitif aile terapisi* (M. Naim, Çev. Ed.). İstanbul: Beyaz Yayınları
- Peseschkian, N. & Deidenbach H (1988). *Wiesbadener inventar zur positiven psychtherapie und familien therapie (WIPPF)*. NewYork, Springer-Verlag, s.128-276.
- Sakallı, S. Ö., ve Örucü, E. (2020). Sağlık kurumlarında çalışanların adalet algılarının ve kişilik özelliklerinin örgütsel güven üzerindeki rolü. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 249-268. <https://doi.org/10.20491/isarder.2020.840>
- Sarı, T. (2015). Pozitif psikoterapi: Gelişimi, temel ilke ve yöntemleri ve Türk kültürüne uygulanabilirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 3(2), 182-203.
- Sarı, T., Eryılmaz, A. ve Varlıklı-Öztürk, G. (2010). *Adaption Of Wiesbaden Inventory of Positive Psychotherapy To Turkish Culture*. Oral Presentation, 5th World Congress On Positive Psychotherapy, 9-12 Oct, İstanbul/Turkey.
- Schnitker, S. A. (2012). An examination of patience and well-being. *The Journal of Positive Psychology*, 7(4), 263-280. <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.697185>
- Schmitt, D. P., Allik, J., McCrae, R. R. & Benet-Martinez, V. (2007). The geographic distribution of big five personality traits: Patterns and profiles of human self-description across 56 nations. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(2), 173-212. <https://doi.org/10.1177/0022022106297299>
- Söner, O., ve Gültekin, F. (2021). COVID-19 salgınında ergenlerin umut, psikolojik sağlık ve kişilik özellikleri. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 329-349. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.825260>
- Sutin, A. R., Stephan, Y., Luchetti, M., Strickhouser, J. E., Aschwanden, D., & Terracciano, A. (2022). The association between five factor model personality traits and verbal and numeric reasoning. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 29(2), 297-317. <https://doi.org/10.1080/13825585.2021.1872481>
- Snyder, C. R. (1994). *The psychology of hope: You can get there from here*. Simon and Schuster.
- Şentepe, A., ve Güven, M. (2015). Kişilik özellikleri ve dindarlık ilişkisi üzerine ampirik bir araştırma. *Journal of Faculty of Theology, Sakarya University/Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(31), 27-44. <https://doi.org/10.17335/sakaifd.219893>
- Ulu, M. (2018). Hayatı anlamlandırma ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki üzerine. *Bilimname*, 36(2), 165-187. <https://doi.org/10.28949/bilimname.459247>
- Yazgan-İnanç, B., ve Yerlikaya, E. E. (2013). *Kişilik kuramları*. Pegem Akademi.
- Yıldız, S., ve Kırmızıbiber, A. (2020). Kişilik özellikleri ile güven ve risk arasındaki ilişki: e-ticaret müşterileri üzerine bir uygulama. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 11(2), 494-507.

Extended Abstract

Aim and Scope

The related literature, despite reporting a wide range of findings regarding personality traits, points to a gap presenting a lack of concern for the positive psychotherapy capacities which may have the potential to be linked to the big five personality traits. Thus, the goal of the current study is to examine the associations between the big five personality traits and primary capacities in positive psychotherapy. For this purpose, it was examined to what extent the primary capacities in positive psychotherapy, namely patience, time, contact, trust, hope, sexuality, love, and faith are predicted by

extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism, and openness of the big five personality traits. Conducting this research can make a significant contribution to the relevant literature by adding a new dimension through the reveal of which personality capacities are more developed in which personality traits. In line with this purpose, the research questions examined in the present study were: What is the relationship between the big five personality traits and primary capacities in positive psychotherapy? Which personality traits predict which primary capacities?

Methods

The present study was designed as a correlational study. Prior to the study, the necessary approval was obtained from the ethics committee of the participating institution, and the participants contributed to the study with their informed consent. The sample consisted of 322 university students, 173 (53.7%) female and 149 (46.3%) male. The average age of the participants was 19.03 ± 1.59 (ranging from 18 to 28 years old). The Big Five Inventory and Wiesbaden's Inventory of Positive Psychotherapy and Family Therapy were used as data collection tools. Participants filled out the survey voluntarily after the lessons at school. The multiple regression analysis method was employed to analyse the data.

Findings

The findings revealed that the big five personality traits significantly predicted the primary capacities. To be more precise, the extraversion personality trait significantly predicts the patience, time, contact, trust and sexuality capacities; the agreeableness personality trait predicts the patience, time, contact, trust, sexuality, love and faith capacities; the conscientiousness personality trait predicts the patience, time, hope, sexuality and faith capacities; the neuroticism personality trait significantly predicts patience, hope, love, and faith capacities, and finally, the openness personality trait predicts the hope capacity. At this point, it is worth mentioning that although it is considered a limitation that the current study was conducted on a limited sample, this study makes significant contributions to the literature as it reveals the significant relationships between the big five personality traits and primary capacities in the context of positive psychotherapy. The big five personality traits have a common area of study in the psychology literature, but for the first time, which capacities are more or less exhibited in which personality traits are explained through this study. And thus, this study can be regarded as an original study. Additionally, considering the importance of personality traits in the recruitment phase, the findings of this research can provide a piece of preliminary information to managers and institutions. What is more, it is thought that it may have a widespread impact in terms of creating a new research area for researchers in personality research. To address the limitations of the research, according to the positive psychotherapy approach, secondary capacities, as well as primary capacities, have an effective role in building personality traits. However, since examining the relationships of both primary and secondary abilities with the big five personality traits would significantly increase the number of variables in the study, and it wouldn't be possible to include all findings in the study statistically, only primary capacities were included within this study. To address this limitation, carrying out a new study aiming to examine secondary capabilities and big five personality traits can be suggested. In addition, new studies can be conducted in the context of organizational psychology, depending on the relevance of the subject and the need.