



## Araştırma Makalesi • Research Article

### Genç Yetişkinlerde Sosyal Zekanın Yordayıcısı Olarak Affedicilik ve Benlik Saygısı

#### *Forgiveness and Self-Esteem as Predictors of Social Intelligence in Young Adults*

Müge Yukay Yüksel,<sup>a</sup> Baran Tunçer,<sup>b,\*\*</sup> Şeymanur Barış<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Doç. Dr., Gör., Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul/Türkiye.  
ORCID: 0000-0002-7425-2716

<sup>b</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul/Türkiye.  
ORCID: 0000-0002-8759-4002

<sup>c</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, İstanbul/Türkiye.  
ORCID: 0000-0001-5036-1224

#### MAKALE BİLGİSİ

##### Makale Geçmişi:

Başvuru tarihi: 17 Eylül 2019

Düzeltilme tarihi: 22 Aralık 2019

Kabul tarihi: 08 Ocak 2020

##### Anahtar Kelimeler:

Affedicilik

Benlik saygısı

Sosyal zekâ

Genç yetişkinler

#### ÖZ

Bu çalışma 20-35 yaş arası genç yetişkin bireylerin affedicilik ve benlik saygısı düzeyleri ile sosyal zekâ düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yapılan çalışmada, yordayıcı korelasyonel araştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul'un farklı ilçelerinde yaşayan 178 (%54,1) kadın ve 151 (%45,9) erkek olmak üzere toplam 329 genç yetişkin birey oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Affedicilik Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Çalışma grubundan toplanan veriler SPSS 20 programı ile analiz edilmiş ve çoklu doğrusal regresyon ve pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Fark analizi sonuçlarına göre affedicilik, benlik saygısı ve sosyal zekâ düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre değişmediği bulunmuştur. Yapılan çoklu regresyon analizi sonucuna göre affedicilik ve benlik saygısı değişkenlerinin sosyal zekânın yordayıcısı olduğu bulunmuştur.

#### ARTICLE INFO

##### Article history:

Received 17 September 2019

Received in revised form 22 December 2019

Accepted 08 January 2020

##### Keywords:

Forgiveness,

Self-esteem,

Social intelligence,

Young adults

#### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the correlation between forgivingness level, self esteem level and social intelligence level of adults. In this research predictive correlational model was used. In this regard, 178 female volunteers (%54,1) and 151 male volunteers (%45,9), totally 329 adult participated living in different districts of Istanbul in the study. The data were collected with Forgivingness Scale, Rosenberg Self Esteem Scale and Tromso Social Intelligence Scale. In data analysis SPSS 20 Program was used and pearson correlation, multiple regression analyses were applied. According to the results of the difference analysis, forgiveness, self-esteem and social intelligence levels did not change according to gender. According to the results of study self esteem and forgivingness were found to be predictors of social intelligence.

## 1. Giriş

İnsan doğası gereği sosyal bir varlıktır. Bu sebeple diğer insanlarla iletişim kurma, düşünce ve duygularını paylaşma; diğerleri tarafından kabul görme, beğenilme ve takdir edilme gibi ihtiyaçları bulunmaktadır (Ondabu, 2014). Teknoloji gelişimi, çevresel ve ekonomik faktörler, şehir yaşamının zorluğu, farklılaşan yaşam

tarzları, rekabetin arttığı stresli iş hayatı, beklentilerin artması, hayatın zorlaşması gibi sayılabilecek birçok nedenden ötürü hayatı koşarcasına yaşamak zorunda kalan insanın, kişilerarası ilişki kurmada zorlanabildiği ve doğru iletişim kurma konusunda sorunlar yaşamaya başladıkları gözlenmektedir (Tarhan, 2017).

Başka insanlarla derin kişilerarası ilişkiye girmenin, bireylerin yaşam kalitesini artırarak kendilerini

\* Sorumlu yazar/Corresponding author  
e-posta: barantuncer13@gmail.com

geliştirmelerinde önemli bir role sahip olduğu görülmektedir (Yüksel, 1997; Doğan, 2006). Sosyal ilişki kurma becerisi gelişmiş bireylerin sosyal zekâ alanında da gelişmiş olabileceği düşünülebilir (Silvera, Martinussen & Dahl, 2001). Sosyal zekâ, Thorndike (1920) tarafından bazı bireylerin günlük hayatta neden daha başarılı oldukları sorusuna yanıt olarak (Kooker, Shoultz & Codier, 2007) oluşturulmuş bir kavramdır. Thorndike'a göre sosyal zekâ "insanlar arası ilişkilerde bilgece davranabilme kabiliyeti" şeklinde tanımlanmaktadır (Günaydın, 2017). Daha önceden yapılan çalışmalarda sosyal zekâ ve sosyal yeterlik kavramları birbirinin yerine kullanılmıştır (Marlowe, 1986; Keating, 1978). Sosyal zekâ diğer bireylerle anlaşabilme ve onlarla iş birliği kurabilme yeteneğidir. Sosyal zekâ bazen "insan ilişkileri becerileri" olarak tanımlanırken bazen de olayların ve durumların bilincinde olmak ve onları etkileyen sosyal hareketlilik ve bir bireyin diğerlerini idare ederken hedeflerine ulaşabilmesine yardımcı olan etkileşim tarzı ve strateji bilgisi olarak tanımlanmaktadır (Doğan, 2006). Sosyal zekâ alanında yapılan ilk çalışmalarda bu kavram bilişsel (insanları anlama) ve davranışsal (insanları idare etme) olmak üzere iki boyutlu olarak incelenen ve daha sonraki çalışmalarda çok boyutlu bir yapısının olduğu ortaya konmuştur (Doğan ve Çetin, 2009).

Silberman (2000) sosyal zekâyı ve sosyal zekâyı sahip bireylerin sahip oldukları özellikleri sekiz boyutta incelemiştir. Bunlar; insanları anlama, duygu ve düşüncelerini açık bir biçimde ifade edebilme, ihtiyaçlarını dile getirmek (atılmalık), iletişimde olduğu kişiye geri bildirim vermek ve ondan geri bildirim almak, başkalarını etkileme, motive etme ve ikna etme, karmaşık durumlara yaratıcı çözümler getirmek, bireysel olarak çalışmak yerine iş birliği içinde çalışmak, iyi bir takım üyesi olmak, ilişkiler çıkmaza girdiğinde uygun tutumu sergilemek (Doğan, Totan ve Sapmaz, 2009) şeklinde ifade edilebilir. Sosyal zekâ seviyesi düşük olan bireyler diğer kişilerle yeterli ve sağlıklı bir şekilde iletişim kuramamaktadır. Bu kişiler potansiyelde var olan performanslarını gösteremezler (Kurultay, 2018). Bir diğer yandan sosyal zekâ seviyesi yüksek olan bireyler ise diğer insanların ruh hallerini, istek ve arzularını, dürtülerini, sevinç ve kızgınlıklarını, iniş-çıkışlarını anlayabilir ve bunlara göre davranışlarını ayarlayabilir; ayrıca başkalarıyla iyi geçinebilir ve iyi iletişim kurabilme özelliklerini gösterebilir. Grup içerisindeki etkileşimleri fark edebilir ve ilişkide olduğu insanların beklentilerini fark edip onların duygu dünyasına girebilir (Salur, 2009). Aynı zamanda bu becerilere sahip olmanın bireylerin benlik saygısı üzerinde de olumlu etkide bulunabileceği ifade edilebilir.

Benlik saygısı kişinin kendine yönelik olumlu ya da olumsuz değerlendirmeleri olarak tanımlanmaktadır (Rosenberg, 1965). Benlik saygısı, yüksek ve düşük benlik saygısı olmak üzere iki boyutlu olarak ele alınmaktadır. Yüksek benlik saygısı olan kişiler kendileriyle ilgili olumlu duygulara sahiptir, daha az boyun eğme davranışı gösterirler (Forest & Wood, 2012). Ayrıca zor işlerde daha kararlı bir tutum sergilerler, daha az utangaç, kaygılı ve yalnızdırlar

(Greenberg, 2008). Bunlara ek olarak yüksek benlik saygısına sahip insanlar stresli yaşam olaylarını bir fırsat olarak değerlendirme eğilimi gösterirler (Mäkikangas & Kinnunen, 2003). Düşük benlik saygısı olan kişiler ise kendileriyle ilgili olumsuz duygulara sahiptir, aşırı duyarlı ve eleştirel olma eğilimindedirler (Baumgardner, Kaufman & Levy, 1989). Bu kişiler diğerlerine bağımlıdır, sıkılgandır, araştırmacı ve yaratıcı değildir (Wells & Marwell, 1976).

Literatürde sosyal zekâ ve benlik saygısının beraber ele alındığı pek çok araştırmaya rastlanmaktadır. Ergen bireylerde benlik saygısı, savunma stratejileri ve sosyal zekanın incelendiği bir araştırmada benlik saygısı, sosyal zekanın davranışsal ve duygusal bileşenleri ile güçlü ve olumlu bir ilişkide olduğu bulunmuştur (Maltese, Alesi & Alù, 2012). Doğan, Totan ve Sapmaz (2009) ise, üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve sosyal zekâ düzeylerinin cinsiyetlerine ve eğitim aldıkları alanlara göre önemli farklılıklar gösterip göstermediğini incelemiştir. Bunun yanı sıra öğrencilerin sosyal zekâ alanlarıyla benlik saygısı düzeyleri arasındaki olası ilişkilerin önemini, düzeyini ve yönüne de bakılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların cinsiyetlerine göre benlik saygısı ve sosyal zekâ düzeyleri arasında önemli farklılıklar bulunmazken sosyal bilimler alanında eğitim gören öğrencilerin fen alanındaki öğrencilere göre sosyal beceri ve sosyal zekâ düzeylerinin önemli derecede yüksek olduğu ayrıca katılımcıların benlik saygısı ve sosyal zekâ boyutları arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip bireylerin insan ilişkilerinde daha başarılı olduğu düşünüldüğünde, bu bireylerin daha kabul edici, empati kurabilen, anlayışlı, hoşgörülü ve affedicili olabileceği düşünülebilir.

Affediciliğin sağlık üzerindeki olumlu etkilerinin fark edilmeye başlandığı 80'li yıllarda itibaren, ruh sağlığı araştırmacılarının alana olan ilgisi gittikçe artmıştır. Psikolojide olumlu tutum ve davranışlara yönelik konular özellikle 1960'lı yıllardan sonra ele alınmıştır ve affetme bu konulardan birini oluşturmaktadır (Şahin, 2013). Affedicilik başta kişilik ve sosyal psikoloji, psikoterapi gibi alanlarda olmak üzere sinirbilim, psikofizyoloji, gelişim gibi pek çok alanda önemli bir araştırma konusu haline gelmektedir. Son zamanlarda popülerlik kazanan pozitif psikoloji alanı insanın olumlu yönlerinin de araştırılması gerektiğine vurgu yapmaktadır. Böylelikle hakkında araştırmalar yapılan intikam, öfke gibi konuların yerine, bir karakter gücü olarak affedicilik pozitif psikoloji alanının önemli bir parçası haline gelmiştir (Bono & McCullough, 2004; Seligman, 2002).

Affedicilik tanımları gözden geçirildiğinde bazılarının duygusal, diğerlerinin ise bilişsel, davranışsal veya motivasyonla ilgili öğeleri ön plana çıkardığı görülmektedir (Aydın, 2017). Enright (1994), affetmeyi "zarar veren kişiye karşı koşulsuz bir hediye" olarak tanımlarken; Worthington (1998), "inciten bireye karşı ortaya çıkan öfke, olumsuz duygu, intikam ya da öç alma hissinden kaçınma isteği" (Akt. Arsu, 2017) şeklinde tanımlanmaktadır. Her ne kadar farklı affedicilik tanımları yapılmış olsa da bu tanımların ortak noktası; affeden

bireyin affettiği kişiye karşı olan tavırlarının daha az negatif (kin, öfke ve intikam alma isteği) ve daha pozitif (empati, şefkat, merhamet) hale gelmesidir (McCullough, Pargament & Thoresen, 2000). Affetme ile ilgili yapılan araştırmaların çoğu kişilerarası affedicilik konusu üzerinde durmaktadır (Hepp-Dax, 1996; Akt. Sarıçam ve Akın, 2013). Oysaki affetmeyi suçlunun bakış açısından anlamaya çalışarak kişinin hatalarına karşı kendini affetmesi de çok önemlidir. Halisdemir (2013) yapmış olduğu yüksek lisans tezinde üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluş ve kendini affetme düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve araştırma sonucunda kendini affetme değişkeninin psikolojik iyi oluşun anlamlı bir yordayıcı olduğunu elde etmiştir. Diğer bir ifade ile öğrencilerin kendini affetme düzeyleri arttıkça psikolojik iyi olma düzeylerinin de artış olduğu görülmüştür. Bu çalışmada görüldüğü üzere kendini affetme, bireylerin psikolojik iyi olma durumuna olumlu yönde katkı sağlamaktadır.

Duygusal, bilişsel veya motivasyonla ilgili alanları ele alan farklı kendini affetme tanımları bulunmaktadır. Kendini affetme, kişinin zararı hatırlatan uyarıcıdan daha az kaçındığı ve kendisinden intikam almanın azaldığı, kendine daha iyi davrandığı güdü değişiklikleri kümesi olarak tanımlanır ve başka bir tanımda da başarısız olunan konularda kişiye kendini iyi hissettiren bir süreç şeklinde belirtilmektedir (Hall & Fincham, 2005; Snow, 1993). Kişinin kendisini affetmesi, içsel bir süreçtir ve pek çok bakımdan kişiler arası affedicilikle aynı özellikleri taşısa da uzmanlar bu iki kavram arasında farklı yönlerin olduğunu vurgulamıştır. Kendini affetme gerçekleşmediği takdirde birey farklı işlevsel olmayan baş etme yöntemlerine başvurabilir; gerçekleri görmezden gelebilir, yaptıklarını küçümseyerek sorumluluk almaktan kaçabilir, sahte bir kendini affedicilik yaşayabilir, başkalarını suçlayabilir ya da utanç ve pişmanlık duygularıyla yüzleşmek zorunda kalabilir. Birçok çalışma affedicilik üzerinde kişilik özellikleri (Kaya, 2015), inançlılık-dindarlık (Şentepe, 2016; Gök, 2017), empati (Bayar, 2015; Gümüşçağlayan, 2018), kültür (İlhan ve Çetin, 2014), sosyal etkenler ve özür dilenmesi gibi faktörlerin etkili olduğunu göstermektedir.

Karşılıklı sevme ve iyi niyet göstergesi olarak kabul edilen affetme kavramının, kişilerarası uyum problemlerinin çözümünde etkili olduğu gözlenmesi ile birlikte affediciliği destekleyen müdahaleler geliştirilmiştir. Örneğin; Robert Enright'ın Affetme Süreç Modeli ya da Worthington'un Affedicilik Odaklı Terapi modeli konuyla ilgili araştırmalarda kullanılan müdahaleler arasında yer almaktadır (Aydın, 2017). Bu müdahaleler sonucunda literatüre affetme terapisi ya da affedicilik odaklı terapi kavramları dahil edilmiştir. Affetme terapisi ile haksızlığa uğramış danışanların kin, nefret, intikam duygularından kurtularak acı çekmeden yaşamlarına devam etmeleri sağlanmaya çalışılmıştır. Bu gelişmeler affediciliği, araştırmacıların odak noktası haline getirmiştir. Son yıllarda önem kazanan pozitif psikoloji akımı ile ilgilenen birçok araştırmacı benlik saygısı ve buna aracı rolü oynayabilecek faktörleri incelemiştir. Alan yazın incelendiğinde, Türkiye'de

affedicilik ve sosyal zekâ alanında yapılmış araştırmaların yetersiz olduğu gözlenmiştir. Daha önce yapılan çalışmalarda "affedicilik", "benlik saygısı" ve "sosyal zekâ" değişkenleri arasındaki ikili ilişkiler incelenmiş (Doğan, Totan ve Sapmaz, 2009; Alpay, 2009), ancak ilgili üç değişken arasındaki ilişkinin ele alındığı çalışmalara rastlanılmamıştır. Bu araştırma da affedicilik ve benlik saygısı değişkenlerinin sosyal zekâyı yordayıp yordamadığı incelenmiştir. Bu yolla danışma psikolojisi alanında çalışan uzmanlara, bireylerin kişilerarası uyum sorunlarının çözülmesine hem kendine hem de başkalarına yönelik olumsuz duygularından kurtulmasına yardım edecek sonuçların elde edilmesi amaçlanmıştır.

#### Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı genç yetişkinlerin affedicilik ve benlik saygısı düzeylerinin sosyal zekâ düzeylerini yordayıp yordamadığını incelemek amaçlanmıştır. Araştırmada bu amaç doğrultusunda aşağıda yer alan sorulara cevap aranmıştır:

1. Genç yetişkinlerin affedicilik düzeyleri ile sosyal zekâ düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
2. Genç yetişkinlerin benlik saygısı düzeyleri ile sosyal zekâ düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?
3. Genç yetişkinlerin benlik saygısı ve affedicilik düzeyleri sosyal zekâ düzeylerini yordamakta mıdır?

#### Sınırlılıklar

Bu araştırmada çalışma grubu 20-35 yaş aralığıyla sınırlandırılmıştır.

## 2. Yöntem

Bu bölümde; araştırmanın modelinden, çalışma grubundan, veri toplama araçlarından, verilerin toplanmasından ve verilerin analizinden bahsedilmektedir.

### 2. 1. Araştırma Modeli

Bu araştırma, 20-35 yaş arası genç yetişkin bireylerin affedicilik ve benlik saygısı düzeyleri ile sosyal zekâ düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği, yordayıcı korelasyonel araştırma modelinin kullanıldığı bir çalışmadır. Yordayıcı korelasyonel araştırma modelinde değişkenlerin birinden yola çıkılarak diğer değişken yordanmaya çalışılır. Böylelikle bir değişkenin bilinen bir değerinden yola çıkılarak diğer değişkenin bilinmeyen değeri belirlenmeye çalışılır (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016). Dolayısıyla bu çalışmada, sosyal zekâ değişkeninden yola çıkılarak affedicilik ve benlik saygısının bu değişkeni yordama gücü ve sosyal zekâ, affedicilik ve benlik saygısı düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre değişip değişmediği incelenmiştir.

### 2. 2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu İstanbul'un farklı ilçelerinde yaşayan 178 (%54,1) kadın ve 151 (%45,9) erkek olmak üzere toplam 329 genç yetişkin bireyden oluşmaktadır.

Araştırmanın örnekleme, İstanbul'un farklı ilçelerinde yaşayan 20-35 yaş arasındaki kadın ve erkek genç yetişkin bireyler arasından uygun örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Araştırmaya katılan bireylerin yaş ortalaması 26.25'dir. Katılımcıların 187 (%56,8)'sinin bekar, 108 (%32,8)'inin evli ve 34 (%10,3)'ünün ilişkisi olduğu kaydedilmiştir. Katılımcıların sosyoekonomik düzeyi incelendiğinde 23'ünün (%6,9) düşük, 52'sinin (%15,8) ortanın altı, 201'inin (%61,1) orta, 44'ünün (%13,4) ortanın üstü ve 9'unun (%2,8) yüksek gelir düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Katılımcılar eğitim düzeyi açısından ele alındığında 15'inin (%4,5) ilkökul, 33'ünün (%10,1) ortaokul, 85'inin (%25,9) lise, 165'inin (%50,1) yüksekokul/üniversite ve 31'inin (%9,4) lisansüstü mezunu olduğu tespit edilmiştir.

### 2. 3. Veri Toplama Aracı

**Affedicilik Ölçeği:** Affedicilik Ölçeği Berry, Worthington, O'Connor, Parrot III & Wade (2005) tarafından geliştirilmiş, Sarıçam ve Akın tarafından 2012 yılında Türkçe'ye uyarlanmıştır. Araştırma 677 üniversite öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Ölçek tek boyutlu ve 10 maddeden oluşmaktadır. "Hiç Katılmıyorum (1)", "Katılmıyorum (2)", "Kararsızım (3)", "Katılıyorum (4)" ve "Tamamen Katılıyorum (5)" şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde affediciliği, düşük puanlar düşük affediciliği göstermektedir. Ölçekte bulunan 1, 3, 6, 7 ve 8. maddeler ters madde olarak kodlanmıştır (Sarıçam ve Akın, 2013). Orijinal formda geçerlik ve güvenilirliği test etmek amacıyla yapılmış olan araştırmalarda Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları sırasıyla .80, .78, .79 ve .74; düzeltilmiş madde toplam korelasyonlarının da tüm araştırmalarda .30 ile .63 arasında olduğu bulunmuştur (Şahin, 2013). Ölçeklerin test-tekrar-test güvenilirliği incelendiğinde sonuçların istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür. Affedicilik Ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik araştırmasında veriler üniversitede okuyan 388 öğrenciden toplanmıştır. Yapılan analizler sonucunda açıklanan toplam varyans miktarı %36; faktör yükleri .29 ile .67 arasında değişiklik göstermektedir (Şahin, 2013). Doğrulayıcı faktör analizi neticesinde modelin tek boyutlu iyi uyum gösterdiği kabul edilmiştir ( $\chi^2 = 106.47, sd = 32, p = 0.00000, RMSEA = 0.077, CFI = .89, GFI = .95, AGFI = .91$  ve  $SRMR = .062$ ). Ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayısı .67 bulunmuştur. Düzeltilmiş madde toplam korelasyon değerleri .26 ile .43 arasında değişiklik göstermektedir. Elde edilen bulgular sonucunda Affedicilik Ölçeği Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik değerlerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

**Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği:** Ölçek 1963 yılında Morris Rosenberg tarafında geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları 1965 yılında ABD'de 5024 lise öğrencisi üzerinde yapılmıştır (Korkmaz, 1996). Ölçek daha sonra yapılan pek çok çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

Rosenberg Benlik Ölçeği çoktan seçmeli soruların bulunduğu 63 madde ve 12 alt boyut yer almaktadır. Ölçeğin alt alanları şu şekildedir:

- 1- Benlik Saygısı (10 madde),
- 2- Kendilik kavramının sürekliliği (5 madde),
- 3- İnsanlara güvenme (5 madde),
- 4- Eleştiriye duyarlılık (3 madde),
- 5- Depresif duygulanım (6 madde),
- 6- Hayalperestlik (4 madde)
- 7- Psikomatik belirtiler (10 madde),
- 8- Kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme (3 madde),
- 9- Tartışmalara katılabilme derecesi (2 madde),
- 10- Ana-baba ilişkisi (7 madde),
- 11- Babayla ilişki (6 madde),
- 12- Psikik izolasyon (2 madde).

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik güvenilirliğinin araştırılması Çuhadaroğlu (1985) tarafından yapılmıştır (Akt. Korkmaz, 1996). Ölçeğin test-tekrar-test güvenilirliğinde alt testlerin güvenilirlik geçerlik katsayıları .46 ile .89; ölçüt bağımlı geçerlik korelasyon değerleri .45 ile .70 arasında değişiklik göstermektedir (Yiğit, 2010).

Bu çalışmada sadece 10 maddelik benlik saygısı alt alanı kullanılmıştır. Benlik saygısı alt ölçeğinde yanıtlar 0-6 puan ile değerlendirilirken; benlik saygısı alt testi hariç diğer tüm alanlarda doğru yanıtlar "1" puan almaktadır. Benlik saygısı alt ölçeğinde 0-1 puan alan bireylerin "yüksek"; 2-4 puan alanların "orta" ve 5-6 puan alan bireylerin "düşük" benlik saygısına sahip oldukları kabul edilmektedir.

**Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği :** Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği (Tromso Social Intelligence Scale-TSIS) Silvera, Martinussen & Dahl (2001) tarafından, bireylerin sosyal zekâ düzeyini belirlemek amacıyla geliştirilen, 21 sorudan oluşan kendini tanımlama ve anlatma biçiminde bir ölçektir. Ölçeğin, sosyal bilgi süreci, sosyal beceri ve sosyal farkındalık olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Sosyal bilgi sürecinde (8 madde) insan ilişkileri ve etkileşimi kapsamında sözel veya sözel olmayan mesajları anlayabilme, görünür mesajların altındaki gizli mesajları anlayabilme ve empati kurabilme yeteneklerini; sosyal beceri alt boyutunda (6 madde) atılganlık, etkin dinleyebilme, bir ilişkiyi başlatabilme, sürdürülebilir ve sonlandırabilme gibi iletişim becerilerini; sosyal farkındalık alt boyutunda (7 madde) ise bulunulan zamana ve yere, ortama uygun ve etkili bir biçimde davranışta bulunabilme durumları ölçülmektedir (Fazlıoğlu, 2018). Ölçekte toplam 21 madde bulunmakta ve bu maddeler için beşli likert tipi bir puanlama kullanılmaktadır. Ölçekte bulunan 2, 4, 5, 8, 11, 12, 13, 15, 16, 20 ve 21. maddeleri ters madde olarak belirlenmiştir. Ölçeğin güvenilirlik ve geçerlik analizleri sonucu cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sosyal beceri alt boyutu için .86, sosyal farkındalık alt boyutu için .78 ve sosyal bilgi süreci alt boyutu için ise .81 değerleri bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar-test uygulaması sonucunda toplam değere ilişkin güvenilirlik katsayısı tüm test için .80 değer; her bir alt boyutu

incelendiğinde sosyal beceriler alt boyutu güvenilirlik katsayısı .81, sosyal farkındalık için .95 ve sosyal bilgi becerileri alt boyutu için .68 değerleri elde edilmiştir.

**Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmanın değişkenlerini oluşturan affedicilik, benlik saygısı ve sosyal zekâ kavramları ile ilişkili olabilecek genç yetişkin bireylere ait verilerin toplanması için araştırmacılar tarafından "Kişisel Bilgi Formu" hazırlanmıştır. "Kişisel Bilgi Formu"nda katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, sosyoekonomik düzeyleri, eğitim durumları ve ilişki durumlarıyla ilgili bilgileri içeren sorulara yer verilmiştir.

#### 2. 4. Verilerin Toplanması

Genç yetişkin bireylerde sosyal zekanın yordayıcı değişkenlerinden olan affedicilik ve benlik saygısının incelendiği bu araştırmada veri toplama süreci 2019 yılı Mart-Nisan ayları içerisinde yapılmıştır. Çalışma grubuna ait verilere, araştırmacılar tarafından internet üzerinde hazırlanan çevrimiçi form aracılığı ile ulaşılmıştır. Hazırlanan form sosyal medya aracılığı ile paylaşarak forma cevap veren İstanbul'da yaşayan 20-35 yaş arası genç yetişkin bireyler araştırmanın çalışma grubuna dahil edilmiştir. Veri toplama araçlarını eksik dolduran ya da tamamlamayan bireyler örnekleme dahil edilmemiştir.

#### 2. 5. Verilerin Analizi

Araştırmada genç yetişkin bireylerde affedicilik, benlik saygısı ve sosyal zekâ arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Veri analizleri SPSS 20 programı kullanılarak yapılmıştır. Öncelikle elde edilen verilerin normallik, homojenlik, uç değer varsayımlarını karşılayıp karşılamadıklarına bakılmış ve varsayımları sağlamayan veriler yapılacak analizlere dâhil edilmemiştir. Verilerin düzenlenmesinden sonra 329 kişilik araştırma grubuyla veri analiz sürecine devam edilmiştir. Araştırma grubunun betimsel istatistik sonuçları incelenmiş ve değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu analizi yapılmıştır. Bağımsız gruplar t testi yapılarak affedicilik, benlik saygısı ve sosyal zekâ düzeylerinin cinsiyet değişkenine göre değişip değişmediği incelenmiştir. Son olarak da affedicilik ve benlik saygısının sosyal zekâyı yordama gücünü gözlemlemek için çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

### 3. Bulgular ve Yorumlar

Bu bölümde mevcut araştırmanın amaçları doğrultusunda; ölçeklerden elde edilen toplam puanların betimsel istatistik sonuçları, değişkenler arasında anlamlı ilişkinin olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu ile affedicilik ve benlik saygısının sosyal zekâyı yordama düzeyini incelemek amacıyla gerçekleştirilen çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları tablolar eşliğinde sunulmuştur.

**Tablo 1.** Sosyal Zekâ, Benlik Saygısı ve Affedicilik Değişkenlerine İlişkin Bulgular

Puanlar	N	X <sub>Mini</sub>	X <sub>Max</sub>	$\bar{x}$	SS
Sosyal zekâ	329	41,00	105,00	76,22	11,03
Benlik saygısı	329	,00	3,33	1,09	,75
Affedicilik	329	16,00	50,00	31,30	6,86

Tablo 1'de sosyal zekâ ölçeği, benlik saygısı ölçeği ile affedicilik ölçeğine ilişkin betimsel değerlere yer verilmiştir. Bu sonuçlara göre örneklem grubunu oluşturan genç yetişkinlere uygulanan sosyal zekâ ölçeğinin ortalama değeri (76.22) ve standart sapması (11.03); benlik saygısı ölçeğinin ortalama değeri (1.09) ve standart sapması (.75); affedicilik ölçeğinin ortalama değeri (31.30) ve standart sapması (6.86) olarak hesaplanmıştır.

**Tablo 2.** Sosyal Zekâ Ölçeği Puanı, Affedicilik Puanı ile Benlik Saygısı Puanı Arasındaki Korelasyon Katsayıları

Değişken	2	3
1. Sosyal zekâ	,159*	-,302**
2. Affedicilik	1	,068
3. Benlik saygısı		1

\*p<,05; \*\*p<,01

Tablo 2'de görüldüğü üzere örneklem grubunu oluşturan genç yetişkinlerin sosyal zekâ, affedicilik ve benlik saygısı puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılan Pearson analizi sonucunda sosyal zekâ ile affedicilik arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde ( $r=,15$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benlik saygısı alt ölçeğinden düşük puan alan bireylerin yüksek benlik saygısına sahip oldukları kabul edilmektedir. Buna göre yapılan Pearson analiz sonucunda sosyal zekâ ile benlik saygısı arasında düşük düzeyde ve negatif yönde ( $r= -,30$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Diğer bir ifadeyle sosyal zekâ düzeyi arttıkça affedicilik düzeyi ve benlik saygısı düzeyi artmaktadır.

**Tablo 3.** Affedicilik Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği ve Sosyal Zekâ Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi

	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	SS	t Testi		
					t	Sd	P
<b>Affedicilik</b>	Kadın	178	30,88	6,96	-1,20	327	,22
	Erkek	151	31,80	6,73			
<b>Benlik Saygısı</b>	Kadın	178	1,09	,74	,009	327	,99
	Erkek	151	1,09	,75			
<b>Sosyal Zekâ</b>	Kadın	178	75,53	10,44	-1,23	327	,22
	Erkek	151	77,03	11,67			

Tablo 3'te görüldüğü üzere affedicilik ölçeği puanları, benlik saygısı ölçeği puanları ve sosyal zekâ ölçeği puanları ortalamasının cinsiyet değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılan bağımsız grup t testi sonucunda kadın ve erkek bireylerin affedicilik ölçeği, benlik saygısı ölçeği ve sosyal zekâ ölçeği puanlarının aritmetik ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $t = -1,20$   $p > ,05$  ;  $t = ,009$   $p > ,05$ ;  $t = -1,23$ ;  $p > ,05$  ).

**Tablo 4.** Affedicilik Ölçeği ve Benlik Saygısı Ölçeği Puanlarının Sosyal Zekâ Ölçeği Puanını Yordama Gücü İçin Yapılan Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	$\beta$	T	P
<b>Sabit</b>	72,206	2,751		26,244	,000
<b>Benlik Saygısı</b>	-4,6	,762	-,31	-6,038	,001
<b>Affedicilik</b>	,29	,084	,180	3,467	,000

$$R = ,35R^2 = ,12p < ,01$$

Tablo 4'te görüldüğü üzere benlik saygısı ölçeği ve affedicilik ölçeği puanlarının sosyal zekâ ölçeği puanını yordama düzeyi için yapılan çoklu regresyon analizi sonucunda benlik saygısı ve affedicilik değişkenleri, sosyal zekâyı yordamaktadır. Benlik saygısı ve affedicilik değişkenleri birlikte sosyal zekânın toplam varyansının yaklaşık %12'sini açıklamaktadır ( $R = ,35$ ;  $R^2 = ,12$ ;  $p < ,01$ ). Standardize edilmiş regresyon katsayısına göre yordayıcı değişkenlerin sosyal zekâ üzerindeki görece önem sırası; benlik saygısı ve affediciliktir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları incelendiğinde affedicilik ve benlik saygısı değişkenlerinin sosyal zekâ üzerinde anlamlı bir yordayıcılığa sahip olduğu görülmektedir ( $p < ,05$ ).

#### 4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada sosyal zekâ, affedicilik ve benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Alan yazın incelendiğinde benlik saygısı, affedicilik ve sosyal zekânın birlikte incelendiği bir araştırmaya rastlanmamaktadır. Bununla birlikte araştırmacıların bu değişkenler arasındaki ilişkiyi ayrı olarak ele aldıkları gözlenmektedir. Bu araştırmalarda benlik saygısı, affedicilik ve sosyal zekâ değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Riggio, Throckmorton & Depaola, 1990; Doğan, Totan, Sapmaz, 2009; Losa-Iglesias, López López, Rodriguez Vazquez & Becerro de Bengoa-Vallejo, 2017). Dolayısıyla alan yazında yer alan bu çalışmaların araştırmamızın bulgularını destekleyici nitelikte olduğu görülmektedir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde sosyal zekâ ile affedicilik arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişkinin olduğu görülmektedir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen diğer bir bulgu sosyal zekâ ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmasıdır. Benlik saygısı ölçeğinden yüksek puan alınması benlik saygısının düşük olduğu, düşük puan alınması benlik saygısının yüksek olduğu anlamını taşımaktadır. Bu nedenle mevcut araştırmamızın bulgularına göre sosyal zekâ düzeyi arttıkça benlik saygısı düzeyi de artmaktadır. Sosyal zekâsı yüksek olan bireylerin iletişim becerilerinin daha güçlü olduğu (Kaya, Turan, Kamberova, Cenal, Kahraman ve Evren, 2016) düşünüldüğünde araştırma sonuçlarının kabul edilebilir olduğu söylenebilir. Örneklemini üniversite öğrencilerinin oluşturduğu ve aynı ölçeklerin kullanıldığı bir araştırmada sosyal zekânın alt boyutları ve genel sosyal zekâ düzeyi ile benlik saygısı arasında düşük ve orta düzeyde negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (Doğan, Totan, Sapmaz, 2009). Sosyal beceriler ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelendiği başka bir araştırmamızın bulgusu ise mevcut araştırmamızın bulgusunu destekler nitelikte iki değişken arasında anlamlı ilişki olduğunu ortaya koymaktadır (Riggio, Throckmorton & Depaola, 1990). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir diğer araştırmada ise benlik saygısının iletişim becerilerinin yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Erözkan, 2007). Hemşirelerde sosyal beceriler ile benlik saygısının incelendiği bir araştırmada da benzer sonuç elde edilmiştir. (Losa-Iglesias, López López, Rodriguez Vazquez & Becerro de Bengoa-Vallejo, 2017).

Araştırmada yapılan fark analizleri sonucunda kadın ve erkek bireylerin affedicilik ölçeği, benlik saygısı ölçeği ve sosyal zekâ ölçeği puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşılmıştır. Elde edilen bu sonuç Doğan, Totan ve Sapmaz (2009)'ın, üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve sosyal zekâ düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelediği araştırma sonuçlarıyla ve Alpay (2009)'ın evli bireylerde bağımlıyı; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelediği tez çalışmasının sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir. Tez çalışmasında; kadınların bağımlı ortalaması erkeklerden fazla bulunurken gerçekleştirilen bu çalışmada tam tersi bir sonuç elde

edilmiştir. Bu farklılığın sebebi olarak yakın ilişki faktörü, uygulamaların farklı şehirlerde yapılması ve eşler arasındaki ilişkiyi etkileyen diğer faktörler (bağlanma, empati vb.) görülebilmektedir.

Araştırmanın temel amacını oluşturan benlik saygısı, affedicilik ve sosyal zekâ değişkenlerinin birbirleri arasındaki ilişki incelenmiş ve elde edilen bulgular neticesinde affedicilik ve benlik saygısının sosyal zekâ üzerinde anlamlı bir yordayıcısı olduğu gözlenmiştir. Yapılan çalışmada affedicilik değişkeninin benlik saygısına göre sosyal zekâ için daha önemli bir değişken olduğu bulunmuştur. Hebl ve Enright, 1993 yılında ileri yaşta olan incinmiş kadınlar üzerinde deneysel bir araştırma yapmışlardır. Oluşturulan deney grubuna sekiz haftalık affetme terapisi uygulanmıştır. Müdahalenin ardından yapılan son testte deney grubunda yer alan kadınların affetme düzeylerinin arttığı görülmüştür. Müdahale yapılan kadın bireylerin öfke ve saldırganlık duygularını bıraktıkları ve terapi görmeyen bireylere göre bağışlayıcılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca affetme terapisi uygulanan kadın bireyler daha iyi bir benlik saygısı sergilemişlerdir (Akt. Çardak, 2012). Mevcut çalışmanın bulgularını desteklemekle birlikte bu çalışmada affedicilik ve benlik saygısı arasında düşük düzeyde bir ilişki bulunmuştur. Bu farklılığın nedeni ise, ele alınan çalışma grubunun içinde bulunduğu gelişim döneminden, kültürel faktörden, sosyoekonomik faktörden ya da uygulanan affetme terapisinden kaynaklandığı söylenebilir.

Bu çalışmada sosyal zekâ, affedicilik ve benlik saygısı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma sonucunda affedicilik düzeyi arttıkça sosyal zekâ düzeyinin arttığı bulgulanmıştır. Mevcut bulgudan yola çıkarak affedicilik ve sosyal zekâyı ele alan deneysel bir çalışma yapılabilir. Elde edilecek yeni sonuçlar ile mevcut çalışma sonuçları karşılaştırılarak incelenebilir. Araştırma sonuçları, psikoloji alanında çalışan uzmanlar tarafından affetme terapisi alanı ve benlik saygısına yönelik geliştirilecek programlara kaynaklık edebilir. Ayrıca bu çalışmada çalışma grubu 20-35 yaş aralığıyla sınırlandırılmıştır. Bu nedenle benzer araştırmalarının ergenlerde, orta yaş ya da yaşlılarda, farklı meslek grupları üzerinde örneklem grubu çalışmaları yapılabilir. Araştırma sonucunda sosyal zekâ puanı yüksek olan bireylerin affedicilik ve benlik saygısı puanlarının da yüksek olduğu gözlenmiş ve affedicilik ile benlik saygısının bireylerin sosyal zekâ düzeylerini etkilediği görülmüştür. Araştırma sonucunda affedicilik ve benlik saygısı puanları düşük olan bireylerin bu değişkenlere ilişkin puanlarını arttırmaya yönelik grup çalışmaları uygulanabilir. Bu şekilde bu bireylerin sosyal zekâ düzeylerini arttırmak hedeflenebilir. Son olarak yapılan regresyon analizleri, değişkenler arasındaki yordama düzeyi hakkında ipucu verse de çeşitli değişkenlerin aracılık ve düzenleyicilik rollerinin (örneğin; ebeveyn tutumu, sosyoekonomik düzey, eğitim düzeyi vb.) inceleneceği çalışmaların yapılması yararlı olacaktır.

## Kaynakça

- Alpay, A. (2009). *Yakın ilişkilerde bağışlama: Bağışlamanın; bağlanma, benlik saygısı, empati ve kıskançlık değişkenleri yönünden incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 250105)
- Arsu, R. A. (2017). *Çalışanlarda affedicilik ile ruh sağlığı ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 525880)
- Aydın, F. T. (2017). Pozitif bir karakter gücü olarak affedicilik. *The Journal of Happiness and Well-Being*, 5(1), 1-22.
- Baumgardner, A. H., Kaufman, C. M., & Levy, P. E. (1989). Regulating affectinterpersonally: When low esteem leads to great enhancement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(6), 907.
- Bayar, Ö. (2015). *Romantik ilişkilerde aldatma ve affetme: Empatinin aracılık rolü* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 427575)
- Berry, J. W., Worthington, E. L., Jr., O'Connor, L., Parrott, L. III, & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality*, 73(1), 183-226.
- Bono, G., & McCullough, M. E. (2004). *Religion, forgiveness, and adjustment in older adulthood*. New York: Springer Publishing.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayıncılık.
- Çardak, M. (2012). *Affedicilik yönelimli psiko-eğitim programının affetme eğilimi, belirsizliğe tahammülsüzlük, psikolojik iyi oluş, sürekli kaygı ve öfke üzerindeki etkisinin incelenmesi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 328121)
- Doğan, T. (2006). *Üniversite öğrencilerinin sosyal zekâ düzeylerinin depresyon ve bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 186639)
- Doğan, T. ve Çetin, B. (2009). Tromso Sosyal Zekâ Ölçeği Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 9(2), 691-720.
- Doğan, T., Totan, T. ve Sapmaz, F. (2009). Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve sosyal zekâ. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17, 235-247.

- Erözkan, A. (2007). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 26(26), 59-72.
- Forest, A. L., & Wood, J. V. (2012). When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but do not reap the benefits of self-disclosure on facebook. *Psychological Science*, 23(3), 295-302.
- Fazlıoğlu, B. (2018). *Üniversite öğrencilerinde duygusal ve bilişsel zihin kuramı özelliklerinin sosyal zekâ ile olan ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 514695)
- Gök, H. (2017). *Düzenli namaz kılanlarla kılmayanların affetme, alçakgönüllülük, ruh sağlığı ve tinsel deneyim düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 534841)
- Greenberg, J. (2008). Understanding the vital human quest for self-esteem. *Perspectives on Psychological Science*, 3(1), 48-55.
- Gümüşçağlayan, G. (2018). *Psikolojik danışman adaylarının affetme düzeyleri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkide empatinin aracılık rolü* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 527544)
- Günaydın, Ş. (2017). *Bir dönem boyunca verilen pozitif psikoloji dersinin öğrencilerin duygusal zekâ ve sosyal zekalarına olan etkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 485509)
- Halisdemir, D. (2013). *Üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları, kendini affetme düzeyleri ve geçmişe yönelik anne kabul red alguları arasındaki ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 333575)
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2005). Self-forgiveness: The stepchild of forgiveness research. *Journal of Social And Clinical Psychology*, 24(5), 621-637.
- İlhan, M. ve Çetin, B. (2014). Sosyal ve kültürel zekâ arasındaki ilişkinin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi. *Turkish Journal of Education*, 3(2), 4-15.
- Kaya, F. (2015). *Üniversite öğrencilerinin affetme ve mükemmeliyetçilik düzeyleri arasındaki ilişki: Duygusal zekanın aracılık rolü* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 418210)
- Kaya, N., Turan, N., Kamberova, H. A., Cenal, Y., Kahraman, A. ve Evren, M. (2016). Hemşirelik öğrencilerinin sanat özelliklerine göre iletişim becerileri ve sosyal zekâ düzeyleri. *Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi (HEAD)*, 13(1), 50-58.
- Keating, D. P. (1978). A search for social intelligence. *Journal of Educational Psychology*, 70(2), 218.
- Kooker, B. M., Shoultz, J., & Codier, E. E. (2007). Identifying emotional intelligence in professional nursing practice. *Journal of Professional Nursing*, 23(1), 30-36.
- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin örneklem için bir benlik saygısı ölçeğinin güvenilirlik ve geçerlik çalışması* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 52350)
- Kurultay, C. (2018). *Kişilerarası psikoterapiler eğitimi almanın mental iyi oluş, sosyal zekâ ve duygusal zekâ üzerine etkileri* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 508168)
- Losa-Iglesias, M. E., López López, D., Rodriguez Vazquez, R., & Becerro de Bengoa-Vallejo, R. (2017). Relationships between social skills and self-esteem in nurses: A questionnaire study. *Contemporary Nurse*, 53(6), 681-690.
- Mäkikangas, A., & Kinnunen, U. (2003). Psychosocial work stressors and well-being: Self-esteem and optimism as moderators in a one-year longitudinal sample. *Personality and Individual Differences*, 35(3), 537-557.
- Maltese, A., Alesi, M., & Alù, A. G. M. (2012). Self-esteem, defensive strategies and social intelligence in the adolescence. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 2054-2060.
- Marlowe, H. A. (1986). Social intelligence: Evidence for multidimensionality and construct independence. *Journal of Educational Psychology*, 78(1), 52-58.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). *The psychology of forgiveness: History, conceptual issues, and over view*. New York: GuilfordPress.
- Ondabu, İ. T. (2014). A theory of human motivation: the tirimba grouping theory of motivation. *Sop Transactions on Economic Research*, 1(1), 16-21.
- Riggio, R. E., Throckmorton, B., & Depaola, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 11(8), 799-804.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press.



- Salur, N. (2009). *Sosyal bilgiler dersinde rol yapma yöntemini kullanmanın ilköğretim 5.Sınıf öğrencilerinin sosyal zekâ gelişim düzeylerine ve akademik başarılarına etkisi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 253634)
- Sarıçam, H. ve Akın, A. (2013). Affedicilik Ölçeğinin Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(1), 37-46.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press.
- Silvera, D. H., Martinussen, M., & Dahl, T. I. (2001). The Tromso Social Intelligence Scale, a self-report measure of social intelligence. *Scandinavian Journal of Psychology*, 42, 313-319.
- Snow, N. E. (1993). Self-forgiveness. *The Journal of Value Inquiry*, 27(1), 75-80.
- Şahin, M. (2013). *Affedicilik ile psikolojik iyi olma arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 336038)
- Şentepe, A. (2016). *Ruh sağlığı belirtilerinin yordayıcısı olarak affetme ve dindarlık ilişkisi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 445979)
- Tarhan, N. (2017). Şehir hayatı stres düzeyini yükseltti. Erişim adresi: <https://uskudar.edu.tr/tr/icerik/2416/sehir-hayati-stres-duzeyini-yukseltti>
- Wells, L. E., & Marwell, G. (1976). *Self-esteem*. Beverly Hills.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumu ve bazı özlük nitelikleri açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 264386)
- Yüksel, G. (1997). *Sosyal beceri eğitiminin üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeyine etkisi* (Doktora tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 63173)