

## 6. KARARLILIK

*Neslihan ARICI*

### ***Kavramsal açıdan kararlılık***

Limitlerin olduğu kesin. Ağaç gökyüzünde büyümmez. Fakat temel bir gerçek var ki insanoğlu dünyaya hakim olacak kaynaklara sahipken çok az insan bu potansiyeli kullanmak için itiyor (William James, 1907, s 325).

Psikoloji kurulduğundan günümüze kadar geçen zamanda insanoğlunun herhangi bir alanda başarılı olmasını etkileyen faktörler araştırılmıştır. Son yıllarda giderek önemi artan pozitif psikoloji de herhangi bir alanda başarılı olmaya etken olan yapının kararlılık olduğu ifade edilmektedir (Duckworth & Quinn, 2009; Seligman, 2011). Kararlılık kavramı, Duckworth ve arkadaşları tarafından uzun süreli hedefler için tutkulu ve gayretli davranmak olarak tanımlanmakta ve aynı zekâ seviyesine sahip olmalarına rağmen aynı seviyede başarılı olamayan insanların ayıran temel bir kişilik özelliği olarak gösterilmektedir. Kararlılık gösteren bireylerin engeller karşısında gayretli olduğu, başarısızlıklara, güçlüklerle ve ilerleme kaydetmemelerine rağmen yıllarca çaba sarf ettikleri ve ilgilerini devam ettirdikleri de dile getirilmiştir.

### ***Kararlılık ve zeka***

Zekâ kavramı birçok teorisyen tarafından farklı tanımlarla incelenmiş, geçerliği ve güvenilirliği kanıtlanmış farklı ölçüm araçlarıyla ölçülmüştür. Literatürde zekânın farklı tanımlanması ve ölçülmesine rağmen araştırmacılar, zekânın bilgiyi işleme hızıyla pozitif bağlantılı olduğu görüşünde ortaktırlar. Bilgi işleme hızının zekâyâ etkisinin de bireyin hem akademik hem de iş yaşamında başarılı olmasını sağladığı ifade edilmiştir. Ayrıca diğer zihinsel faktörlerin ve yönetici işlevlerin hem zekâyâ hem de başarılı olmaya etken olduğu ifade edilmiştir (Seligman, 2011).

Bütün bu çalışmaların aksine çeşitli çalışmalarda (Goertzel & Goertzel, 1962; Terman & Oden, 1947) aynı zekâ seviyesine ve aynı bilgi işleme hızına sahip olan bireylerin aynı seviyede kendi potansiyellerini kullanmadıkları ve başarılı olmadıkları görülmüştür. Galton (1892) farklı alanlarda ün salmış kişilerin bibliyografyasını ele alarak yaptığı çalışmada, zeka ve yetenek kadar tutkulu olmanın ve çok çalışmanın da başarıda etken olduğunu belirtmiştir. Ericcson, Krampe ve Tech-Römor (1993) 3 farklı (profesyonel, amatör ve normal kullanan) keman çalan grupta yaptığı çalışmada ise başarılı olma ile ısrarlı çalışma arasında anlamlı derecede ilişki bulmuştur. Ayrıca Howe (2001) başarılı olmada zeka kadar çabada ısrarlı olmanın önemli olduğunu vurgulamıştır.

Duckworth, Peterson, Matthews ve Kelly (2007) çabada ısrar ve ilgide tutarlılığı içeren kararlılığın zekadan daha fazla başarıyı yordadığını, rekabetin yüksek olduğu ulusal yazı arıları yarışmasına (Scrips National Spelling Bee) katılan 273 bireye kendilik kontrolü ölçeği uygulayarak ve IQ skorlarını ve çalışma sürelerini öğrenerek göstermiştir. Sonuç olarak zekânın ve diğer zihinsel faktörlerin başarılı olmada etkili olsa da tek etken özellik olmadığı; zihinsel faktörler dışında zihinsel olmayan özelliklerin de (*sorumluluk, kararlılık*) başarılı olmada etken olduğu anlaşılmıştır.

### ***Kararlılık ve beşli model***

Kararlılığın başarılı olmada etkili bir kişilik özelliği olduğu ve özellikle başarılı olmada etken olan beşli model kapsamındaki sorumlulukla arasında pozitif bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Duckworth ve diğerleri, 2007; Duckworth & Quin, 2009). Kararlılığın başarılı olmada oldukça etkili bir kişilik özelliği olduğunu anlamak için başarılı olmaya etki eden faktörlere değinmek gerekmektedir. Zihinsel olmayan faktörlerde özellikle büyük beşli model kapsamındaki özelliklerin (*açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve duygusal denge*) başarıyı yordadığı ifade edilmiştir. Beşli model kapsamındaki özelliklerle (*açıklık, sorumluluk, dışa dönüklük, uyumluluk ve duygusal denge*) iş başarısı ve akademik başarı arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur (Farside & Woodfield, 2006; Salgado, 1997). Ayrıca beşli model kapsamında yer alan sorumluluk, açık olma, uyumluluk ile akademik performans arasında pozitif ilişki bulunmuştur. Özellikle beşli modelde yer alan sorumluluğun içinde barındırdığı özelliklerden (*sistemli, azimli, hırslı, planlı olma*) dolayı diğer özelliklerden daha fazla akademik başarıyla pozitif bir ilişkisi olduğu ifade edilmiştir (Conard, 2006). Hatta sorumluluğun akademik başarıyı

(Dollinger & Orf, 1991; Wagerman & Funder, 2007;), sınav performansını ve genel başarı ortalamasını yordadığı da belirtilmiştir.

Duckworth ve arkadaşları kararlılığın, beşli modelin beş özelliğinden en çok sorumluluk alt boyutu ile anlamlı ilişki içerisinde olduğunu bulmuştur. Fakat sorumluluğun ve diğer beşli model özelliklerinin bireyin kısa süreli başarılı olmasında ve başarıyı kontrol etmesinde etken olduğu; başka bir ifadeyle uzun süreli başarılı olmada etken olmadığı dile getirilmiştir. Bireyin uzun süreli başarılı olmasını ve bunu kontrol etmesini sağlayan yapının ise pozitif psikolojinin spesifik olarak ele aldığı kararlılık kavramı olduğu belirtilmiştir (Seligman, 2011; Duckworth ve diğerleri, 2007).

### ***Kararlılık, kendilik kontrolü ve kendilik disiplini***

Kararlılık gösteren bireylerin, aşırı kendilik kontrolüne ve disiplinine sahip olduğu belirtilmiştir. Kendilik kontrolünün başarılı olmada etken olduğunu fark etmek için başarı bileşenlerine (*yetenek ve çaba*) bakmak gerektiği vurgulanmıştır. Yetenekte bilişsel süreçler ve yapılar yer alırken, çabada bireyin karakteri yer almaktadır. Çaba bir göreve verilen zaman ve enerji olarak ifade edilmiştir (Seligman, 2011). Erickson ve Charness ise (1994) bireyler arasında başarıda farklılıkların olmasının doğuştan getirilen özelliklerden ziyade ısrarlı çalışmanın ve bunun uzun yıllar boyunca devam etmesinin sonucu olduğunu dile getirmiştir. Çabada ısrarlı olmayı sağlayan yapının ise kendilik disiplini ve kontrolü olduğu ifade edilmiştir (Seligman, 2011).

Literatürde kendilik disiplini ve başarılı olmada bireysel farklılıkları ele alan az sayıda çalışma bulunmaktadır. Wolfe ve Johnson (1995) akademik başarıyı yordamada ısrarlı ve çok çalışmayı içinde barındıran kendilik disiplinin birçok değişken arasında en anlamlı değişken olduğunu belirtmiştir. Duckworth ve Seligman (2005) 140 öğrenciyle yaptıkları çalışmada yüksek düzeyde disipline sahip bireylerin not ortalamalarının yüksek disipline sahip olmayan bireylerden anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ve yüksek düzeyde disiplinin zekâya göre başarıyı yordamada daha çok etken olduğunu bulmuştur. Duckworth ve Seligman (2006) 140 öğrenciyle yaptıkları çalışmada, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre zekâ seviyeleri daha düşük olmasına rağmen anlamlı derecede daha başarılı olduklarını saptamıştır. Bu duruma etki eden yapının, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla kendilik disiplinine sahip olmasıyla ilgili olduğu ifade edilmiştir. Duckworth ve diğerleri (2007) kararlılıkla; kendilik kontrolü ve

başarı arasındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla rekabetin yüksek ve girmenin zor olduğu Amerika Askeri akademisinde 1.sınıfa giden öğrencilere Kararlılık Ölçeği ile Kısa Kendilik Kontrolü Ölçeği uygulamış ve yaz okulunu bitirme başarılarını öğrenmiştir. Araştırmanın sonucunda kendilik kontrolünün artması ile aşırı kararlılık arasında anlamlı bir ilişki olduğu ve kararlılığın yaz okulunu bitirmeyi de anlamlı derecede yordadığı bulunmuştur. Sonuçta, kararlılık gösteren bireylerin kendilik disiplinine sahip olan bireylerden daha fazla disipline sahip oldukları, çabaladıkları ve gayretli oldukları ve bu yüzden de daha başarılı oldukları belirtilmiştir (Duckworth ve diğerleri, 2007; Duckworth & Quin 2009, Seligman, 2011).

### ***Kararlılığın boyutları***

***İlgide tutarlılık.*** Kararlılık kavramı altında yer alan ilgide tutarlılık kavramı; bireyin yaptığı işte veya herhangi bir alanda istek ve ilgilerinin sık sık değişmemesi anlamına gelmektedir. İlgide tutarlılık alt ölçeğine örnek olarak "*Kısa bir süre için belli bir düşünceyi ya da projeyi aklıma takarım ancak daha sonra o düşünceye ya da projeye olan ilgimi kaybederim*" ters maddesi gösterilebilir (Duckworth & Quinn, 2009).

***Çabada ısrar.*** Kararlılık kavramı altında yer alan çabada ısrar kavramından kastedilen, bireyin her zorluk karşısında yılmadan ve vazgeçmeden çabalamasıdır. Çabada ısrar alt ölçeğine örnek olarak "*Gayretli biriyim*" maddesi gösterilebilir.

**Kaynaklar**

- Conard, M. A. (2006). Aptitude is not enough: How personality and behavior predict academic performance. *Journal of Research in Personality, 40*(3), 339-346.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychology Science, 16*(12), 939-944.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology, 9*, 1087-1101.
- Duckworth, A. L., & Quin, P. D (2009). Development and validation of the Short Grit Scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment, 91*(2), 166 -174.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T, & Tesch-Romer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review, 100*(3), 363-406.
- Ericsson, K. A., & Charness, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *American Psychologist, 49*, 725-747.
- Farsides, T., & Woodfield, R. (2006). Individual and gender differences in 'good' and 'first class' undergraduate degree performance. *British Journal of Psychology, 98*, 467-483.
- Goertzel, V., & Goertzel, M. G. (1962). *Cradles of eminence*. Boston: Little, Brown.
- Howe, M. J. A. (1999). *Genius explained*. New York: Cambridge University Press.
- James, W. (1907). The energies of men. *Science, 25*, 321-332.
- Salgado, J. F (1997). The Five Factor Model of Personality and job performance in the European Community. *Journal of Applied Psychology, 82*(1), 30-43.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well being*. New York: Free Press.
- Terman, L. M., & Oden, M. H., (1947). *The gifted child grows up: Twenty-five years' follow-up of a superior group*. Oxford, England: Stanford University Press.
- Wolfe, R. N., & Johnson, S. D. (1995). Personality as a predictor of college performance. *Educational and Psychological Measurement, 55*(2), 177-185.