

T.C.
GAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK BİLİM DALI

SOSYAL KAYGIYA İLİŞKİN KENDİNİ SUNMA MODELİ

145780

DOKTORA TEZİ

145780

Hazırlayan

Abdülkadir ÖZTÜRK

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Hasan BACANLI

Ankara-2004

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü'ne

Abdülkadir ÖZTÜRK'e ait "Sosyal Kaygıya İlişkin Kendini Sunma Modeli" adlı çalışma jürimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışma Bilim Dalında DOKTORA TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Başkan
Prof. Dr. Hasan BACANLI

Üye
Doç. Dr. Emin KARİP

Üye
Doç. Dr. İbrahim YILDIRIM

Üye
Prof. Dr. Serdar ERKAN

Üye
Doç. Dr. Fidan KORKUT

ÖZET

Bu araştırmada sosyal kaygıya ilişkin Kendini Sunma Modelinin Türkiye’de ne düzeyde işlediği araştırılmıştır. Araştırmada sözkonusu modeli test etmek amacıyla bir çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırmanın alışma grubuna 2001-2002 eğitim-öğretim yılında Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim, İktisadi ve İdari Bilimler, Fen Edebiyat ve Mühendislik-Mimarlık Fakültelerinin 2. ve 3. sınıflarında okuyan 1123 öğrencileri dahil edilmiştir.

Araştırmada öğrencilerin sosyal kaygıları Mark R. Leary (1983) tarafından geliştirilen ve araştırmacı tarafından Türkçe’ye uyarlanan Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği ile ölçölmüştür. Kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden faktörler şu ölçeklerle ölçölmüştür: Bu faktörlerden benlik saygısı düzeyi, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile yoklanmıştır. Ölçek Rosenber (1965) tarafından geliştirilmiş, uhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır. Diğer faktör olan onay ihtiyacı ise A. T. Beck ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen, şahin ve arkadaşları (1993) tarafından Türkçe’ye uyarlanan Sosyotropi-Otonomi Ölçeği’nin alt ölçeği olan Onaylanmama Kaygısı Ölçeği ile yoklanmıştır. Sosyal kaygıya etki eden genel ben bilinci ise Rugancı (1995) tarafından geliştirilen Ben Bilinci Ölçeği ile ölçölmüştür. Kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden diğer faktörler ise araştırmacı tarafından oluşturulan 10’lu dereceleme sorularıyla ölçölmüştür. Bu faktörler; Dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar, algılanan sosyal beceri eksikliği ve olumsuz değerlendirilme korkusudur.

Bu araştırmada kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden faktörlerin Türkiye’deki üniversite öğrencileri üzerinde etkili olup olmadığını tespit etmek amacıyla çalışma grubuna uygulanan ölçeklerin toplam puanları hesaplanmıştır. Elde edilmiş toplam puanlarla ölçeklerin korelasyon matriksi oluşturulmuştur. Oluşturulan matriks üzerinden Path analizi yapılmıştır.

Araştırmadan şu bulgular elde edilmiştir:

1. Kendini sunma modelinin sosyal kaygıya etki ettiğini ileri sürdüğü değişkenler Türkiye’de de anlamlı bir şekilde etkili olmaktadır.
2. Etkileşim kaygısının %67’sini, izlenme kaygısı, genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenleri oluşturmaktadır
3. İzlenme kaygısının %33’ünü, Genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenleri oluşturmaktadır.
4. Etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde en büyük etkiye sahip olan değişkenin onay ihtiyacı olduğu ortaya çıkmıştır.
5. Genel ben bilinci, ortamda bulunan yabancılar ve geçmişteki sosyal başarısızlıkların etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde doğrudan bir etkiye sahip olmadıkları sadece dolaylı etkilerinin olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal kaygı, kendini sunma, path analizi.

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine and test the self-presentation model of social anxiety in the Turkish context. To test the model, a study group was formed. One thousand one hundred twenty three students of 2nd and 3rd classes who were studying in 2001-2002 academic year in Osmangazi University were participated in the study group. These faculties included education, economics and administrative sciences, Sciences and arts, and engineering and architecture.

Social anxiety levels of the students were measured by the "Interaction and Audience Anxiety Scale" developed by Mark R. Leary (1983) and adapted and translated by the author of this study into the Turkish language. Factors that effect self-presentation model of social anxiety were measured by different scales. One of the scales was "Rosenberg Self Esteem Scale." The scale was developed by Rosenberg (1965) and adapted in Turkish by Cuhadaroglu (1986). Need for approval dimension was measured by "Fear of Criticism and Rejection scale". The scale is a subscale of "Sociotropy Autonomy Scale" developed by A. T. Beck and others (1983) and adapted in Turkish by Sahin and others (1993). Self-consciousness was measured by "Self-Consciousness Scale" developed by Rugancı (1995). The rest of the factors that effect social anxiety in self determination model were measured by 10 degrees Likert type single-item measures developed by the author. These factors were "the importance levels of audiences," "strangers in the situation," "former social failures," "perceived social skills," "fear of negative evaluation."

In order to test whether self presentation model of social anxiety were appropriate in the Turkish context; total points for all scales implemented in study group were computed. A correlation matrix was obtained with these total points. Path analysis was conducted in this correlation matrix. The findings obtained in the study were stated below.

1. The variables that were claimed to effect social anxiety by the self-presentation model were significantly effective in the Turkish context.

2. 67% of the Interaction Anxiety was consisted of the variables of audience anxiety, general self-consciousness, need for approval, fear of negative evaluation, self-esteem, the importance level of audience, strangers in the situation, former Social Failures, and perceived social skills.

3. 33% of the audience anxiety was consisted of the variables of General Self-Consciousness, Need for Approval, Fear of Negative Evaluation, Self-Esteem, the Importance Level of Audience, Strangers in the Situation, Former Social Failures, and Perceived Social Skills.

4. It was observed that the most effective variable on the Interaction and Audience Anxiety is Need for Approval.

5. It was observed that Strangers in the Situation, Self-Consciousness and the Former Social Failures did not have a direct effect together on the Interaction and Audience Anxiety but it had an indirect effect.

Keywords: Social anxiety, self-presentation, path analysis.

Doktora öğrenciliğim boyunca ve bu çalışmanın her aşamasında bana göstermiş olduğu destek ve anlayışından dolayı değerli hocam Prof. Dr. Hasan BACANLI'ya çok teşekkür ederim. Tüm çalışma boyunca yardımlarını ve katkılarını esirgemediği için kendisine minnettarım.

Bu çalışmaya başladığım dönemde üzerinde çalıştığım modelin kurucusu Prof. Dr. Mark R. Leary'ye bana Amerika'dan göndermiş olduğu kaynaklar için şükranlarımı sunarım. Aynı dönemde Amerika'da bulunan ve oradan göndermiş olduğu kaynaklar sayesinde çalışmamı kolaylaştıran sevgili hocam Fidan KORKUT'a da çok teşekkür ederim.

Çalışmanın analiz kısmında benim için değerli zamanlarını harcayan ve her türlü desteği sağlayan değerli hocam Yard. Doç. Dr. Cemil YÜCEL'e teşekkürü borç bilirim. Ayrıca bu çalışmada bana yardımcı olan ama adından burada söz edemediğim herkese teşekkürlerimi sunarım.

İÇİNDEKİLER

	<u>Sayfa</u>
ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	iii
TABLolar LİSTESİ.....	ix
DİYAGRAMLAR LİSTESİ.....	xi
 BÖLÜM I	
GİRİŞ.....	1
1. Kendini Sunma Modeli.....	6
2. Araştırmanın Amacı.....	12
3. Araştırmanın Önemi.....	13
4. Kavramların Tanımları.....	14
 BÖLÜM II	
A. SOSYAL KAYGIYLA İLGİLİ KURAMLAR.....	15
1. PSİKOLOJİK KURAMLAR.....	16
a) Davranışçı Kuram.....	16
b) Bilişsel Kuram.....	17
c) Kendini Sunma Modeli.....	18
2. BİYOLOJİK KURAMLAR.....	18
a) Kalıtım.....	19
b) Beyin.....	19
c) Nörotransmitterler.....	20
3. KÜLTÜREL KURAM.....	21
B. SOSYAL KAYGIYLA İLGİLİ KAVRAMLAR.....	22
1. Sosyal Kaygı ve Sosyal Fobi.....	22
2. Sosyal Kaygı ve Çekingenlik.....	23
3. Sosyal Kaygı ve Utangaçlık.....	24
4. Sosyal Kaygı ve Sosyal Beceri.....	25
5. Sosyal Kaygı ve Kişilik.....	26
6. Sosyal Kaygı ve Aile.....	26

7. Sosyal Kaygı ve Arkadaş Grupları.....	27
8. Sosyal Kaygı ve Sosyal Kabul-Sosyal Devamlılık.....	27
C. KENDİNİ SUNMA MODELİ.....	28
1. İzlenim Yönetimi (Impression Management).....	28
2. Kendini Sunma Taktik ve Stratejileri.....	30
3. Kendini Sunma Modeline Göre Sosyal Kaygının Ölçülmesi.....	32
4. Kendini Sunma Modeline Göre Sosyal Kaygıya Etki Eden Faktörler.	34
D. SOSYAL KAYGI VE KENDİNİ SUNMA MODELİYLE İLGİLİ	
YAPILMIŞ ARAŞTIRMALAR.....	36
1. Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar.....	36
2. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar.....	44

BÖLÜM III

YÖNTEM.....	49
A. ÇALIŞMA GRUBU.....	49
B. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	50
C. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİ.....	51
1. ÖLÇEĞİN GELİŞTİRİLMESİ.....	51
2. ÖLÇEĞİN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI.....	52
3. ÖLÇEĞİN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI.....	56
D. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİNİN	
TÜRKÇE'YE UYARLANMASI.....	57
1. ÖLÇEĞİN TÜRKÇE'YE ÇEVİRİLMESİ.....	57
2. ÖLÇEĞİN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI.....	57
3. ÖLÇEĞİN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI.....	61
4. ÖLÇEĞİN ÖZELLİKLERİ.....	64
E. VERİLERİN TOPLANMASI.....	65
F. VERİLERİN ANALİZİ.....	65

BÖLÜM IV

PATH ANALİZİ.....	66
1. PATH ANALİZİNE GİRİŞ.....	66
2. PATH ANALİZİNİN KURAMSAL TEMELLERİ.....	69
a) Yapısal (Nedensel) Denklemler.....	69
b) Yapısal (Nedensel) Model.....	70
c) Path Diyagramı.....	70
d) Path Katsayıları.....	71
3. PATH ANALİZİ TEKİNİĞİ.....	72
a) Path Modelleri.....	73
b) Path Katsayılarının Hesaplanması.....	76
4. PATH ANALİZİNİN AVANTAJLARI.....	77

BÖLÜM V

BULGULAR.....	81
---------------	----

BÖLÜM VI

TARTIŞMA VE YORUM.....	97
------------------------	----

BÖLÜM VII

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	104
1. SONUÇ.....	104
2. ÖNERİLER.....	107
KAYNAKÇA.....	109
EKLER.....	122

TABLOLAR LİSTESİ

<u>Tablo</u>		<u>Sayfa</u>
Tablo 1	Çalışma Grubunun Fakülte ve Sınıflara Göre Dağılımı.....	50
Tablo 2	10. Ve 23. Madde Çıkarıldıktan Sonra Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeklerinde Yer Alan Maddelerin Faktör Yükleri.....	58
Tablo 3	Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği ile Kendini Ayarlama Ölçeği, Utangaçlık Ölçeği ve Sosyal Fobi Ölçeği Arasındaki Korelasyon Değerleri	59
Tablo 4	Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin Test-Tekrar Test Uygulamaları Arasındaki İlişki.....	61
Tablo 5	Ölçekte Yer Alan Her Bir Maddenin Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları.....	62
Tablo 6	Ölçeğin Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına Göre İç-Tutarlık Katsayıları.....	63
Tablo 7	Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin Alt Ölçeklere Göre Madde-Toplam Puan Korelasyon Değerleri.....	64
Tablo 8	Etkileşim ve İzlenme Kaygıları ile Onları Etkileyen Değişkenlerin Aritmetik Ortalamaları ve Standart Sapmaları.....	82
Tablo 9	Etkileşim ve İzlenim Kaygısıyla Onları Etkileyen Değişkenlerin Korelasyon Matrisi.....	83
Tablo 10	Modele İlişkin Fit İstatistikleri.....	85
Tablo 11	Doğrudan Etkilenen Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin Toplam Etkilenme Yüzdeleri.....	87
Tablo 12	Etkileşim Kaygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	88
Tablo 13	İzlenme Kaygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	90
Tablo 14	Genel Ben Bilincini Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	92
Tablo 15	Onay İhtiyacını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	93

Tablo 16	Olumsuz Değerlendirilme Korkusunu Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	95
Tablo 17	Benlik Saygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri.....	96



DİYAGRAMLAR LİSTESİ

<u>Diyagram</u>		<u>Sayfa</u>
Diyagram 1	Kendini Sunma Modeline Göre Etkileşim ve İzlenme Kaygısına Etki Eden Değişkenler.....	35
Diyagram 2	Modele İlişkin Standart Path Diyagramı.....	86



BÖLÜM I

GİRİŞ

Her geçen gün önemi bir kat daha artan kişilerarası iletişim, henüz başında olduğumuz milenyumda da kendisini oldukça hissettirmektedir. Sosyal bir varlık olan insan, doğduğu andan itibaren sosyal bir çevrenin içine girip karşılıklı olarak iletişimde ve etkileşimde bulunmak zorundadır. Bunun yanında hızla değişen yaşantı şekilleri ve teknolojik gelişmeler insanların birbiriyle olan ilişkilerini etkileyerek onları karmaşık bir sosyal yapının içine sokmaktadır. İnsanlar aynı anda birçok değişkeni düşünmek zorunda kalmaktadır. Sonucu kestirilemeyen yeni durumlar, tanınmayan yabancı insanlar ve çevre bu değişkenlerden sadece birkaçı olarak sayılabilir. Bu karmaşık yapı içinde yaşayan birey, sürekli değişmekte ve gelişmekte olan çevresine uyum sağladığı, iyi iletişim ve etkileşim kurabildiği ölçüde yaşantısında başarılı olmaktadır. Bazı bireyler kurdukları iletişimde kendilerini rahatlıkla ifade edebilir, karşısındaki insan ve insanlarla rahat diyalog kurabilirler. Ancak bunun tersi de sözkonusudur. Şüphesiz ki bir çok kişi çevresiyle iletişim kurmakta güçlük çekmektedir ve bu durum onların hayatlarını doğrudan etkilemektedir. İletişim zorluğu çeken bir kişi hayatın amaçlarından biri olan mutluluğu yakalayamadığı gibi, ne günlük işlerini yürütebilir, ne de mesleki yaşamında başarılı olabilir. İletişim kurmada yaşanan güçlük, kişinin aile yaşantısını da etkilemektedir. İletişim zorluğunun bireyin hem kendisinden hem de çevresinden kaynaklanan bir çok sebebi vardır. Sosyal kaygı da bunların içinde yer alan oldukça önemli bir etkidir.

Sosyal kaygının şimdiye kadar yapılmış bir çok tanımı vardır. Bunlardan birine göre sosyal kaygı; “Bireyin tanımadığı insanlarla karşılaştığı ya da başkalarının gözünün üzerinde olabileceği, bir ya da birden fazla toplumsal ya da bir eylemi gerçekleştirdiği durumdan belirgin ve sürekli bir korku duymasıdır” (DSM-IV-1994). Bir başka tanıma göre ise sosyal kaygı, “Toplum içinde otururken, konuşurken ya da her hangi bir eylemde bulunurken yüzde kızarma, terleme, titreme, yanlış bir şey yapma korkusu” olarak ifade edilmiştir (Öztürk, 1994). Bu sorunları yaşayan bireyler yaşadıkları kaygıyı başka insanların anlayacağından ve gülünç duruma düşeceklerinden korkmaktadırlar (Karacan, 1996). Sosyal kaygısı olan insanlar karşılıklı etkileşimi başlatmak istemezler. Daha az, daha seyrek, daha kısa süre konuşurlar, kendilerini daha az dışa vururlar ve bazen sosyal kaygı yaratan ilişkiden kendilerini bütünüyle çekerler. Bireyler sosyal olmayan (sınav kaygısı gibi) faktörlerden dolayı da kaygı yaşayabilirler. Bu tür bireyler sosyal ortamlardan çok fazla etkilenmezler. Eğer insanlar sosyal kaygı yaşıyorlarsa, başka insanlarla olan ilişkilerden kopma eğilimindedirler (Leary-Atherton, 1986).

İnsanlar sosyal kaygı yaşadıklarında, davranışları değişmektedir. Çekingenleşirler, kendilerini dışarıya daha olumlu göstermektense, var olan sosyal imajlarını korumakla daha çok ilgilenirler. Başka insanlarla daha yüzeysel ilişki kurmak isterler. Örneğin sadece nazikçe gülümserler, uysaldırlar ve fazlaca baş sallarlar. Sessiz, tepkisiz ve sosyal açıdan kapalı olan insanlar başka insanlar tarafından reddedilmekten fazlaca korkmaktadırlar. Kaygılı bireyler, etkileşim içinde oldukları başka insanlara karşı sessiz bir ilgi göstermektedirler. Onlarla hemfikir oldukları doğrultusunda bir tavır sergileyerek uyumlu bir sosyal katılımcı olarak görünmek isterler. Elbette ki sosyal kaygı, çekingenlik ve insanlardan uzak durma gibi sorunlar, kişilerin kendi içlerinde problem yaratmaktadır. Bireyler bazen başkaları ile ilişkilerini sürdürüp onlar tarafından reddedilme riskine girmektense, insanlarla olan ilişkilerini en aza indirerek kendilerini çok daha iyi hissetmektedirler. Sosyal kaygıyı diğer kaygılardan farklı kılan en temel ayrım, kişilerarası değerlendirmelerin olması veya olma olasılığının bulunmasıdır (Leary, 2001; Erkan, 2002).

Sosyal kaygının kalıtsal olduğu düşünölmekle birlikte, çevrenin de etkili olduğu bilinmektedir. Sosyal kaygı ile çekingen kişilik bozukluğu arasında bir ilişki olduğu düşünölmektedir (Yüksel, 1995). Bunun yanında sosyal kaygının sosyal beceri eksikliğinden kaynaklandığı da yapılan çalışmalar yoluyla bilinmektedir. Hatta sosyal beceri eksikliği kavramı sosyal kaygı kavramıyla genellikle eşdeğer olarak kullanılmaktadır. Diğer bir deyişle bireylerin sosyal becerisi eksik olduğu için sosyal ortamlara girmekten endişe duydukları ve korkuya kapıldıkları söylenebilir (Bacanlı, 1999).

Sosyal beceriyi, bireylerin günlük yaşamlarında, evlerinde, okullarında ve iş ortamlarında çevrelerindeki insanlarla başarılı bir şekilde etkileşimde bulunma yetenekleri olarak açıklamak mümkündür. Sosyal beceri eğitimi, sosyal kaygının azaltılmasında etkilidir. Sosyal beceri eğitiminin sosyal kaygı üzerindeki etkileri konusunda iki önemli nokta ortaya konmuştur (Leary-Atherton, 1986). Sosyal beceri eğitiminin odaklandığı birinci nokta, kişinin kendine yeterliğini yükselterek kaygı ve çekingenliğini azaltmaktır. Ancak çoğu zaman sosyal kaygı sorunu yaşayan insanların, kişilerarası ilişkilerdeki etkililiklerinin iyileştiğini algılamaları zor olabilir. Bu yüzden sosyal beceri eğitimi sosyal kaygı sorunu yaşayan insanların, kişilerarası etkileşimde yetkinleştiklerini algılamalarına yardımcı olmaktadır. İkinci nokta ise sosyal kaygı yaşayan insanların en çok ihtiyaç duydukları şey, kendilerinin başkaları tarafından olumlu olarak algılandıklarına” inanmak istemeleridir. Sosyal kaygılı bireyler, çoğu kez başkaları ile daha iyi ilişki kurabilmede kendilerine yardımcı olunmasını arzulamaktadırlar. (Leary-Atherton, 1986).

Sosyal beceriyle ilgili şimdiye kadar ortaya çıkan bir çok model vardır. Bunlardan birkaçı Argyle (1967)’in “Motor Sosyal Beceri Modeli”, McFall (1982)’un “Üç Sistem Modeli”, Trower (1982)’in “Üretici Sosyal Beceri Modeli” ve Leary (1982)’nin “Kendini Sunma Modeli” dir (Bacanlı, 1999). Bu modellere kısaca değinmekte yarar vardır.

Motor sosyal beceri modelinde Argyle (1967), sosyal becerilerin birer motor beceri olduğunu ileri sürmektedir. Bu iddiasını da sosyal beceri ile motor beceriler arasındaki benzerlikleri öne sürerek savunmaktadır. Argyle, sosyal beceri ve motor beceri arasındaki benzerlikleri şöyle özetlemiştir. Becerileri ortaya koymak için belli amaçlar hedeflenir. Görme, işitme, kinestezi ve dokunma algıları kullanılarak amaca uygun ipuçları değerlendirilir. Duyu organlarından beyne gelen bilgiler beyinde gerekli bölgelere aktarılır ve bu bölgelerde uygun eylem planına dönüştürülür. Beyinde gerçekleştirilen eylem planlarının davranışa dönüştürülmesi için kaslara komutlar gönderilir. Yapılan davranışlar geribildirim ve doğrulama ile pekiştirilir. Burada operant şartlanma kuralları geçerlidir. Tepkiler belli zamanlarda uygun, başka zamanlarda ise uygunsuz tepki olarak ortaya çıkmaktadır. Sosyal becerilerde de, motor becerilerde de aynı akış sistemi kullanılmaktadır. Bu nedenle Argyle sosyal becerileri “motor sosyal becer” olarak görmüştür (Bacanlı, 1999).

McFall (1982)’un geliştirmiş olduğu üç sistem modelinde sosyal beceri “kişinin belli sosyal görevleri yeterli bir şekilde yerine getirebilmesini sağlayan özel yetenekler” olarak tanımlanmıştır. Bu model bireyin performansının üç sistemde değerlendirileceğini savunmaktadır. Modele adını veren üç sistem fizyolojik, bilişsel ve açık motor davranış sistemleridir. Fizyolojik beceriler algısal süreçleri, otonom düzenleme ve kontrolleri içerir. Fizyolojik aktivitelerini düzenleyebilen bireyler becerikli bireyler olarak düşünülmekte ve bu yetenek bireylerin iletişimlerinde önemli roller oynayarak başkalarının kendileri hakkındaki yargılarını etkileyebilir. Bilişsel beceriler, iletişim sürecinde uyarıcılardan gelen bilgilerin davranışlara dönüştürülmesini içerir. Motor beceriler ise iletişim sürecinde yer alan davranışların sözel ve sözel olmayan bölümünü oluşturmaktadır (Erdoğan, 2002).

Trower (1982)’ın geliştirmiş olduğu üretici sosyal beceri modelinin temelinde dört önemli değişken yer almaktadır. Bunlar; İç ve dış olayları gözleme yeteneği, gözlenen performans yeteneği, hedefler ve standartlar, bilişsel temsiller ve mantıksal fonksiyonlardır. Bu modele göre öncelikle iç ve dış olayların gözlenmesi ve standartlarla karşılaştırılması sözkonusudur. Eğer standartlarla performans arasında bir uygunsuzluk varsa bu uygunsuzluğun azaltılması konusunda belirli

davranışlar sergilenir. Davranışlar standartlara uygun olarak belirlenirse ardından değerlendirme aşaması gelmektedir. Eğer değerlendirme beklenilir bir sonuç beklentisi doğurursa kendine yeterlik yüksek, beğenilmez bir sonuç beklentisi doğurursa kendine yeterlik düşük bir hale gelecektir. Bu son durumda kişi kendi üzerine odaklanacaktır. Kendine odaklanma, sosyal ilişkilerden çekilmeye dolayısıyla kendini yetersiz algılamaya neden olacaktır (Bacanlı, 1999).

Leary (1982)'nin kendini sunma modeli, literatürde daha çok sosyal kaygı modeli olarak yer almaktadır. Leary, sosyal kaygıyla ilgili kavramsal modelleri beş kısımda incelemektedir.

1. *Kişilik veya bireysel farklılık modeli*: Bu modele göre sosyal kaygı bir kişilik özelliği olarak görülmektedir. Bu kişilik özelliği de sıkılganlık olarak ifade edilmektedir. Bu tür bir kişilik özelliğine sahip kişilerin az konuştukları, benlik saygılarının düşük olduğu, kendilerini değerlendirirken olumsuz ifade kullandıkları görülmüştür.

2. *Klasik koşullanma modeli*: Bu model ise sosyal kaygıyı nötr bazı uyarıcıların, geçmişte olumsuz sonuçlarla bağlantılandırılması şeklinde klasik koşullanmanın bir sonucu olarak ortaya çıktığını ileri sürmektedir.

3. *Beceri Eksikliği modeli*: Bu modelin öngörüsü ise sosyal ilişki kurabilmek ve sürdürebilmek için bir takım becerilerin olması gerektiğidir. Bireyin konuşmayı başlatabilme, sürdürebilme, karşısındaki kişiye nazik, kibar, saygılı ve dostça görünebilme ve ilişkiyi kolaylaştırıcı davranışlarda bulunabilme gibi becerilere sahip olması gerekir.

4. *Bilişsel kendini değerlendirme modeli*: Bu modele göre insanlar becerileri eksik olduğu için değil, kendilerinin sosyal açıdan uygunsuz olduklarına inandıkları için sosyal kaygıya kapılırlar.

5. *Kendini sunma modeli*: Bu model Leary (1982)'nin ortaya koyduğu modeldir. Leary'ye göre sosyal kaygı, kişileri istedikleri izlenimleri uyandırmaya güdüleye ya da bunu başarabilecekleri konusunda şüpheyi düşüren bir takım durumsal ve eğilimsel faktörlerin bir sonucudur.

Leary (1982) bu modelin diğer modellere göre üç temel üstünlüğünün olduğunu ileri sürmektedir:

1. Diğer modeller ya durumsal, ya da eğilimsel faktörleri ele almaktadır.
2. Bu model hem durumsal, hem de eğilimsel faktörleri içermektedir.
3. Çeşitli sosyal kaygı örnekleri için gerekli ve yeterli şartları öngörmektedir.

Şüphesiz yukarıdaki model ve kuramların hepsi sosyal kaygıyı açıklamaya çalışmaktadır. Ancak bu modellerin içinden en kapsamlı olanının Leary'nin ortaya koyduğu kendini sunma modeli olduğu söylenebilir. Diğer modeller ya durumsal ya da eğilimsel faktörlerle ilgilenirken, kendini sunma modeli hem durumsal hem de eğilimsel faktörleri kapsamına almıştır. Sosyal kaygıya her iki faktör grubunda da yer alan değişkenlerin etki edebileceğini düşünmek oldukça mantıklı görünmektedir. Bu doğrultuda bu araştırmada üzerinde durulan model kendini sunma modeli olmuştur.

1. Kendini Sunma Modeli

Bu modelin temel varsayımı, insanların başka insanlar üzerinde istedikleri izlenimi bırakmaya çalışmaları, ama bu konuda başarılı olup olamayacakları konusunda şüphe duymalarıdır. Bireylerin başkaları üzerinde bıraktıkları izlenim günlük yaşam içinde kendilerine nasıl davranılacağına ve kendilerinin nasıl değerlendirileceğine dair önemli ipuçları ortaya koymaktadır. Bunun için insanlar doğal olarak kendilerine ait bazı izlenimleri dışa vurmaya istekliken, öte yandan da bazı özelliklerini dışa vurmaktan kaçınmaktadırlar. Pek çok durumda insanların dışa vurmaya istekli oldukları izlenimler olumlu ve toplumsal olarak arzu edilen özelliklerdir. Ama bazen insanlar toplumsal olarak arzu edilmeyen izlenimleri de

dışa vurmayı istemektedir. Kendini sunma modeline göre insanların dışa yansıtmak istedikleri imajın türü önemli değildir. Önemli olan, insanların arzu ettikleri izlenimleri yansıtırken başarılı olacakları konusundaki inançlarının zayıf olmasıdır (Leary, 2001).

Bugüne kadar yapılan çalışmalarda, sosyal kaygı yaşayan insanların, kaygı yaşamalarının altında yatan sebepler araştırılmıştır. Sonuç olarak, insanların başkaları tarafından nasıl algılandıkları ve değerlendirildikleri ile ilgili algılama düzeylerinin, yaşadıkları kaygı üzerinde etkili olduğu ileri sürülmüştür. Çünkü insanların karşılaştıkları iyi ya da kötü durumlar ve aldıkları ceza veya ödüller kısmen insanların başkaları üzerinde bıraktıkları izlenimlere bağlıdır. Durum böyle olunca, insanlar karşılıklı etkileşimde bulundukları kişiler üzerinde belirli izlenimleri bırakma konusunda güdülenirler. Başkaları üzerinde iyi bir izlenim ve imaj bırakmak arzu edilen davranışlarla, kötü izlenim bırakmak ise arzu edilmeyen davranışlarla sonuçlanır. İnsanlar birbirlerini aşağılarken ya da reddederken bunu daha önceden oluşmuş bir takım izlenimlere dayanarak yaparlar. İster doğru ister yanlış olsun, bizim başkaları konusunda sahip olduğumuz izlenimler onlar hakkındaki yargılarımızın temelini oluşturmaktadır. Bazı izlenimler bizim bir bireyi sevmemize, ona değer vermemize ya da onu kabullenmemize sebep olurken, bazı izlenimler de bizim başka bir bireyi aşağılamamıza ya da reddetmemize sebep olmaktadır. Bu nedenle, herhangi bir ilişkide yaşanan aşağılanma, aşağılanan kişi hakkında olumsuz bir izlenime sahip olmaktan kaynaklanmaktadır. İnsanlar böyle bir gerçeği bildikleri için, sürekli olarak başka insanların kendileri hakkında oluşturdukları izlenimlerle ilgilenirler. Arzu ettikleri izlenimleri yaratamadıklarına inandıkları zaman da kendilerini kaygılı hissetmektedirler (Leary, 2001).

Kendini sunma modeline göre insanların en çok dışlandığı ya da değer verilmediği durumun dört özellik etrafında yoğunlaştığı ortaya konmuştur (Leary, 2001). Bunlardan birincisi, yetersiz beceriye sahip olmaktır. Eğer insanlar beceriksiz ya da yeteneksiz imajını karşılarındakilere verirlerse, değer görmezler. Bir kişinin başka insanlara değer vermesi bazı işleri yapabilme becerisine bağlı olduğundan, becerikli olma özellikle önem kazanmaktadır. Beceri eksikliği olan insanları

dışlamak her ne kadar yanlış olsa da, her şeyleri eşit olsa bile, insanlar becerikli olan bireylere daha fazla önem vermektedir.

İkincisi ise yeteri kadar çekici olmamaktır. İnsanlara değer vermeme çoğu zaman kişinin fiziksel görünümünden de kaynaklanabilir. Fiziksel olarak çekici insanlar çekici olmayanlardan daha çok beğenilirler ve insanlar çekici olmayan bireylerle olan ilişkilerine fazla önem vermezler. Bunu bilen çoğu insan, kendi sosyal grupları içinde çekicilik noktasında en az standartları karşılamak için uğraşmaktadır. Örneğin şık giyinip kilolarını makul sınırlarda tutmaya çalışmaktadırlar. Dolayısıyla pek çok birey oldukça çekici bir imaja sahip olmak için mücadele etmektedir.

Üçüncü olarak ise grup içi kurallar önem kazanmaktadır. İnsanların başkaları tarafından kabul edilirlilikleri, önemli grup kurallarını ya da standartlarını çiğnediklerinde tehlikeye düşebilir. Sosyal normların küçük çaplı çiğnenmesi, insanların düşüncesiz ya da sosyalleşmemiş olarak görünmelerine neden olmaktadır. Etik kuralların çiğnenmesi ise insanların ahlaksız olarak algılanmaları için bir sebep oluşturmaktadır. Her iki durumda da grup kurallarından sapan kişiler genellikle değer görmezler ve aşırı sapma gösterenler ise dışlanmaktadırlar.

Son olarak nezaketsizlik ön plana çıkmaktadır. Sosyal etkileşimin bir parçası olan bireyler kırııcı davrandıklarında önemsenmezler. Onlardan uzak durulur ve dışlanırlar. İnsanlar, sosyal olarak uyumsuz, sıkıcı ya da nahoş olarak gördükleri insanlara değer vermezler. En azından sevdikleri insanlarla olan ilişkilere verdikleri değeri vermezler. Sonuç olarak grup normlarına uyan, fiziksel olarak çekici, becerikli ve nazik olan insanlar doğal olarak benimsenirler ve grupta aranan kişi olurlar. İnsanların kendileri hakkında dışa vurmaya çabaladıkları izlenimlerin çoğu bu dört gruptan birine girer. Bu gruplar ilişkisel değer verme ve vermemenin en önemli belirtileri olduğu için bu imajlarla ilgili kendini dışa vurma kaygısı çoğu zaman sosyal kaygıyı da beraberinde getirir. İnsanlar en çok dışarıya beceriksiz, itici, ahlaksız ya da toplumsal olarak arzulanmayan kişi imajlarını yansıtmada konusunda kaygılıdır (Leary, 2001).

Sosyal kaygı konusunda yukarıda bahsedilmiş olan dört farklı alan, kendini sunma üzerinde etkili olsa da, insanlar vermek istedikleri imaj açısından birbirlerinden farklılıklar göstermektedir. Örneğin bir kişiyi beceriksiz olarak görünme düşüncesi oldukça kaygılandırabilir. Ancak başka bir kişiyi, fiziksel olarak itici görünmek beceriksiz olarak görünmekten daha fazla kaygılandırabilmektedir (Leary, 2001).

Yukarıdaki açıklamalardan anlaşılabacağı üzere kendini sunma yaklaşımına göre sosyal kaygıya iki durum etki etmektedir. Bunlardan birincisi, insanların başkalarının gözünde belli izlenimler oluşturmak için güdülenmeleri, ikincisi ise bunu başarabileceklerinden endişelenmeleri ve beklediklerinden daha olumlu düşük tepki alacaklarına inanmalarıdır (Bacanlı, 1999).

Kendini sunma yaklaşımının bir özelliği de sosyal kaygı ile bireyde bulunan eğilimsel ve durumsal faktörler arasında ilişki kurmaya çalışmasıdır (Leary, 2001). Leary'e göre güdülenmeyi etkileyen faktörler olan genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu eğilimsel faktörleri oluşturmaktadır. Kişiyi şüpheyne düşüren faktörler ise hem yabancılar ve dinleyici özellikleri gibi durumsal faktörlerden hem de düşük benlik saygısı, algılanan sosyal beceri eksikliği ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar gibi eğilimsel faktörlerden oluşmaktadır (Bacanlı, 1999). Her hangi bir durumsal ya da eğilimsel faktör, insanların ya arzu ettikleri izlenimleri dışa vurmaları konusunda çok fazla istekli olmalarına ya da arzu ettikleri izlenimi dışa vurma konusundaki yeteneklerine fazla güvenmemelerine neden olmaktadır. Bu da sosyal kaygıyı artıran neden olarak görülmektedir (Leary, 2001).

Leary ve Atherton (1986), sosyal kaygının iki tür beklentinin sonucunda oluştuğunu ortaya koymuşlardır. Bunlar, kendini sunma ile ilgili yeterlik beklentisiyle kendini sunma ile ilgili sonuç beklentisidir.

Kendine yeterlik beklentileri bir bireyin bazı davranışsal eylemleri yerine getirme becerisi konusunda kendine duyduğu inançtır. Bunlar sonuç beklentilerinden farklıdır. Sonuç beklentileri bir kişinin belirli bir davranışın belirli davranışsal

çıktılar üreteceğini tahmin etmesidir. Bu iki tür beklenti kavramsal olarak birbirinden bağımsızdır.

Kendini sunma ile ilgili yeterlik beklentisi, belirli bir izlenimi dışı vurmada niyetlenen bir davranışın ortaya konmasının öznel olasılığıdır: *Benim x davranışını sergileme olasılığım nedir?* gibi. Öte yandan kendini sunma ile ilgili sonuç beklentisi belirli bir davranışın sergilenmesinden dolayı belli bir izlenimin bırakılabilmesi konusundaki olasılıktır: *Eğer ben x davranışını sergilersem y izlenimini bırakma olasılığım nedir?* gibi.

Kendini sunma ile ilgili yeterlik ve kendini sunma ile ilgili sonuç beklentileri yüksek olduğunda sosyal kaygı en az düzeyde olmaktadır. Böyle bir durumda birey kendini sunma ile ilgili davranışı gerçekleştirebileceğine inanır ve bunun karşı taraf üzerinde arzu edilen etkileri yaratacağını düşünür. Ancak eğer bu beklentilerden biri veya her ikisi de düşük olursa sosyal kaygı gerçekleşmektedir.

Başkaları üzerinde arzu ettikleri izlenimleri bırakabileceklerini düşünen insanların kendini sunma ile ilgili yeterlik beklentileri daha yüksek düzeyde olmaktadır. Bu kişilerin diğer insanlarla kurdukları sosyal ilişkilerde de daha az kaygılı oldukları görülmektedir.

Kendini sunmayla ilgili düşük yeterlik beklentisine sahip olmak, durumsal ve eğilimsel faktörlerden kaynaklanmaktadır. Eğilimsel faktörler açısından bir kişinin genel anlamda kendine yeterliği ve özsaygısı ne kadar yüksek olursa, bu kişinin arzu edilen izlenimi bırakabileceği şekilde davranışlar sergileyebileceğine olan inancı o kadar yüksek olur ve kendisini daha az sosyal kaygılı hisseder. Durumsal faktörlere göre ise, yabancılarla ve yeni durumlarla karşı karşıya olmak çoğu zaman karşıdaki kişinin nasıl tepki vereceği konusunda bir belirsizlik oluşturacağından, uygunsuz ve beceriksiz davranışlar ortaya koyacağı inancını arttırmaktadır. Eğilimsel faktörlerden dolayı sosyal kaygısı yüksek olan insanların genellikle düşük sonuç beklentisine sahip oldukları da bir gerçektir. Sosyal kaygıya etki eden faktörleri inceleyen pek çok araştırma, insanların kendini sunma ile ilgili yeterlik beklentilerini etkileyen

faktörlere daha çok odaklanmıştır. Öte yandan insanların sonuç beklentilerini etkileyen faktörler ihmal edilmiştir (Leary-Atherton, 1986).

Düşük olan yeterlik beklentileriyle sonuç beklentileri her ne kadar sosyal kaygıyı etkilese de, bu iki beklenti grubu davranışların yerine getirilebileceğine olan inanç üzerinde farklı etkilere sahiptir. Örneğin eğer bir bireyin yeterlik beklentisi düşük ama sonuç beklentisi yüksekse, birey sözkonusu davranışları sergileyemediğini algılar. Sergilese bile kendini sunma ile ilgili arzu edilen etkilere sahip olamayacağını düşünür. Sonuçta kişi kendini sunma ile ilgili yaşadığı zorlukların sebebini kendine bağlayarak, kendini çaresiz ve yetersiz hissedebilir. Eğer bu davranış kalıbına devam ederse, zamanla her geçen gün kendine saygısını yitirip depresyona girme olasılığı artabilir. Ancak bireyin kendine yeterlik beklentisi yüksek ama sonuç beklentileri düşük olursa, yani davranışları sergileyebileceğini düşünür ama sergilenen davranışların etkili olamayacağını bilirse şöyle bir sonuç ortaya çıkmaktadır. Bu durumda birey, yaşadığı sosyal kaygının gerçek nedeninin dışsal bazı faktörlerden kaynaklandığını ileri sürmektedir. Bunlar karşısındaki grubun çok fazla eleştirel bir özelliğe sahip olduğunu düşünmesi, kabul etmesi zor ya da memnun edilmesi güç bir hedef kitlesinin olduğunu düşünmesi biçiminde olabilmektedir. Böylesi bir durumda kaygı beraberinde öfkeyi de getirmektedir. Eğer bireyin iletişim kurduğu grubun kendisine olan tepkisi olumsuz olursa, bu durumda gücenme ve kızgınlık gibi bazı duyguların ortaya çıktığı görülmektedir. Aslında yapılmış araştırma sonuçlarına rağmen, kendini sunma ile ilgili yeterlik ve sonuç beklentilerinin farklı etkilerini ortaya koyacak daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulduğu görülmektedir (Leary-Atherton, 1986).

Son zamanlarda sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma kuramı üzerinde yapılan teorik ve deneysel çalışmalar kuramın gelişmesinde oldukça etkili olmuştur. Bu gelişme aynı zamanda sosyal kaygı ile kendini sunma arasındaki bağın da gücünü ortaya koymuştur. Ancak araştırmaların büyük çoğunluğu ABD’de yapıldığından diğer ülkelerde de sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin ne derece işlediğini araştırmada yarar vardır.

Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin ülkemizdeki işlerlik durumu da önemli görülmektedir. Türkiye’de sosyal kaygı yaşayan bireylerin sorunlarının altında yatan nedenlerin bulunması, onların bu problemlerini çözmede büyük ölçüde yarar sağlayacaktır.

Yukarıdaki açıklamalarda kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya, durumsal ve eğilimsel faktörlerin neden olduğu vurgulanmıştır. Bu araştırmada da çalışma grubunda yer alan bireylerin, yaşadıkları sosyal kaygıyla durumsal ve eğilimsel faktörler arasındaki ilişki düzeyi araştırılmaya çalışılmıştır. Durumsal ve eğilimsel faktörler olan genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, düşük benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, yeni ortamlar, algılanan sosyal beceri eksikliği ve geçmişteki sosyal başarısızlıkların sosyal kaygıyı doğrudan veya dolaylı olarak ne derece etkilediği araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın genel amacı, Leary (1982) tarafından geliştirilen sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin Türkiye’de işleyip işlemediğini belirlemektir.

Bu genel amaç doğrultusunda şu soruya cevap aranmıştır.

- Genel ben bilinci
- Onay ihtiyacı
- Olumsuz değerlendirilme korkusu
- Düşük benlik saygısı
- Ortamda bulunan yabancılar
- Dinleyicilere atfedilen önem
- Algılanan sosyal beceri eksikliği ve
- Geçmişteki sosyal başarısızlıklar, sosyal kaygıyı doğrudan ve dolaylı olarak etkilemekte midir?

3. Araştırmanın Önemi

Sosyal kaygı, son zamanlarda sıkça konuşulan ve üzerinde durulan kavramlardan birisidir. Sosyal kaygılı birey, sosyal bir ortamla karşılaştığında, hemen hemen her zaman bir kaygı yaşamaktadır. Kişi duymuş olduğu kaygı ve korkunun aşırı olduğunu bilir, ama yine de sosyal eylemin gerçekleştirileceği bir ortamdan kaçınır. Bu kaçınma ya da sosyal işlevin yerine getirilmesinden duyulan rahatsızlık, bireyin günlük işlerine, mesleki rollerine ve toplumsal etkinliklere katılmasına engel olmaktadır. Birey, diğer insanlarla birlikte yapacağı spor ve sanatsal etkinliklere de girmekte güçlük çeker. Kısaca sosyal kaygı yaşayan bireyin, mutlu olma ve kendini gerçekleştirme hedefine ulaşması pek de olası görünmemektedir. Yapılan araştırmalardan sosyal kaygının insanda bulunan durumsal ve eğilimsel faktörlerin sonucunda ortaya çıktığı sonucuna varılmaktadır. Şimdiye kadar konuyla ilgili ortaya konmuş kuramların bazıları sosyal kaygının kişideki durumsal faktörlerden, yani dış çevreden kaynaklandığını ileri sürerken, bazıları ise eğilimsel yani bireyin kendisiyle ilgili faktörlerden kaynaklandığı görüşündedir. Oysa sosyal kaygının bu faktörlerin her ikisinden de etkilenebileceği görüşünü savunan bilim adamları da vardır. Bu görüşü savunan sosyal kaygı modeli, Leary (1982)'nin geliştirmiş olduğu “Kendine Sunma” (Self-Presentation) modelidir. Sosyal kaygıyla ilgili diğer modeller kuramsal yapıdan daha çok uygulamaya önem verirken, kendini sunma modeli hem kuramsal açıdan hem de uygulamada oldukça kapsamlı ve yeterli görülmektedir.

Kendini sunma yaklaşımı henüz gelişim aşamasında olan bir yaklaşımdır. Şimdiye kadar bu yaklaşımla ilgili bir çok araştırma yapılmış ve olumlu sonuçlar alınmıştır. Ancak bu yaklaşımın Türkiye'deki işlerliği konusunda hiç araştırma yapılmamıştır. Kendini sunma yaklaşımına göre, sosyal kaygıya etki eden faktörlerin Türkiye'de de etkili olup olmadıklarının araştırılmasında yarar görülmüştür.

Ayrıca araştırmanın verilerinin çözümlenmesinde Türkiye'de yapılmış eğitim araştırmalarında pek rastlanmayan bir teknik olan Path analizi tekniği kullanılmıştır. Eğitimle ilgili ilişkisel araştırmalarda, daha çok değişkenler arasındaki doğrusal

ilişkilere bakılmıştır. Oysa bu araştırmada Path analizi tekniği yardımıyla bağımlı değişkenlerle bağımsız değişkenler arasındaki ilişki hem doğrudan, hem de dolaylı olarak incelenmiştir.

4. Kavramların Tanımları

Bu araştırmada kullanılan bazı kavramlar aşağıda tanımlanan anlamlarıyla kullanılmıştır.

Sosyal kaygı (social anxiety): Bireyin tanımadığı insanlarla karşılaştığı ya da başkalarının gözünün üzerinde olabileceği, bir ya da birden fazla toplumsal ya da bir eylemi gerçekleştirdiği durumdan belirgin ve sürekli bir korku duymasıdır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994).

Sosyal beceri (social skill): Bireyin belli bir sosyal görevi yeterli bir şekilde tamamlamasını sağlayan özel sosyal davranışlardır (McFall, 1982).

Kendine yeterlik (self-efficacy): Bireyin belli bir görevi başarma yeteneği ile ilgili inançlarıdır (Leary-Atherton, 1986).

Yeterlik beklentisi (efficacy expectancy): Bireyin sosyal ortamlarda kendini ortaya koymayı başarıp başaramayacağı inancıdır (Leary-Atherton, 1986).

Sonuç beklentisi (outcome expectancy): Kendini ortaya koyduğunda istediği sonucu elde edip edemeyeceği olasılığıdır (Leary-Atherton, 1986).

BÖLÜM II

Bu bölümde sosyal kaygıyla ilgili kuramlar, sosyal kaygıyla ilgili kavramlar, kendini sunma modeli, sosyal kaygı ve kendini sunma modeli ile ilgili yapılmış araştırmalar yer almaktadır.

SOSYAL KAYGI VE KENDİNİ SUNMA KURAMI

A. SOSYAL KAYGIYLA İLGİLİ KURAMLAR

Sosyal kaygının nedenleri, nörolojiden sosyolojiye pek çok disiplini kapsayan geniş bir araştırma portföyü gerektirmektedir. Sosyal kaygı, karmaşık bir sosyal durumdur. Çeşitli ve birbirini etkileyen nedenleri vardır. Bireylerin yaşamış oldukları sosyal kaygının kesin nedenini bulmak oldukça zor olabilir. Bazen kaygının asıl nedeni, kaygıyı oluşturacak başka bir faktörle birleşen veya bu faktöre öncülük eden dolaylı bir değişken olabilir. Bu nedenle sosyal kaygıyı ortaya koyarken ayrıntılı açıklamalara girmekte yarar vardır. Örneğin sosyal kaygının kalıtsal faktörlerden kaynaklandığı söylendiğinde, bireylerin yaşamış oldukları tüm psikolojik süreci bazı belirli kalıtsal bileşenlere sahip diye sosyal kaygının da sadece “kalıtıma dayalı” olduğu anlamına gelmez. Çünkü sosyal kaygı aynı zamanda düşünce sürecine ve sosyokültürel faktörlere de bağlıdır.

Sosyal kaygıya ilişkin kuramlar üç grup altında toplanabilir:

1. Psikolojik Kuramlar,
2. Biyolojik Kuramlar ve
3. Kültürel Kuram

1. PSİKOLOJİK KURAMLAR

Sosyal kaygıyla ilgili olarak aşağıda üç psikolojik kuramın açıklamalarına yer verilmiştir.

- a) Davranışçı Kuram
- b) Bilişsel Kuram
- c) Kendini Sunma Kuramı

a) Davranışçı Kuram

Sosyal kaygı ile ilişkili olarak davranışçı kuramın temelini, çevrede meydana gelen belirli çevresel uyaranlara karşı bireyin geliştirmiş olduğu koşullanmalar oluşturmaktadır. Davranışçı yaklaşıma göre sosyal kaygı, öğrenilmiş davranışların bir sonucudur. Birey ya model alarak ya da koşullanma yoluyla sosyal kaygıyı öğrenmektedir. Birey, günlük yaşantısında kaygı yaratan bir sosyal durumla karşı karşıya geldiğinde kızarma, terleme, nabızın yükselmesi, gerginlik vb. gibi kaygı belirtilerini göstermektedir. Daha sonra benzer bir yaşantıyla karşılaştığında da aynı gerilimi yaşamaktadır. Artık birey sözkonusu olumsuz sosyal olaya karşı koşullanmıştır ve her tekrarlandığında kaygı yaşamaktadır. Kişi şartlanmış olduğu durumun yaşatmış olduğu olumsuz yaşantılardan korunmak için, sık sık kaçma davranışını göstermektedir. Model alma yoluyla ise birey yakın çevresindeki onun için önemli olan kişileri gözleyerek öğrenmektedir. Birey için önemli olan kişilerin yaşamış oldukları kaygıların gözlenmesi ya da bu kişiler tarafından sosyal durumlara ilişkin yanlış bilgiler verilmesi, o durum karşısında sosyal kaygı yaşanmasına neden olmaktadır. Bireylerin hemen hemen yarısı, yaşamış oldukları küçük düşürücü bir sosyal olay sonucu sosyal kaygı yaşamaya başlamakta ya da yaşadıkları sosyal kaygı daha da ileri boyutlara gitmektedir. Olumsuz sosyal yaşantının, toplum içinde yapılan bir konuşma sırasında meydana geldiğinde, sosyal kaygı üzerinde daha da etkili olduğu görülmektedir (Stemberger ve Ark., 1995). Yukarıda da söz edildiği gibi doğrudan yaşanan olayların yanında, diğer insanların yaşamış oldukları olumsuz sosyal deneyimleri gözlemlemek ya da duymak, sosyal kaygı sorununun gelişmesinde etkili olmaktadır (Beidel & Turner, 1998).

b) Bilişsel Kuram

Sosyal kaygı konusuna yönelik klasik davranışçı görüşlere ek olarak, çeşitli bilişsel kuramlar da ileri sürülmektedir. Bilişsel modele göre, insanların sahip oldukları bazı düşünce, inanç ve olayları algılama biçimlerinin, sosyal kaygının gelişmesinde ya da en azından var olan sosyal kaygının daha da artmasında etkili oldukları vurgulanmaktadır. Bilişsel kurama göre, sosyal kaygının temelinde düşüncenin yanlış yönlendirilmesi vardır. Yanlış düşünce şemaları sonucu olumsuz davranışlar ve duygusal rahatsızlıklar ortaya çıkmaktadır. Kazanılmış olan yanlış bir bilişsel şema, sosyal kaygının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. İnsanların bilinçli olarak ortaya koydukları algı ve inançlar incelenmiş ve insanların milisaniyelik zaman ölçüsünde sahip oldukları anlık “otomatikleşmiş” tepkileri analiz edilmiştir. İnsanların sahip oldukları koşullu (*ben bir ahmağım*) ve koşulsuz (*eğer toplum önüne çıkarsam, toplum tarafından reddedilirim*) olumsuz inançları incelenmiş ve koşullu inançların sosyal kaygı üzerinde etkili olduğu saptanmıştır. Koşullu olumsuz inançların birbirini etkileyen ve destekleyen bir şema oluşturdukları ileri sürülmüştür. Bu inançlar sonucunda, yaşanan deneyimler ve bu deneyimlerden çıkarılan sonuçlar bireyin kendisini tehdit altında hissetmesine ve sonuç olarak da sosyal kaygı yaşamasına neden olmaktadır (Beck & Emery, 1985). Ortaya çıkan kaygı durumlarının, olumsuz inançlar şemasını güçlendirerek, daha fazla sosyal problem yaratıp, bireyin sosyal performansını ve kişiler arası ilişkilere konsantre olmasını engelledikleri görülmektedir. Aynı zamanda, sosyal kaygı yaşayan bireylerin, başkalarına nasıl göründükleri konusuna odaklandıkları ve bu doğrultuda endişe yaşadıkları saptanmıştır (Clark & Wells, 1995). Buna ek olarak, sosyal kaygı yaşayan bireylerin, başkalarının kendileri hakkında olumsuz düşünce geliştirecekleri ve olumsuz yönde eleştirecekleri yönünde inançları olduğu görülmüştür. Ayrıca bilişsel kurama göre, sosyal kaygı yaşayan bireyler, başkalarının sahip oldukları sosyal becerilerin, kendilerinininkine oranla oldukça fazla olduğuna inanmaktadırlar (Heimberg & Rapee, 1997).

Sosyal kaygıya etki eden yanlış inançlarla ilgili tüm modellerde, olumsuz ön yargılar, geçmiş anılar, yaşanan bir olay sonrası çıkarılan olumsuz sonuçlar ve bir

olay öncesi yaşanan korkulu bekleyiş dikkate alınmıştır. Yapılmış bir çalışmada, olumsuz eleştirilerden kaçınma girişimlerinin, sosyal ilişkileri daha fazla zorlaştırdığı ve uzun dönemde kaygıyı daha da artırdığı belirtilmiştir (Clark & Wells, 1995). Bu çalışma, aynı zamanda insanların, karşılaşılan durumların sanıldığından daha güvenli olduğunu görmelerinde önemli bir yere sahiptir.

c) Kendini Sunma Modeli

Leary, yapmış olduğu bir dizi çalışmada, kendini sunmayla sosyal kaygı arasında bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Bu bakış açısına göre, bireyler başkaları üzerinde belirli bir izlenim yaratmaya çalışırlar ve diğer insanların onları olumlu yönleri ile görmelerini isterler. İnsanların olumlu izlenim oluşturmak için giriştikleri sürece “impression management (izlenim yönetimi)” denmektedir. Kendini sunma modeli, sosyal kaygı yaşayan bireylerin pek çok kişiden daha endişeli ve daha şüpheli olduğunu vurgulamaktadır. Bu yüzden bireyler, kendileri hakkında yeterince olumlu izlenim oluşturamazlar. Sosyal kaygı yaşayan bireyler, tamamıyla zayıf bir izlenim uyandırdıklarına inanmakta ve/veya kesinlikle tam ve kusursuz bir izlenim vermeleri gerektiğini düşünmektedirler. Olumlu izlenim oluşturma çabalarının yanında bireyde sosyal kaygıya neden olan bir takım durumsal ve eğilimsel faktörler de vardır. İzlenim oluşturma, durumsal ve eğilimsel faktörler, sosyal kaygının ölçülmesi gibi konular “Kendini Sunma Modeli” başlığı altında ele alınmıştır.

2. BİYOLOJİK KURAMLAR

Yapılan çalışmalar, biyolojik faktörlerin neden olarak mı, yoksa sonuç olarak mı sosyal kaygıyı etkilediklerini henüz aydınlatamamıştır. Bir kısım araştırmacı, insandaki psikolojik çatışmalar sonucunda biyolojik değişikliklerin oluştuğunu ileri sürerken, diğerleri biyolojik bozuklukların psikolojik çatışmaları oluşturduğu görüşünü savunmaktadırlar. Sosyal kaygıya etki eden biyolojik faktörler üç başlık altında ele alınmıştır.

- a) Kalıtım
- b) Beyin
- c) Nörotransmitterler

a) Kalıtım

Kalıtım, bir insanın sosyal kaygı yaşamasında önemli rol oynamaktadır. Yapılan çalışmalar kalıtımın, sadece sosyal kaygıya özel olmadığını göstermektedir. Anne-babaların yaşamış oldukları herhangi bir tür kaygı bozukluğu, kalıtım olarak çocuklarına geçmekte ve çocuklarının da bir şekilde kaygı sorunu ya da sosyal kaygı geliştirmelerini mümkün kılmaktadır (Merikangas ve Ark., 1999). Sosyal kaygı üzerine yapılmış çalışmalar, özellikle birinci dereceden akrabalarında (anne baba/çocuk, kardeşler) sosyal kaygı sorunu bulunan bireylerin, böyle bir sorun geliştirmeye, akraba olmayanlara kıyasla üç kat daha fazla yatkın olduklarını göstermiştir (Stein ve Ark., 1998). Küçük yaştan itibaren farklı ailelerin yanında yetiştirilen aynı kalıtımsal özellikleri taşıyan tek yumurta ikizleri kullanılarak pek çok sayıda çalışma yapılmıştır. Böylece aynı ailede yaşamının doğuracağı etkiler dışarıda bırakılmıştır. Kalıtımın sosyal kaygı üzerindeki etkisini araştıran bu tür çalışmalar, özellikle şunu göstermiştir. Eğer ikizlerden birinde sosyal kaygı gelişmişse, diğerinde de bu sorunun görülmesi %30 ile %50 arasında mümkün olmaktadır (Kendler ve Ark., 1999).

Ayrıca bebeklik dönemindeki çekingenlik ve içekapanıklılık da araştırılmış ve incelenmiştir. Doğuştan çekingen ve kendine ket vurmaya koruyucu bir yol olarak seçmiş pek çok bireyin, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de böyle özellikler gösterdikleri görülmüştür. Bu bireylerin sosyal kaygı geliştirmeye daha yatkın kişiler olduğu saptanmıştır (Schwartz ve Ark., 1999).

b) Beyin

Son teknolojilerin yardımı ile beynin işleyişi üzerinde durularak, beynin hem bilişsel süreçlerle hem de ruh sağlığı sorunları ile ilişkisi ortaya konmaya

çalışılmıştır. Bu tür çalışmalar sırasında, beynin kaygı duyma konusundaki ana bölümleri bulunmuştur. Bunlardan en önemlisi amigdaladır. Amigdala beynin ortasında badem şeklinde küçükçe bir alandır. Aslında beynin her iki yarım küresinde de yer almaktadır. Amigdala'nın işlevi, farklı duygu ve duygu durumları ile birlikte, kaygı ve korku duyumlarını da içermektedir (LeDoux, 1998). Sosyal tehditle karşı karşıya kalınan durumlarla (birisinin olumsuz yönde eleştirilerine maruz kalındığında), kızgın ya da düşmanca bakan bir topluluk önünde konuşma yapmadan hemen önce, sosyal kaygı yaşayan bireylerin amigdalaları, aşırı duyarlılık göstermektedir. Amigdala “limbik sistemin” diğer alanları ile de bağlantılıdır. Örneğin hipokampustaki hatırlama sürecini de etkiler. Düşük seviyedeki savunma sistemleri ile de iç içedir. Hormonal salgılara (örn. Adrenalin ve kortisol) ve kavgacı tepkilere neden olmaktadır. Diğer bir taraftan, beynin “kortikal” merkezleri ile ilişki içindedir. Bu kortikal beyin alanları, duyuşsal motor yetenekleri, problem çözme ve kendini bilme gibi yüksek seviyedeki kavramsal aşamaların içinde yer almaktadır. Sosyal kaygıyla beyin kabuğu (korteks), oldukça bağlantılıdır. Beynin ön kısmındaki bu alan, karmaşık çözümlemelerin yapıldığı, sosyal olayların yorumlandığı ve diğer insanların davranışlarına anlamlar yüklendiği merkez olarak görülmektedir. Beyinlerinin bu alanları hasar görmüş kişiler, genellikle sosyal olarak değişken, paranoid ve sosyal gereklilikleri karşılayamaz durumda olurlar (LeDoux, 1998). Korteksin ön kısmı amigdalanın faaliyetlerini ve korku tepkilerini engelleyebilmektedir. Yapılan diğer bir araştırmada da, beynin başka bir bölümü olan “Anterior Cingulate Korteks” saptanmıştır. Fiziksel acı duyumlarını kapsadığı bilinen bu alanın aynı zamanda “sosyal acı”yı da topluluk tarafından dışlanma durumu gibi kapsadığı tespit edilmiştir (Eisenberger ve Ark., 2003).

c) Nörotransmitterler (hücreler arası mesaj taşıyan kimyasallar)

Sosyal kaygı yaşayan bireylerin beyinlerinde, nörotransmitter olan serotonin ve dopamin seviyeleri, anormal bir biçimde düşük çıkmaktadır. Parkinson hastalığından dolayı, dopamin seviyeleri düşük olan hastalar, yüksek seviyede sosyal kaygı belirtileri göstermektedirler. Araştırmalar, tam olarak beyindeki hangi alanların ve hangi sinirsel mekanizmaların bu anormal seviyeleri ürettiğini bulmaya

çalışmaktadır. Diğer bir transmitter olan noradrenalin ise sosyal kaygı esnasında oldukça aktif görülmektedir. Sosyal kaygı yaşayan bireylerin serebrospinal dolaşımında ve idrarlarında noradrenalin düzeyinin yüksek bulunması, noradrenalinin kaygı bozukluklarında önemli rol oynadığını düşündüren veriler olarak dikkat çekmektedir. Ket vurma esnasında ortaya çıkan transmitter olan GABA ise sosyal kaygıyı kısa süreli etkilemektedirler. Benzodiazepinlerin kaygı giderici etkisi tartışmasız kabul edilen bir gerçektir. Benzodiazepinlerin GABA düzeyini artırarak etki etmesi, kaygı üzerinde GABA'nın da rol oynadığını ortaya koymaktadır. Buspiron ve bir takım antidepresanlar gibi serotonin üzerinden etki gösteren ilaçların kaygı tedavisinde faydalı olması, kaygı bozukluklarında serotoninin de rol oynadığını düşündürmektedir (Eisenberger ve Ark., 2003).

3. KÜLTÜREL KURAM

Sosyal kaygı, nicelik olarak çeşitlilik göstermesine rağmen, hemen hemen her kültürde bulunmaktadır. Sosyal kaygının gelişimini ya da yoğunluğunu etkileyen kültürel faktörler, toplumun utangaçlık ve kaçınmaya karşı olan tutumlarıyla doğrudan ilişkilidir. Eğer utangaçlık ve sosyal kaygı yaşayan insanlar toplum tarafından olumsuz “damga” yerlerse, bu durum onların sağlıklı ilişkiler kurma yeteneğini veya çalışma ve eğitim hayatlarını etkilemektedir. Bir başka deyişle, yenilen bu damga, bu bireylerin kendisine veya başkalarına olan güvenlerini azaltmaktadır. İklima dayalı değişkenler de, sosyal kaygı oranlarını etkilemektedir. Örneğin sıcak iklime sahip ülkelerdeki bireylerde, kaçınma davranışı daha az, kişiler arası ilişkilerde de artış görülmektedir. Akdeniz ülkelerinde sosyal kaygı yaşayan bireylerin oranları İskandinav ülkelerine göre daha düşük çıkmıştır. Bunun yanında ülkenin eğitim ve gelişmişlik düzeyi de sosyal kaygı yaşayan bireyleri nicelik olarak etkilemektedir. Eğitim düzeyi yüksek anne-baba, arkadaşlar ve profesyonel yardım kuruluşları sosyal kaygılı bireylere destek olarak bu sorunu çözmelerinde yardımcı olmaktadır. Şu da bir gerçek ki, kompleks bir sosyo-ekonomik yapıya sahip ülkelerde, kariyer sahibi olmak ve sosyal ilişkileri sürdürebilmek için üst düzey sosyal becerilere ihtiyaç vardır. Bu tür ülkelerde girişkenlik ve rekabet edebilme yetisinin önem kazanması, sosyal kaygı sorununu özellikle “orta sınıflarda”

yaygınlaştırmıştır (Heimberg ve Ark., 2000). Toplumun ve medyanın “etkileyici” kişilik özelliklerine olan vurgusu, mükemmeliyetçiliği ve başkalarından gelen olumsuz eleştiriler sonucu oluşan aşağılanma ve güvensizlik hislerini kamçılayarak, bireylerin sosyal kaygı yaşamalarına neden olabilmektedir.

Kollektif (toplumcu) olarak nitelendirilen kültürlerde, kendilerini utangaç olarak niteleyen bireylerin sayısı daha fazladır. Oto-kontrol, ket vurma ve boyun eğme kültürün bir parçası olarak görülmektedir. Japonya’da bireyler davranışları ya da görünüşleriyle başkalarını kıracakları veya utandıracakları düşüncesiyle korku yaşamaktadırlar. Bu korku da bireylere bir çeşit sosyal kaygı olarak yansımaktadır. Anne-babalık kültürden kültüre farklılık göstermektedir. Ailelerin çocuklarıyla olan ilişkilerinde başkalarının düşüncelerini göz önünde bulundurmaları ve utanma duygusunu bir disiplin aracı olarak kullanmaları, çocuklarda sosyal kaygının oluşma olasılığını arttırmaktadır. Bu Amerikalı ailelerde sıkça rastlanan durumdur. Ancak bu ilişki Çinli ailelerde ve çocuklarda görülmemektedir. Çin’de yapılan araştırmalar, batılı ülkelerdeki bulguların aksine, utangaç-çekingen çocukların akranları arasında daha fazla kabul gördüğünü ortaya koymuştur. Aynı zamanda bu utangaç ve çekingen çocuklar liderlik vasıflarına sahip ve yetenekli bireyler olarak algılanmaktadır. Görüldüğü gibi sosyal kaygı yönünden doğu ve batı kültürleri arasında farklılıklar göze çarpmaktadır. Sonuç olarak utangaçlığa olan bakış açısı kültürden kültüre değişmektedir (Xinyin, Rubin & Boshu, 1995).

B. SOSYAL KAYGIYLA İLGİLİ KAVRAMLAR

1. Sosyal Kaygı ve Sosyal Fobi

Sosyal kaygı ve sosyal fobi birbirlerine oldukça yakın kavramlardır. Bazı insanlar diğerlerine göre, kişilik özelliklerinin bir sonucu olarak, daha fazla sosyal kaygı yaşama yatkınlığına sahiptirler. Bireyler kişilerarası ilişkilerde kaygı nedeniyle öyle paniğe kapılırlar ki bu bireyler sosyal fobi tanısı almaktadırlar. Sosyal fobi, kişinin tanımadığı insanlarla karşılaşacağı ya da başkalarının gözü önünde olacağı durumlardan, bir ya da birden fazla toplumsal eylemi gerçekleştireceği bir durumdan,

küçük düşeceği ya da utanç duyacağı biçiminde davranacağından belirgin ve sürekli bir biçimde korku duyması olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994).

Sosyal fobi yaşayan birey gerçekte karşılaştığı sosyal durumun derecesiyle orantısız bir kaygı yaşamaktadır. Birey bu orantısızlığın farkında olsa da mantık yoluyla kendisini ikna edemez. Sosyal bir ortama girmekten korkar ve bu ortamlar onun için korku objesidir. Fobik durum, bireyi korku yaratan objeden kaçmaya yöneltir ve bu durum yıllar boyu devam etmektedir. Sosyal fobi sosyal kaygının hemen hemen son noktasıdır. Sosyal fobi yaşayan birey panik atak korkusu yaşayabilir ama sosyal kaygı yaşayan bireyde panik atak korkusu yoktur. Sosyal fobi yaşayan bireylerin yaşamları, sosyal durumlarda yaşadıkları yoğun kaygının etkisiyle, aşırı derecede sınırlı hale gelmektedir. Bunun yanında sosyal fobiyi ortaya çıkaran ve yoğunluk kazandıran etkenlerle davranışsal sonuçları sosyal kaygı ile son derece benzer niteliklere sahip olup, arada sadece bir derece farkının olduğu söylenebilir (Leary & Kowalski, 1995).

2. Sosyal Kaygı ve Çekingenlik

Kişilerarası çekingenliği sosyal kaygı olarak değerlendirmek doğru değildir. Bireyler her zaman sosyal ilişki kurmak istemeyebilirler. Böyle bir durum, çekingenlik olarak adlandırılmayacağı gibi, başkaları ile ilişki kurma konusunda bir başarısızlık olarak da görülmemelidir. Utangaçlık her zaman çekingenliğin bir göstergesi değildir. Çekingenlik, her hangi bir davranışın gerçekleştirilmeden önce kontrol edilip, kısıtlanması anlamına gelmektedir. Çekingenlik yaşayan birey, tepkide bulunmak ister, ama şu veya bu sebepten ötürü istediği tepkiyi gerçekleştiremez. Kaygı ile çekingenlik arasında direkt bir ilişki aranmamalıdır. İnsanlar pek çok durumda iletişim kurma gücünü çekebilirler. Bunun bir çok nedeni olabilir. Kendisi ile fazla meşgul olan birey, içinde bulunduğu ortamdaki davranışların son derece kötü ve anlamsız olduğuna karar vererek kasıtlı olarak ilişkiyle değil de, sadece kendisiyle ilgilenebilir. Böylece ilişkiye girmekten kaçınabilir. Diğer bir neden ise, bireylerin bazı ortamlarda yaşayabileceği

olumsuzlukları en aza indirmek için özellikle çekingen davranmalarıdır. Bu durum bir kişilerarası strateji olarak görülebilir. Sosyal kaygının, insanların başkalarının kendisi hakkında oluşturduğu izlenimler konusunda endişelendikleri zaman gerçekleştiği göz önüne alınırsa, sosyal kaygılı bireylerin, imajlarını zedelemekten korktukları anlaşılabılır. Bu gibi durumlarda bireyler çekingen davranarak sınırlı bir şekilde sosyal ilişkiye girerler. İnsanlar çoğu kez bir sosyal ilişkide nasıl tepki alacakları konusunda belirsizlik yaşamaktadırlar. Çünkü gösterdikleri davranışlar sonucunda karşılarındakilerin nasıl bir tepki verecekleri konusunda yeterli ip uçları alamayabilirler. İşte böyle bir durumda bireyler, doğal olarak kendilerini içinde bulundukları ortama katmada güçlük çekmektedirler. Bunun yerine geri çekilerek çekingen bir görünüm kazanmayı tercih etmektedirler (Leary, 1986).

3. Sosyal Kaygı Ve Utangaçlık

Utangaçlık kavramı, kişiler arası ilişkilerde tedirginlik ve gerginlikle belirginleşen öznel bir deneyim olarak ifade edilmektedir. Bu şekilde tanımlandığında utangaçlık belirli bir sosyal kaygı türü olarak görülebilir. Diğer bir söyleyişle utangaçlık, sadece davranışsal açıdan ele alınmış, çekingenlik ya da toplumsal kaçınma olarak da ifade edilebilir. Utangaçlığı “sosyal etkileşimlerden kaçınma ve sosyal ortamlara katılmada başarısız olma eğilimi” olarak tanımlamaktadır. Yaygın kullanımı ile insanlar, başkasının tereddütlü veya engellenmiş şekilde davrandığını gördüklerinde onun için, “utangaçça davranıyor” ifadesini kullanmaktadırlar (Leary, 1986).

Sosyal kaygı; çıkma kaygısı, konuşma kaygısı ve iletişim kaygısı gibi terimleri çağrıştırırken, utangaçlık bireyin içinde bulunduğu davranışsal ve duygusal durumları ortaya koymaktadır. Bir kişinin sosyal kaygılı olduğu söyleniyorsa, onun bazı sosyal ortamlarda tedirginleşip gerginleştiği gerçeğine dikkat çekilmeye çalışılmaktadır. Utangaçlık kavramını açıklamak için de engellenmiş, çekingen, içe dönük, insanlardan kaçan gibi sıfatları kullanmak daha doğru olmaktadır. Eğer utangaçlığın tanımı yapılırsa, “var olan ya da gelecekte olabilecek kişilerarası

değerlendirmeden kaynaklanan sosyal kaygı ve kişilerarası çekingenlik ile karakterize olmuş, duygusal ve davranışsal belirtilerdir” denilebilir (Leary, 1986).

4. Sosyal Kaygı ve Sosyal Beceri

Sosyal beceri de sosyal kaygıyla oldukça ilişkili olan başka bir kavramdır. Brady (1984)’e göre sosyal beceri kişilerarasında doyum verici ilişkilerin gelişmesini ve bireyin sosyal hedeflerinin gerçekleşmesini kolaylaştırıcı sözel ve sözel olmayan uygun tepkilerde bulunma yeteneğidir.

Sosyal kaygı sahibi kişilerin sosyal ilişkiye girme, başkalarından olumlu tepkiler alma ve kabul görme konusunda sosyal beceri yönünden yetersiz ve güvensiz oldukları görülmektedir. Yapılan çalışmalarda, normal insanların sahip olduğu ancak sosyal kaygı yaşayan bireylerde görülmeyen önemli farklar bulunmuştur (Rapee & Lim, 1992). Görülen en belirgin durum ise sosyal kaygı sahibi bireylerin kendi sosyal becerilerini çok düşük gördükleri gerçeğidir. Eksik sosyal beceriye sahip olan çocuk ve bazı bireyler, sosyal durumlarda nasıl etkili davranışlar göstereceklerini bilemedikleri için belirgin bir problemler yaşarlar. Bunun yanında sosyal beceri yönünden kendisini iyi olarak gören ama gerekli performansı göstermede sorun yaşayan bireyler de sosyal kaygı yaşamaktadırlar.

Rapee & Heimberg (1997), sosyal kaygının temel bazı sosyal beceri (iletişimi başlatma, sürdürme ve göz teması) eksikliklerinden kaynaklandığı ileri sürmüşler, ancak sosyal kaygı ile sosyal beceri arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Bu iki değişken arasında net bir ilişki ortaya konmasa da, sosyal kaygı yaşayan bireylerin sosyal beceri yönünden bazı sorunlar yaşadıklarını söylemek mümkündür.

Sosyal kaygının sosyal beceri eksikliğinden kaynaklandığı düşünülse de, aslında bu beceri eksikliği bireylerin yaşamış olduğu kaygı nedeniyle ortaya çıkmaktadır. Yoğun bir şekilde kaygı yaşayan birey sahip olduğu becerileri, gereği gibi sergilemekte güçlük çekmektedir (Schneier & Welkowitz, 1996). Bu durumda sosyal beceri eksikliği için “sosyal kaygının davranışsal bir sonucudur” demek

olasıdır. Sosyal kaygı yaşayan her birey için sosyal beceri eksikliği olduğunu söylemek ya da sosyal beceri eksikliği olan her birey için sosyal kaygı yaşadığını söylemek doğru olmayabilir.

5. Sosyal Kaygı ve Kişilik

Sosyal kaygı yaşayan bir çok bireyin, içekapanık, sosyal ortamlardan kaçınan ve utanmaya eğilimli oldukları görülmektedir. Yapılan çalışmalarda bireylerin, %40 ile %50 oranında, kendilerini sosyal kaygılı olarak rapor ettikleri görülmüştür (Carducci & Zimbardo, 1995). Aslında bu insanların dörtte üçü sosyal kaygılı olmaktan rahatsız olduklarını ve üçte ikisi de bu durumun kendileri için bir sorun olduğunu söylemişlerdir. Bireyler, sosyal ve arkadaş ilişkilerindeki problemlerde, kendilerini suçlayarak bunlarla başa çıkmada içedönüklüğü ve sosyal ortamlardan kaçmayı bir yöntem olarak görmektedirler (Pişkin, 2004). İçe kapanık bireyler, sosyal kaygı yaşamaya ve sosyal ortamlardan kaçmaya daha yatkın kimselerdir. İçekapanıklılık, ergenlik döneminde sosyal kaygı bozukluğunun ilk evrelerini oluşturmaktadır (Leary, 1982).

6. Sosyal Kaygı ve Aile

Sosyal kaygı yaşanmasının nedenleri arasında anne-babalar da yer almaktadır. Sosyal kaygı yaşayan bireylerin, ebeveynleri tarafından reddedilme, aşırı korunma, yetersiz ilgi, başka insanlar yanında küçük düşürülme, başarısızlık durumunda ayıplanma, eğitimde ayıplama duygusuna sık sık yer verilme ve sürekli eleştirilme gibi davranışlar gördükleri saptanmıştır (Bruch ve Ark., 1989). Rapee ve Melville (1997), ebeveynlerle yaptıkları bir araştırmada, anne-babaların çocukları üzerinde fazla kontrole sahip olduklarında çocukların yetersiz sosyalleşme davranışı gösterdiklerini ortaya koymuşlardır. Bebekliklerinde annelerinden yeterli güven duygusu alamayan çocukların daha sonraki ergenlik dönemlerinde sosyal kaygıyı da içeren kaygı bozuklukları geliştirdikleri saptanmıştır (Warren ve Ark., 1997). Yapılan çalışmalarda anne-babaların sosyal ilişkilerde çocuklarını doğrudan etkiledikleri, hatta sosyal kaygı yaşayan çocukların anne babalarının da kendilerini

sosyal yönden sınırladıkları ve sosyal kaygı yaşamaya yatkın kişiler oldukları görülmüştür. Evlat edinen anne-babalardaki utangaçlık, evlat edinilen çocuklardaki utangaçlıkla anlamlı bir şekilde orantılı çıkmıştır. Utangaç anne-babalar çocuklarının sosyalleşmesini sağlamakta daha az başarılı olabilmekte; karmaşık bir sosyal durumla başa çıkma durumunda, anne-babalarının kaçınma yöntemini uyguladığını gören çocukların, aynı eğilim içine girdikleri görülmüştür (Bruch & Heimberg, 1994).

7. Sosyal Kaygı ve Arkadaş Grupları

Olumsuz sosyal yaşantılar daha çok sınıf arkadaşları, normal arkadaşlar ya da iş arkadaşları arasında yaşanmaktadır ve çocuklar özellikle bu çevreden uzun süreli etkilenmektedirler (Harris, 1995). Arkadaş grubu içinde yaşanan bazı olaylar bireylerin sosyal kaygı yaşamalarına etki etmektedir. Bir gruba ayak uyduramama veya kaba davranışlara (zorbalığa) maruz kalma, dışlanma, grup üyeleri tarafından önemsenmeme gibi durumlar sosyal kaygıya neden olabilmektedir (Beidel & Turner, 1998). Ishiyama (1984), yaptığı çalışmalarda hem ergenlik dönemindeki hem de yetişkin olan utangaç bireylerin akranları ile yaşamış oldukları olumsuz deneyimlerin sosyal kaygı üzerindeki etkilerini bulmuştur. Arkadaşları tarafından önemsenmeyen ya da dikkate alınmayan (görmezlikten gelinen) çocukların yüksek derecede sosyal kaygı ve olumsuz eleştiri korkusu yaşadıklarını ortaya koymuştur. Spence ve arkadaşları (1999), sosyal kaygı yaşayan çocukların arkadaşlarından daha az olumlu tepkiler aldıklarını vurgulamaktadır.

8. Sosyal Kaygı ve Sosyal Kabul - Sosyal Devamlılık

Bireyler, içinde bulundukları her sosyal grupta başkaları tarafından kabul görülmek ve içinde bulundukları sosyal grubun değerli bir parçası olduklarını hissetmek istemektedirler. Reddedilme ve grup tarafından dışlanılma ihtimalleri, insanları en çok rahatsız eden durumlardan biridir. Bu durum, “ait olma ihtiyacı” olarak nitelendirmektedirler (Baumeister & Leary, 1995). Gilbert ve Trower (2001), kabul görmenin yanı sıra sosyal devamlılığın ya da gruptaki statünün de önemini

vurgulamaktadırlar. Bu durum, insanların ne kadar dikkate alındıklarını göstermektedir. Bir kişinin ait olduğu grupla veya iş yerindeki arkadaş grubuyla arasında sorun varsa, bu durum o kişinin kaygı duymasına neden olmaktadır. İnsanlar, kendilerinin sosyal kabul ve devamlılık düzeylerini gözlemlemektedirler. Bu gözlemler sonucunda birey kendisini grup içinde beklemediği bir yerde görürse, bu durum o kişinin sosyal kaygı yaşamasına neden olabilmektedir.

C. KENDİNİ SUNMA MODELİ

Kendini sunma modelinin sosyal kaygıyla ilişkisine yukarıda değinilmişti. Bu bölümde kendini sunmanın sosyal kaygı üzerindeki etkisi daha ayrıntılı olarak açıklanmaya çalışılmıştır.

1. İzlenim Yönetimi (Impression Management)

Kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden faktörlerin başında, insanların üzerinde olumlu bir izlenim oluşturmama kuşkusu yatmaktadır. İzlenim yönetimi, bireyin oluşturacağı izlenimleri kontrol etme açısından kişilerarası ilişkilerde önemli bir role sahiptir. Kendini sunma olarak da adlandırılan izlenim yönetimi, bireyin başka insanlar tarafından nasıl algılandığını ve değerlendirildiğini kontrol etme süreci anlamına gelmektedir (Leary ve Ark. 1994; Leary ve Kowalski, 1990; Schlenker, 1980). Bireylerin yaşamlarında yer alan maddi getiriler, sosyal ve kişisel durumlar, diğer insanların kendilerini olumlu algılamaları için önemli değişkenlerdir. Bireylerin diğer insanlar üzerinde oluşturdıkları izlenimler, kurmuş oldukları arkadaşlıklarda, sosyal ilişkilerde, iş başarılarında ve aşk ilişkilerinde oldukça önemlidir (Baumeister, 1982; Schlenker, 1980).

İzlenim yönetimiyle kendini sunma, genellikle birbirinin yerine kullanılmaktadır. Schlenker (1980) izlenim yönetimini, “gerçek ya da hayali sosyal etkileşimlerde yansıtılan imajları kontrol etme girişimi” olarak tanımlar. Bu varsayım ile bireyler, günlük yaşamlarında kendilerinden çok, diğer insanların izlenimlerini yönetme eğilimindedirler.

Greenwald & Breckler (1985), kendini sunmanın, hem başkalarının oluşturacağı izlenimleri kontrol etme girişimini içerdiğini, hem de bireyin kendi izlenimlerini kontrol etme çabasını içerdiğini öne sürmüşlerdir. Bireyler kendileri hakkında da bazı inançları sürdürmeye güdülenmektedirler. Buna da “kendine kendini sunma” (self-presentation to the self) denmektedir.

Bireyler başkaları üzerinde izlenim oluştururken, insanlar tarafından hoş karşılanmayacak bilgileri gizleyip, olumlu izlenimi oluşturacak bilgileri sunarak kendileri hakkında oluşacak izlenimleri bilinçli (taktik) olarak kontrol etmektedirler (Schlenker & Weigold, 1992). Çünkü insanlar birbirlerini olumlu ya da olumsuz yönleriyle hatırlamaktadırlar; “iyi insan”, “yardım sever insan” gibi (Kağıtçıbaşı, 1999). Bireyler bazen kendilerinin de doğru olmadığını bildikleri imajları sunarak bir anlamda yalan söylemektedirler. Ancak olumsuz imaj sergilemek her zaman görülmeyen istisnai bir durum olmakla birlikte sık kullanılması durumunda zamanla kişilerarası ilişkileri zedeleyebileceği de olasıdır. (Baumeister & Jones, 1978; Schlenker, 1980).

Bireyin oluşturmaya çalıştığı izlenimler çoğunlukla olumlu ve sosyal olarak beğenilir olmasına rağmen, kendini sunma saf onaylanma arayışından daha öte bir şeydir. Bireyler, önemli sosyal hedeflere ulaşmalarına yardım olacağını düşündüklerinden, bazen kendileri hakkında olumsuz imajlar sunup diğerlerinin iyiliğine kendilerini adayabilirler. Birey, kendi toplumsal imgesini koruma ve geliştirmeye ne kadar çaba gösterse de, zaman zaman kendini sunma hataları kaçınılmaz olarak gerçekleşmektedir. Olumsuz izlenimler yansıtmak, bireyin utangaçlık gibi duygular yaşamasına neden olmaktadır. Bu da bireyin kazanmış olduğu sosyal imajı değiştirmek için, davranışsal çabalara girişmesine yol açmaktadır. Ancak utangaçlık rahatsız edici bir durum olduğu için, birey genellikle kendini sunma hatalarından kaçınma arzusu içindedir (Miller, 1986; Miller & Leary, 1992).

Sosyal kaygı yaşayan bireyler, özellikle iyi bir izlenim bırakmak için verdikleri izlenimin kötü olmamasını sağlamak için “kendini sunma stratejisi” geliştirirler ya da kendini sunmada daha iyi olan kişilerden uzak durmayı tercih ederler. Başkaları tarafından beğenilmediğine inanan bireyler, savunucu kendini sunma strateji biçimini benimserler. Bu kişiler daha kapalı ve daha az arkadaş canlısı haline gelirler (Curtis & Miller, 1986). Savunucu ilişki biçimi diğer modellerde görülen kaçınmayla yakın ilişkilidir. Sosyal kaygı yaşayan bireylerde kendileriyle ilgili olumsuz düşüncelerin var olması, kendilerine olan güvenlerinin düşük olmasıyla ilişkilidir.

2. Kendini Sunma Taktik ve Stratejileri

Kendini sunma davranışları dört kategoride değerlendirilmektedir. Bunlar 1. Savunucu kendini sunma taktikleri, 2. Atılgan kendini sunma taktikleri, 3. Savunucu kendini sunma stratejileri ve 4. Atılgan kendini sunma stratejileridir. Aşağıda dört kategoriye de örnekler verilmiştir. Savunucu kendini sunma taktikleri için bahane bulma, atılgan kendini sunma taktikleri için yetki kazanma girişimleri, savunucu kendini sunma stratejileri için kaygıyı test etme, ve atılgan kendini sunma stratejileri için ise çekicilik örnek olarak verilebilir. Kendini sunma stratejileri uzun vadeli kimlik oluşumuna yönelik iken, kendini sunma taktikleri ise kısa vadede izlenim yönetme amaçlı kullanılmaktadır. Kendini sunma taktikleri spesifik davranışlar üzerine yoğunlaşmaktadır. Oysa kendini sunma stratejileri bireyin oluşturmakta olduğu kimlikler üzerinde durur. Tek bir kimliğin oluşturulması sırasında pek çok kendini sunma taktiği kullanılabilir. Savunucu kendini sunmalar, istenilen kimliği bozacak veya tehlikeye düşürecek bir olay gerçekleştiğinde ortaya çıkmaktadır. Savunucu kendini sunma, kimliği düzeltmeye ya da istemeyerek yapılan bir davranışın olumsuz etkilerini hafifletmeyi amaçlamaktadır. Atılgan kendini sunmalar ise, belirli bir kimlik oluşturmak için aktivite öncesi sergilenen davranışlardır (Lee ve Ark, 1999).

Kendini Sunma Taktik Türleri

Savunucu ve atılğan kendini sunma taktiklerinin birbirlerininkinden farklı amaçları vardır. Atılğan kendini sunma taktikleri kimlik yaratmaya yönelik iken savunucu taktikler bozulmuş kimliği savunmak veya düzeltmek için kullanılmaktadır. Bu kullanım biçimlerine göre aşağıda savunucu ve atılğan kendini sunma taktiklerine örnekler verilmiştir.

Savunucu Kendini Sunma Taktikleri;

- a) Bahaneler (*excuses*): Bireylerin olumsuz olayların sorumluluğunu üstünden atmak için kullandıkları sözler.
- b) Mazeretler (*justifications*): Bireyin olumsuz davranışlarının sorumluluğunu kabul ederek bu davranışları haklı çıkarmak için nedenler bulması.
- c) Reddetme (*disclaimers*): Bireyin zor durum oluşmadan önce kendi isteği doğrultusunda açıklamalar yaparak durumu reddetmesi.
- d) Kendini Engellemeler (*self-handicapping*): Bireyin başarısızlığı konusunda dışardan gelebilecek müdahaleleri ortadan kaldırmak amacıyla kendine koyduğu engellemeler.
- e) Savunmalar (*apologies*): Bireylerin başkalarına verdikleri zararın sorumluluğunu kabul eden itiraflarda bulunma, suçluluk ve vicdan azabı ifadeleri.

Atılğan Kendini Sunma Taktikleri

- a) Yağ çekme (*ingratiation*): Bireyin başkalarına kendini beğendirip onlardan çıkar sağlamak için yaptığı hareketler. Benliğini güçlendirici iletişim kurma, dalkavukluk, iyilik yapma veya hediye verme şeklinde olabilir.
- b) Gözdağı verme (*indimidation*): Bireyin güçlü ve tehlikeli bir kimliği yansıtan davranışlarda bulunması. Gözdağı verme taktikleri korkuyu başkalarına yönlendirme ve olası tehditlerin etkisini arttırmak için kullanılır.
- c) Yalvarma (*supplication*): Birey kendini zayıf bir kişi olarak yansıtarak karşısındakinin yardımına ihtiyacı olduğunu gösterir.
- d) Yetki alma (*entitlement*): Birisi tarafından başarı kazanımı ve sorumluluğun bireye verilmesi.

e) Değerini artırma (*enhancement*): Bireyin karşısındakileri, kendi davranışının sonuçlarının inanıldığından daha olumlu olduğuna ikna etmesi.

f) Kendini rahatlatma (*basking*): Bireyin kendisini olumlu algılanan bir kişi yada gruba ilişkilendirerek ait olduğu bu grubun değerli olduğunu iddia emesi.

g) Çamur atma (*blasting*): Bireyin birlikte olduğu kişi ya da grupların olumsuz olarak değerlendirilmesine neden olan konuşma ya da kasti davranışı.

h) Model olma (*exemplification*): Bireyin ahlaki açıdan değerli ve dürüst olduğunu sergileyen davranışı. Bu taktiği kullanarak birey saygı ve beğeni kazanabilir, başkaları tarafından model alınabilir.

3. Kendini Sunma Modeline Göre Sosyal Kaygının Ölçülmesi

Sosyal kaygının bir çok farklı türü bulunmaktadır ve bu türlerin tümü tek bir tepkiyi yansıtmaktadır. Eğer sosyal kaygı bir randevulaşma süresinde ortaya çıkarsa buna çıkma kaygısı, eğer bir aktör rol sergilerken gerçekleşirse buna da sahne korkusu denilmektedir. Kaygının gerçekleştiği durumlar, teker teker düşünülerek sonsuz sayıda kaygı adlandırılabilir. Elbette ki sosyal kaygıyı her gerçekleştiği duruma göre ele almak çok da pratik görülmemektedir. Ancak gerçekleştikleri duruma dayalı olarak sosyal kaygıyı iki sınıfa ayırmak yararlı olabilir. Bu ayırım, bireylerin kurmuş oldukları ilişki biçimi bağlamında, etkileşim ve izlenme kaygısı olarak yapılabilir (Leary, 1983).

Kişilerarası ilişkiler bağımlı ve bağımlı olmayan ilişkiler olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Bağımlı ilişkilerde bireyin tepkileri, başka bireylerin tepkilerine bağlıdır. Her ne kadar birbirine bağımlı bir ilişkide karşılıklı konuşma, bireylerin amaçları doğrultusunda devam etse de, bazen karşıdaki kişinin vermiş olduğu tepkiye göre anlık tepki değişiklikleri de sözkonusu olabilmektedir. Birbirine bağlı olmayan ilişkilerde ise birey çoğunlukla kendi planlarına göre hareket etmektedir. Örneğin bir aktör veya daha önceden hazırladığı konuşmayı yapan bir kişi, sadece hazırlamış olduğu konuşmayı yerine getirmektedir. Böyle bir rolü üstlenen bireyler, seyircileri ile karşı karşıya ama onlarla bağımlı olmayan bir ilişki içindedirler. Birbirine bağlı

olmayan ilişkide davranışlar çok az kişinin tepkilerine rastlansa da tamamen metne dayalıdır (Leary, 1983).

Bağımlı ya da bağımsız ilişkiler arasında yapılacak ayırım tüm sosyal kaygıları iki sınıfa indirgememize yardımcı olmaktadır. Bağımlı ilişkilerden kaynaklanan kaygılar arasında utangaçlık, çıkma kaygısı, karşı cins kaygısı ve kişilerarası kaygılar yer almaktadır. En kapsamlı terim olduğu için, bağımlı ilişkilerden kaynaklanan sosyal kaygıya utangaçlık terimi uygun görülmüştür. Ancak utangaçlık, çoğu zaman beceri eksikliğine de gönderme yaptığından ve sosyal kaygıya ek olarak çekingenlik davranışlarına da imada bulunduğundan, bağımlı ilişkilerden kaynaklanan sosyal kaygı için, “etkileşim kaygısı” terimi kullanılmaktadır (Leary, 1983).

Birbirine bağımlı olmayan ilişkilerde ortaya çıkan kaygılar arasında konuşma kaygısı, iletişim tedirginliği, sahne korkusu ve seyirci kaygısı yer almaktadır. Bu tür kaygı yaşayan bireylerde karşılıklı etkileşim kurma korkusu yerine, kendilerini izleyen bir grup olduğu için izlenme korkusu bulunmaktadır. Bu doğrultuda bağımlı olmayan ilişkilerden kaynaklanan sosyal kaygı için de “izlenme kaygısı” terimi kullanılmaktadır (Leary, 1983).

Etkileşim ve İzlenme kaygısı arasındaki ayırım, kavramları kategorilere ayırarak sınıflandırmış olmaktan daha fazla bir öneme sahiptir. Her ne kadar bütün sosyal kaygı vakaları, (bireyin başkalarına nasıl görüldüğü konusunda kaygılanması gibi) tek kaynaktan ortaya çıksa da, bazı özelliklere sahip olan bireylerin bu kaygı türlerinden birisini daha fazla yaşama eğilimine sahip olduğunu göstermektedir. Bağımlı ilişkilerde insanlar, ilişki devam ederken bazen karşılarındaki kişilere verecekleri tepkilerde planlarını yeniden gözden geçirmek zorunda kalmaktadırlar. Böylece ilişki içinde nasıl tepki verecekleri konusunda bir takım şüphelere düşmektedirler. Hangi nedenle olursa olsun, çabuk ya da zekice tepki veremediklerini hisseden insanlar etkileşim kaygısı yaşayabilirler. Ancak bu bireyler ne konuşacaklarını daha önceden planladıkları için izlenim kaygısını yaşamayabilirler. Öte yandan bir seyircinin önünde kendilerini etkili bir şekilde

sunmak için gerekli becerilerden yoksun olduklarını hisseden insanlar da olabilir. Ancak bu insanlar başkaları ile sözel ilişki kurarken, ya da sohbet ederken kendilerini rahat hissedebilirler. Bu insanlar izlenme kaygısı açısından yüksek, etkileşim kaygısı açısından da düşük kaygıya sahip bireylerdir. Genellikle sosyal kaygı yaşayan bireylerde iki kaygı türünün ikisi de görülmektedir. Bu doğrultuda sosyal kaygının belirlenebilmesi için bireylere hem etkileşim hem de izlenme kaygısı ölçeklerinin uygulanması gerekmektedir (Leary, 1983).

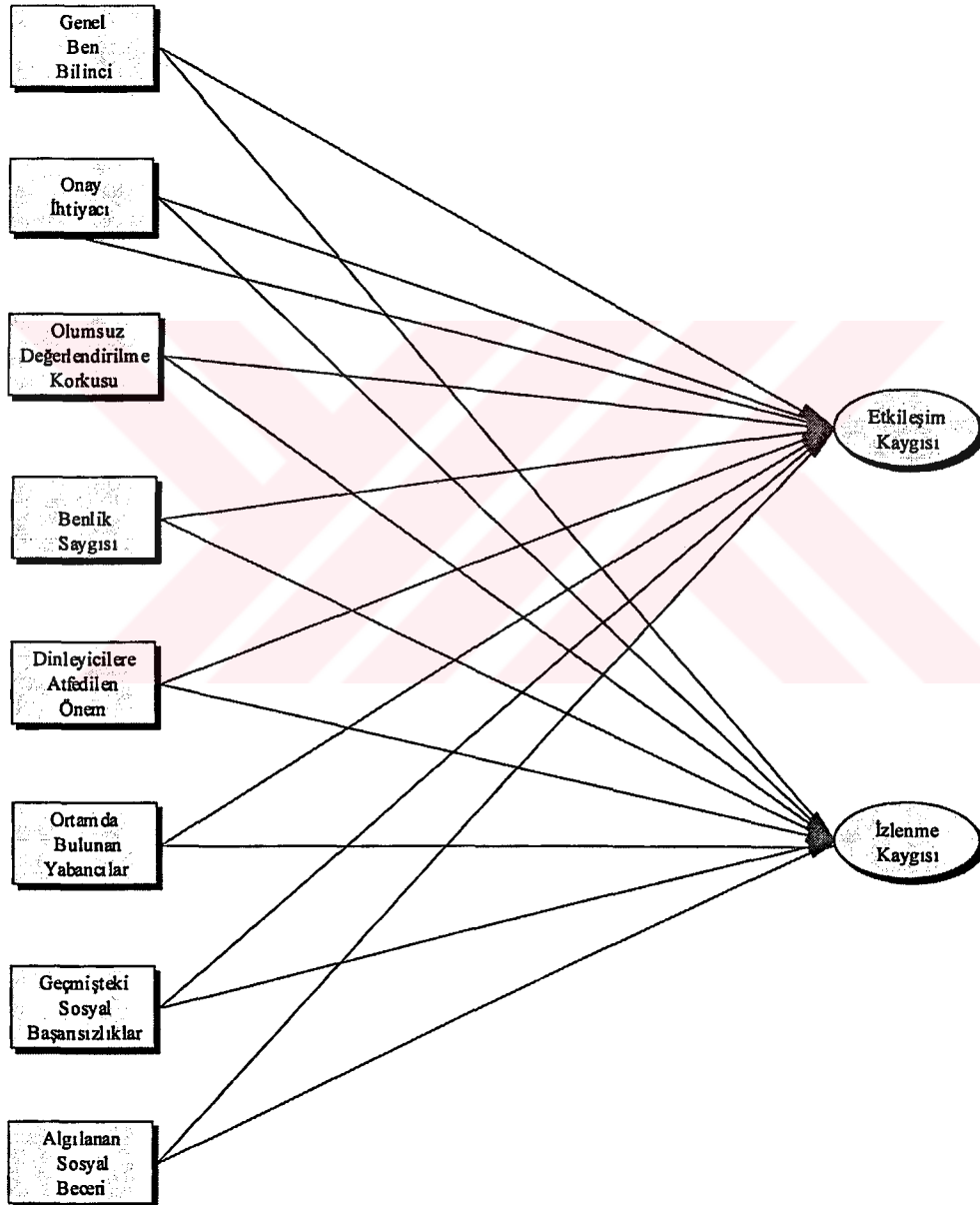
4. Kendini Sunma Modeline Göre Sosyal Kaygıya Etki Eden Faktörler

Kendini sunma modeline göre kaygı, olumlu izlenim oluşturma konusunda bireyi endişeye düşüren bir takım durumsal ve eğilimsel faktörlerden kaynaklanmaktadır. Sosyal kaygıyı etkileyen eğilimsel faktörleri *genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, düşük benlik saygısı, algılanan sosyal beceri eksikliği ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar* oluştururken, durumsal faktörleri ise *dinleyicilere atfedilen önem ile ortamda bulunan yabancılar* oluşturmaktadır. Bu model, ilişkide bulunduğumuz farklı insanların (dinleyicilerin) rolünün önemini de vurgulamaktadır. Oldukça büyük sayıda bir grup ya da otorite sahibi insanların varlığı daha fazla sosyal kaygıya neden olmaktadır (Bruch & Heimberg, 1994).

Bu doğrultuda kendini sunma modeli açısından sosyal kaygıyı etkileyen değişkenlerin sosyal kaygıyla olan ilişkileri aşağıdaki diyagramda gösterildiği gibidir.

Diyagram 1’de genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri ile bağımlı değişkenler olan etkileşim ve izlenme kaygısı arasındaki ilişki görülmektedir.

Diyagram 1
Kendini Sunma Modeline Göre
Etkileşim Ve İzlenme Kaygısına Etki Eden Değişkenler



D. SOSYAL KAYGI VE KENDİNİ SUNMA MODELİYLE İLGİLİ YAPILMIŞ ARAŞTIRMALAR

1.Yurt Dışında Yapılmış Araştırmalar

Aşağıda sosyal kaygı ve kendini sunma modeliyle ilgili yurt dışında yapılmış bazı araştırmalara yer verilmiştir.

Snyder (1974) yapmış olduğu çalışmada, insanların kendini ayarlama davranışlarını, atılgan ve savunma amaçlı kendini sunma stratejilerini kullanarak gerçekleştirdiklerini ortaya koymuştur. Snyder, kendini ayarlaması yüksek insanların, içinde bulunduğu sosyal ortama uygun olmayan bir duygusal durumu gizleyerek ortama uygun olan bir duygusal durum yaşıyormuş imajı sergilediklerini vurgulamaktadır. Kendini ayarlaması düşük olan bireylerin ise içinde yer aldıkları sosyal ortamın beklentilerini dikkate almayarak içlerindeki gerçek duygu, tutum ve inançları doğrultusunda hareket ettiklerini belirtmiştir.

Arkin (1981)'de kendini ayarlamaya farklı bir boyut getirmektedir. Savunma amaçlı kendini sunma stratejilerini gösteren kişiler, toplum tarafından reddedilmekten korkmaktadırlar. Oysa atılgan kendini sunma stratejilerini gösteren kişiler sosyal güç ve statü kazanmayı amaçlamaktadırlar. Bu bakış açısına göre toplumsal hayattan hoşlananlar ve rol yapanlar aslında kazanım amaçlı olarak kendini ayarlama davranışı göstermektedirler. Oysa sosyal çevrenin beklentisi doğrultusunda hareket eden insanlar ise korunma amaçlı kendini ayarlama davranışı göstermektedirler

Gangestad & Snyder (1985), kendini ayarlamanın çok boyutlu kavramlardan oluştuğunu ortaya koymuşlardır. Gangestad & Snyder'in yapmış olduğu çalışmalarda kendini ayarlamayla ilgili üç faktör bulunmuştur. Bunlardan birincisi dışa dönük veya toplum hayatından hoşlananlar; her zaman ilgi odağı olmak isteyen kişiler ve eğlence toplantılarının vazgeçilmez insanlarıdır. İkincisi, sosyal ortamın beklentileri doğrultusunda hareket edenler; çoğunluğun fikirlerini öyle olmadığı halde kendi

fikirleriymiş gibi gösterenlerdir. Üçüncüsü ise rol yapan kişilerdir. Kendi içinde bulundukları durumlarını dramatize ederek insanların ilgisini çekmeye çalışırlar.

Nowock & Kommer (1987), kendini sunma stratejileri üzerine Almanya'da yaptıkları çalışmayla İspanya ve Amerika'da yapılan çalışmalar arasındaki benzerliğe dikkat çekmişler ve çalışmaların yaklaşık aynı sonuçlar gösterdiğini vurgulamışlardır. Almanya'da öğrenim gören Fransız, Alman ve İngiliz öğrencilerin, kendini sunma stratejilerini kullanıp kullanmadıklarını, eğer kullanıyorlarsa hangi durumlarda kullandıklarını araştırmışlardır. Araştırmada, her üç gruptaki öğrencilerin de kendini sunma stratejilerini kullandıkları ortaya çıkmıştır. Gruplar birbiriyle karşılaştırıldıklarında sergilemiş oldukları kendini sunma stratejilerini arasında çok da farklılık olmadığı bulunmuştur. Sonuç olarak, kendini sunma stratejilerini göstermede kültürlerarası bir farklılığın olmadığı belirtilmiştir.

Kowalski ve Leary (1990), araştırmaları kapsamında iki deney yapmışlardır. Deneylerin her ikisinde de 96 kişi kullanılmıştır. Çalışmada insanların kullanmış oldukları kendini sunma stratejilerini araştırmışlardır. Amaç; bireylerin olumsuz bir tepkiyle karşılaştıklarında yeni bir kendini sunma stratejisi geliştirip geliştirmediklerini ortaya koymaktır. Ayrıca bireylerin geliştirmiş oldukları yeni stratejilerin kendileri üzerinde ne gibi bir etki yaptığı da incelenmiştir. Birinci Deneyde insanlar iş yaparlarken gözlenmiş ve o işe uygun olup olmadıklarını kendi niteliklerine bakarak karar vermeleri istenmiştir. Böylece sahip oldukları niteliklere göre yapmış oldukları işe kimin uygun olduğuna kendileri karar vermişlerdir. Bu deneyde bireylerin kendilerini daha iyi göstermeye çalıştıkları görülmüştür. İkinci deneyde ise araştırmaya katılan bireylerin çalıştıkları işte başlarına baskıcı ve otoriter bir şef konulmuştur (itici uyarıcı). İnsanların böyle bir durumdayken kendini sunma stratejisi geliştirip geliştirmediklerine bakılmıştır. Sonuç olarak, bireylerin itici uyarıcı yokken de, itici uyarıcıyla (olumsuz tepkiyle) karşılaştıklarında da yeni stratejiler geliştirdikleri görülmüştür. Ancak bireylerin benlik saygısı yüksekse itici uyarıcı karşısında yeni stratejiler geliştirmedikleri tespit edilmiştir.

Leary ve arkadaşları (1994), yapmış oldukları çalışmada, insanların günlük yaşamdaki hemcinsleriyle ve yakın oldukları insanlarla kurdukları ilişkilerde, kendilerini sunarken neyi hedeflediklerini araştırmışlardır. Araştırma kapsamına alınan bireylerin, Rochester Etkileşim Kaydı kullanılmak suretiyle günde en az 10 dakika sosyal bir grup içindeki etkileşimleri gözlenmiştir. Bireylerin kurdukları ilişkilerde, beğenilme, yeterli olma, etik olma ve ilgi çekme davranışlarını ne kadar gösterdikleri araştırılmıştır. Ayrıca insanların kurdukları etkileşimlerde sinirlenip sinirlenmedikleri de gözlenmeye çalışılmıştır. Genelde insanların sosyal ilişkilerde, daha az bile tanışalar hemcinsleriyle, iyi tanıdıkları karşı cinsten birine göre kolay ilişki kurdukları, bu nedenle de kendini sunma motivasyonlarının düşük olduğu ortaya çıkmıştır. Ayrıca aynı tanışıklık düzeyindeki hemcins ve karşı cinslere karşı gösterilen kendini sunma motivasyonuna bakıldığında ise karşı cinse, daha yüksek düzeyde gösterdikleri gözlenmiştir.

Sanz ve Grana (1994), İspanya'da yaptıkları çalışmada benlik saygısının sosyal hayattan hoşlanmayla ilişkili olduğunu ortaya koymuşlar ve sosyal çevrenin beklentisi doğrultusunda hareket eden insanların benlik saygılarının düşük olduğunu vurgulamışlardır. Bu çalışma da daha önceki çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Çalışmanın sonucunda toplumsal hayattan hoşlanan insanların daha sosyal ve benlik saygılarının yüksek olduğu, aynı zamanda da hiçbir utangaçlık belirtisi göstermedikleri ortaya çıkmıştır. Oysa sosyal çevrenin beklentisi doğrultusunda hareket eden bireylerin, az ya da çok sosyal hayatla sorunlarının olduğu görülmüştür ki bu kişiler utangaç ve benlik saygıları düşüktür.

Leary (1995), yapmış olduğu diğer bir araştırma da, insanların kendini sunma stratejilerini, sosyal ortamda daha iyi bir izlenim bırakmak için kullandıklarını ortaya koymuştur. Eğer bir kişide, toplum tarafından beğenilme kaygısı, güvensizlik, kendini beğenmişlik gibi olumsuz özellikler varsa, bunların yok olmasında kendini sunma stratejileri etkili olmaktadır. Bireyler kendini sunma stratejileri kullanarak insanlar üzerinde istedikleri imajları oluşturmaya çalışırlar. Eğer istedikleri imajı oluşturmada başarılı olmuşlarsa toplum tarafından beğenildiklerini düşünürler ve kendilerine olan güvenleri de artmış olur. Ayrıca bu araştırmada, insanların diğer

insanlar üzerinde olumlu izlenimler bırakamadıklarında, davranışsal ve duyuşsal olarak bazı sorunlar yaşadıkları sonucuna varılmıştır.

Leary ve arkadaşları (1996) utanmanın kişilerarası modelini test etmeye çalışmışlardır. Bu modele göre, kendini sunma stratejilerini iyi olan bireyler, utangaç insanların iyi bir sosyal imaj oluşturmalarında etkili olmaktadır. Araştırmaya alınan 72 lise öğrencisi üzerinde 2 ayrı deney yapılmıştır. Deney 1’de, öğrencilere iki kez test uygulanmıştır. İlk uygulamada öğrencilere kendilerinin utangaç olduklarının testi uygulayan kişiye söylendiği açıklanmıştır. Bu uygulamada öğrencilerin test esnasında daha rahat oldukları gözlenmiştir. Ancak ikinci uygulamada öğrencilere testi uygulayan kişiye kendilerinin utangaç olduklarının söylenmediği bildirilmiştir. Bu uygulamada ise öğrencilerin utangaç davranışlar sergiledikleri görülmüştür. Deney 2’de ise 72 öğrencinin içinden daha utangaç olan 48’i alınmıştır. Bu 48 öğrenciye utangaçlık belirtileri anlatılmış ama yüz kızarmasının utangaçlıkla ilgisi olmadığı söylenmiştir. Yüz kızarmasının utangaçlık belirtisi olmadığını düşünen öğrencilerin, sosyal imajlarını düzeltmek kendini sunma stratejileri geliştirdikleri ve utangaçlık sorunundan daha az etkilendikleri görülmüştür.

Avia ve arkadaşlarının (1998) yapmış oldukları araştırmada biri halktan diğeri üniversite öğrencilerinden olmak üzere iki örneklem kullanılmıştır. Her iki örnekleme de “Kendini Ayarlama Ölçeği” uygulanmıştır. Bu araştırmanın sonucunda kendini ayarlama davranışının dışa dönüklük ve deneyime açık olmayla bağlantılı olduğu görülmüştür. Daha önceki yapılmış araştırmalarla bu araştırmanın sonuçları benzerlik göstermektedir ve kendini sunmanın iki türünü ortaya koymaktadır. Bunlar atılma ve savunma amaçlı kendini sunmadır.

Chiu ve arkadaşları (1998), kişilerin kendileri hakkında kalıp yargılar oluşturduklarını ileri sürmüşler ve bu kalıp yargıları araştırmışlardır. Hong Kong’ta Çinlilerle iki ayrı deney yapılmıştır. Bunların birinde toplumun oluşturduğu kalıp yargıların diğer insanlarla kurulan ilişkide bireyi nasıl etkilediği, diğer deneyde ise bireylerin kendileri hakkında oluşturdukları kalıp yargıların sosyal ilişkilerde kendilerini nasıl etkilediği araştırılmıştır. Deney 1’de kız ve erkek üniversite

öğrencileriyle çalışılmış ve cinsiyetle ilgili kalıp yargıların kadın ve erkekleri nasıl etkilediği ele alınmıştır. Bu çalışmada tüketiciye yönelik hazırlanan reklamlardan yararlanılmıştır. Reklamların cinsiyetler üzerinde belirli bir ön yargı oluşturduğu düşünülerek bu ön yargının kadın ve erkekler üzerindeki etkisi incelenmiştir. Deney 2’de de yaş ortalaması 15 olan lise öğrencileri çalışma kapsamına alınmıştır. Burada da cinsiyete bağlı kalıplaşmış yargıların kız ve erkek öğrencilerde kendini sunma davranışını nasıl etkilediği araştırılmıştır. Sonuçta toplumun bireylere informal yollarla öğrettiği, kendileriyle ve başkalarıyla ilgili oluşturdukları kalıp yargıların kendini sunma davranışı üzerinde etkili olduğu ortaya çıkmıştır.

Lee ve arkadaşları (1999), daha önce yapılan çalışmalarda, kendini sunmayla kendini ayarlama arasındaki ilişkilerin araştırıldığını vurgulamışlardır. Yapılan bu çalışmalarda kendini sunmanın sadece pozitif yönünün araştırıldığını, bireylerin kullandıkları kendini sunma taktiklerinin araştırılmadığını söylemişlerdir. Bu gerekçeyle yola çıkarak, bireylerin kullandıkları kendini sunma taktiklerini araştırmak için bir çalışma yapmışlardır. Çalışmada öncelikle “Kendini Sunma Taktikleri Ölçeği” (Self-Presentation Tactics Scala) hazırlamışlardır. Böylece bireylerin kendini sunma taktiğini kullanmadaki bireysel farklılıkları araştırmışlardır. Bu doğrultuda bireylerin kendini sunma davranışını göstermedeki cinsiyet farklılıkları da belirlenmeye çalışılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda kendini sunmanın iki boyut olduğu görülmüştür. Birincisi savunma ikincisi ise atılganlık boyutudur. Genel olarak bu iki tip boyut da birbiriyle bağlantılıdır. Araştırmanın sonucunda, erkeklerin kendini sunma taktiklerinden atılgan olanını daha çok kullandıkları görülmüştür .

Li (1999)’nin yapmış olduğu çalışmada, kendini sunmanın özellikleri araştırılmıştır. Araştırmada Çinlilerin gösterdikleri kendini sunma davranışının kişilik açısından farklılaşıp farklılaşmadığı ortaya konmaya çalışılmıştır. Ayrıca kişiliğin kendini ayarlama ve sosyal kaygıyla olan ilişkisi de incelemiştir. Aynı zamanda kendini sunmaya durumsal açıdan da bakılmıştır. Araştırma kapsamına 213 Çinli üniversite öğrencisi alınmıştır. Bunlara Kendini Ayarlama Ölçeği, Sosyal Kaygı Ölçeği ve Etkileyici Yönetim Kontrol Listesi uygulanmıştır. Sosyal ortamlar

ve özel durumlarla ilgili 45'er tane nitelik belirlenmiştir. Araştırmaya katılanların kendini sunma davranışı esnasında göstermiş oldukları aktivitelerdeki farklılıklar belirlenmeye çalışılmıştır. Böylece katılımcıların kendini sunma ve sosyal kaygılarının düzeyi ortaya konmuştur. Araştırma sonucunda Çinlilerde kendini sunmanın sadece sosyal kaygıdan kaynaklanmayıp ahlaki bir boyutunun da olduğu ortaya konmuştur. Zaman zaman bireylerin sosyal kaygı endişesinin dışında da Çin kültürünün etkisiyle kendini sunma davranışında bulundukları sonucuna varılmıştır.

Martin ve Leary (1999), yapmış oldukları çalışmada, insanların göstermiş oldukları sağlıklı davranışların, kendini sunma yöntemi kullanılarak düzeltilebildiğini ortaya koymaya çalışmışlardır. Çalışmaya bir grup üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Öğrencilere kokteyl, yemek, seyahat gibi sosyal bir ortamda genel olarak insanların kendilerinden nasıl bir beklentileri olduğu konusunda bilgiler verilmiş ve kendilerinden bu beklentiler doğrultusunda davranışta bulunmaları istenmiştir. Beklenen davranışları gösterdiklerinde diğer insanlar üzerinde olumlu izlenimler bırakacakları konusunda bilgilendirilme yapılmıştır. Araştırma sonucunda toplum tarafından kabul görmeyen bir çok davranış rahatlıkla yapabilen öğrencilerin artık o davranışlardan uzaklaştıkları görülmüştür. Örneğin başkasının bardağındaki suyu içmede sakınca görmeyen bir öğrencinin kendini sunma davranışı sayesinde çevresindekiler tarafından hoş karşılanmayacağı düşüncesiyle bu davranıştan vazgeçtiği ortaya çıkmıştır.

Honoree (2000)'nin yapmış olduğu çalışmanın amacı, kişiliğin kendini sunma davranışını nasıl etkilediğini belirlemektir. Araştırmada ortalama 22 yaşında yükseköğretim öğrencisi olan ve aynı zamanda en az 6 yıl iş deneyimi olan kişilere kendini sunmayla ilgili sorular sorulmuştur. Ayrıca, kişilerin kendini sunma davranışlarını belirlemek için de senaryolar uygulanmıştır. Sonuçta bireylerin, sahip oldukları kişilik özelliklerinin sergilemiş oldukları davranışlarda etkili olduğu saptanmıştır. Bunun tersi olan iletişim sürecinin geçtiği ortamların, kendini sunma üzerinde etkisi daha az görülmüştür.

Martin ve arkadaşları (2000), kendini sunma davranışıyla yaş arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Araştırma sonucunda kendini sunma davranışının genç insanlar tarafından çok da fazla kullanılmadığı, bunun yanında yetişkin insanların kendini sunma davranışına oldukça sık baş vurdukları görülmüştür. Ayrıca bu araştırma, daha önceki yapılmış olan araştırmaların da bulgularını destekler nitelikte kendini sunma davranışının, yaşa, sağlığa, fiziksel görünüme ve kendine güvene göre değiştiğini ortaya koymuştur.

Pontari ve Schlenker (2000)'in yapmış oldukları çalışmada, bireylerin belli bir işle uğraşmaları yani meşgul olmaları durumunda daha dışa dönük oldukları ve kendini sunma açısından, bilişsel olarak istedik yönde davranışlar sergiledikleri ortaya çıkmıştır. İnsanlar tarafından istenmeyen kendini sunuş biçimi, bireylerin meşguliyet durumuna göre değişmektedir. Bireyler, işleri azaldıkça içe dönük, meşguliyetleri arttıkça da dışa dönük olarak görülmektedirler. İçe dönük bireylerin sosyal kaygıya sahip oldukları, ancak meşgul oldukları zamanlarda kendilerine bakışlarının daha olumlu olduğu ve böylece sosyal kaygılarının da azaldığı ortaya çıkmıştır.

Heatherington ve arkadaşlarının (2001), yapmış olduğu çalışmada, kız ve erkeklerin birbirleriyle etkileşim halindeyken akademik ortalamalarını söylemeleri istendiğinde cinsiyetin etkisi olup olmadığı sınıanmıştır. Katılımcılar, 40 erkek, 46 kız toplam 86 üniversite öğrencisidir. Öğrencilerin akademik ortalamalarını tahmini olarak söylemeleri istendiğinde; bir kısım öğrenci ortalamalarının düşük olduğunu söylerken, başka bir kısım öğrenci de akademik performanslarıyla pek ilgilenmediklerini belirtmişlerdir. Kızlar ve erkekler akademik ortalamalarını tahmin ederken karşılaştırılmıştır. Tüm öğrenciler akademik başarılarının yüksek olduğunu dile getirmişlerdir. Erkekler kızlarla karşılaştırıldıklarında ise akademik başarılarını, daha yüksek olarak göstermişlerdir. Bu çalışmada, kadınların akademik ortalamalarını gerçek performanslarının altında gösterdiklerinden, kendilerine güvenlerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kadınların kendilerini değerlendirmelerinin, sosyal ortama bağlı olarak değiştiği, belli sosyal ortamlarda, kendilerine güvenlerinin düşük olduğu belirlenmiştir.

Levesque ve arkadaşları (2001), kendini engellemenin kendini sunma üzerindeki etkisini araştırmak için bir çalışma yapmışlardır. Araştırma kapsamına, deney ve kontrol grubu olmak üzere 2 grup yüksekokul öğrencisi dahil edilmiştir. Deney grubundaki öğrencilere, girecekleri önemli bir sınavdan 1 gün önce, ilgilerini çekecek bir etkinlik (tiyatro) yapılmıştır. Ancak bir gün sonraki sınav her iki grup için de çok önemli bir sınavdır. Deney grubundaki öğrenciler, sosyal bir ortam olan tiyatroya gitme veya sınava hazırlanma sorumluluğunu yerine getirme gibi bir ikilem karşısında kalarak ders çalışma yerine tiyatroya gitmişlerdir. Kontrol grubu ise etkinliğe katılmayarak bir sonraki gün olacak olan sınava hazırlanmışlar ve sınavda başarılı olmuşlardır. Deney grubundaki öğrencilerin karşı karşıya kalmış oldukları ikilem, öğrencilerin başarılı olabilecekleri bir sınavda başarısız olduklarını ortaya koymuştur. Sonuç olarak araştırmaya katılan öğrencilerin sorumluluklarını yerine getirme yerine sosyal aktiviteye katılarak toplum hayatından hoşlanan bireyler olduklarını gösterme eğilimi yaşadıkları görülmüştür.

Rossell ve Hartman (2001)'in yapmış oldukları çalışmada feminizm ve cinsiyet ayrımcılığının kendini sunma davranışını etkileyip etkilemediği araştırılmıştır. Araştırma kapsamına 58 kadın ve 45 erkek alınmıştır. Yapılan gözlem sonucu erkeklerin feminizm konusuyla ilgili kendini sunma davranışlarını büyük grup içinde küçük gruplara göre daha çok kullandıkları görülmüştür. Kadınların ise feminist damgası yemekten korkmadıklarından kendini sunma davranışını küçük gruplarda daha fazla gösterecekleri beklenirken grubun büyüklüğünün etkili olmadığı görülmüştür. Ayrıca erkeklerin sosyal ortamlarda, sosyal eşitliğe önem veren davranışları daha çok sergiledikleri görülmüştür. Bunun nedeni de erkeklerin, kendilerini kadınların bu şekilde daha ilgi çekici olarak göreceklarine inanmalarından kaynaklanmaktadır. Bu çalışmanın sonucunda, erkeklerin büyük sosyal grupların içinde kadınların daha çok ilgisini çekeceğinden feminist söylemlerde bulundukları görülürken, kadınların ise grubun büyüklüğü farketmeksizin her türlü ortamda feminizmle ilgili görüşlerini ortaya koyabildikleri ortaya çıkmıştır.

Jackson ve arkadaşları (2002), yapılan bir çok araştırmada utangaçlık ve yalnızlık arasında yüksek bir bağ olduğunun ortaya çıktığını, ancak bunların çok azının utangaçlıkla yalnızlık arasındaki bağın nedenini açıkladığını söylemişlerdir. Bu nedenle kendi çalışmalarında ilk olarak, utangaçlıkla sosyal desteğin kendini sunmayla bağlantısını, ikinci olarak da utangaçlıkla yalnızlık arasındaki bağlantıyı araştırmışlardır. Yaşları 17-53 arasında değişen 255 yüksekokul öğrencisi, utangaçlık, yalnızlık, reddedilme beklentisi, kişilerarası yeterlilik değişkenlerine ait soruları cevaplandırmışlardır. Toplanan verilerden elde edilen puanlar üzerinden Path analizi yapılmıştır. Bunun sonucunda yüksek düzeydeki utangaçlıkların, savunma taktikli kendini sunma biçimine bağlı olduğu görülmüştür. Kişilerarası yeterliliği düşük olan bireylerin ise sosyal destek görmedikleri ortaya çıkmıştır. Ayrıca yalnızlık ve utangaçlık, sosyal destekle kontrol altına alınmış olsa bile aralarında yüksek bir ilişki söz konusudur. Bulgular, savunma amaçlı kendini sunma stili ile sosyal desteğin, utangaçlıkla da yalnızlığın direk olarak birbiriyle bağlantılı olduğunu göstermektedir.

2. Yurt İçinde Yapılmış Araştırmalar

Aşağıda sosyal kaygı ve kendini sunma modeliyle ilgili yurt içinde yapılmış bazı araştırmalara yer verilmiştir.

Öztaş (1996), yapmış olduğu çalışmada, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinde demografik değişkenlerin etkili olup olmadığını araştırmıştır. Sosyal kaygı düzeyi açısından Türk ve Hollandalı öğrenciler arasındaki kültürlerarası farklılaşma araştırılmıştır. Araştırmada öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerini tespit etmek için Kişilerarası Durum Envanteri (KADE) kullanılmıştır. Sonuç olarak, Türk öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin Hollandalılara göre daha fazla olduğu bulunurken, öğrencilerin sosyal davranış sıklıklarında ise anlamlı bir fark bulunmamıştır. Araştırma sonuçları, sosyo-ekonomik düzeyleri düşük Türk öğrencilerinin, sosyal durumlarda daha fazla rahatsızlık duyduklarını ve bu durumlara daha az girdiklerini göstermiştir. Kız ve erkek öğrenciler arasında sosyal kaygı açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Demir (1997), çocuk ve ergenlerde sosyal kaygı ile ilgili bir çalışma yapmıştır. Çalışma, 4.-8. sınıflarda okuyan toplam 1482 ilköğretim öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Çalışmada öncelikle öğrenciler Çapa Çocuk ve Ergenler için Sosyal Fobi Ölçeği ve Çocuklar için Sosyal Anksiyete Ölçeği ile taranmıştır. Ayrıca ilkokul ve ortaokul öğretmenleriyle toplantılar yapılarak sosyal fobik belirtiler hakkında bilgilendirme yapılmış ve sınıflarındaki öğrencilerden bu belirtileri gösterenleri tespit etmeleri istenmiştir. Böylece öğretmenlerin yardımı ve ölçeklerin verileri sonucunda sosyal kaygılı öğrenciler belirlenmeye çalışılmıştır. Tüm öğrenciler içinden sosyal kaygı tanısı konan öğrencilerin oranı %3.9 olarak bulunmuştur. Araştırmada sosyal kaygının erkeklerde görülme sıklığının kızlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Sosyal kaygısı olan kız öğrenci sayısı erkek öğrenci sayısının iki katıdır. Araştırmada elde edilen bulgular, sosyal kaygılı olan çocukların benlik saygılarının düşük olduğunu, daha fazla depresyona girdiklerini ve anneleriyle ilişkilerinin kötü olduğunu ortaya koymuştur.

Eren-Gümüş (1997), yapmış olduğu çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerini çeşitli değişkenlere göre incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre üniversiteli gençlerin sosyal kaygı düzeylerinin cinsiyet, yaş, akademik başarı ve devam edilen fakülteye göre değişmediği ortaya çıkmıştır. Araştırma kapsamına alınan fakülteler, Teknik Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Hukuk Fakültesi ve Mühendislik Fakültesidir. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan sosyal kaygı düzeyini belirlemek için “Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri”, bağımsız değişkenler için araştırmacı tarafından geliştirilmiş “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Öğrencilerin yaşadıkları yerleşim birimleri, köy, kasaba, küçük kent ve büyük kent olarak gruplandırılmıştır. Yaşamlarının çoğunu geçirdikleri yerleşim birimine göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu ve bu farkın büyük ve küçük kentler lehine olduğu saptanmıştır. Yaşamlarının çoğunu köylerde geçirmiş üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri, yaşamlarının çoğunu kentlerde geçirmiş olan öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerine göre oldukça yüksek çıkmıştır. Ayrıca anne babalarının eğitim düzeylerine göre öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri ayrı ayrı

araştırılmış ve anne babaların eğitim düzeyi düştükçe sosyal kaygı puanının da arttığı görülmüştür.

Araz (1998), yapmış olduğu araştırmayı iki temel amaç üzerine kurmuştur. Amaçlardan birisi, kendini sunmayla eş anlamda kullanılan benlik sunumuyla ilgili betimsel bir profil oluşturmak, diğeri ise benlik sunumu ile kendini açma arasındaki ilişkiyi belirlemek ve benlik sunumu olgusunu kendini açma kavramından hareketle incelemektir. Bu amaçları gerçekleştirmede kullanılan veri toplama aracı araştırmacı tarafından geliştirilen “Benlik Sunumu Ölçeği”dir. Araştırmacı, araştırmanın amacına ulaşmak için herhangi bir iş yerinde yönetici, memur ya da satış temsilcisi konumunda çalışan toplam 313 kişiyi çalışma kapsamına dahil etmiştir. Yapılan analizler sonucunda, benlik sunumu düzeyinin mesleki güç, cinsiyet, eğitim, yaş ve gelir düzeyine göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı bulgularına ulaşılmıştır. Çalışmada, mesleki güç açısından bireylerin benlik sunumu düzeylerine bakıldığında satış temsilcilerinin benlik sunumu düzeylerinin, memur ve yöneticilerinkinden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Cinsiyetler açısından erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek düzeyde benlik sunumu yaptıkları bulunsa da araştırmacı bu durumu aslında kadınların en az erkekler kadar veya erkeklerden daha fazla benlik sunumu yaptıklarını ve bunu çalışma sırasında büyük bir ustalıkla gizledikleri şeklinde yorumlamıştır. Araştırmada eğitimin benlik sunumu üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Benlik sunumuyla yaş arasındaki ilişkiye bakıldığında, 29 yaş ve altındakilerin 40 yaş ve üzerinelere oranla daha çok benlik sunumu yaptıkları bulgusu elde edilmiştir. Aylık gelir açısından bakıldığında ise gelir düzeyleri yüksek olan bireylerin düşük olanlara oranla daha yüksek düzeyde benlik sunumu yaptıkları tespit edilmiştir. Yine araştırmada benlik sunumu düzeyi ile bireyin kendine ilişkin bazı konuları başkalarıyla konuşma düzeyleri arasına negatif bir ilişkinin olduğu saptanmıştır.

Koçak (2001)’ın yapmış olduğu araştırmada, sosyal kaygıyla başa çıkma programının lise öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi incelenmiştir. Bu araştırmanın sonucunda, sosyal kaygıyla başa çıkma programının uygulandığı deney gurubunun sosyal kaygı düzeyinde anlamlı derecede azalma olduğu görülmüştür.

Hiçbir uygulama yapılmayan kontrol gurubu ve etkileşim gurubu olarak planlanıp yürütülen plasebo gurubun sosyal kaygı düzeyinde anlamlı bir değişiklik olmamıştır. Bu da, sosyal beceri temelli bilişsel davranışçı grup programlarının sosyal kaygıyla başa çıkmada olumlu sonuçlar verdiğini göstermiştir.

Eren-Gümüş (2002), sosyal kaygıyla başa çıkma grup programının üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisini inceleyen bir araştırma yapmıştır. Araştırma deneysel modelde bir çalışma olup araştırmada, öntest-sontest kontrol gruplu desen kullanılmıştır. Araştırmacı tarafından geliştirilen sosyal kaygıyla başa çıkma grup programı, ağırlıklı olarak bilişsel-davranışçı yaklaşım temel alınarak; sağaltıma-iyileştirmeye, bilgilendirmeye ve etkileşime dayalı olarak hazırlanmış bir paket programdır. Araştırmanın bulguları, deney ve kontrol grubundaki deneklerin sosyal kaygı düzeylerinde farklılık olduğunu ortaya koymuştur. Deney grubundaki öğrencilerde gözlenen sosyal kaygı düzeylerindeki azalmanın, uygulanan sosyal kaygıyla başa çıkma grup programından kaynaklandığı görülmektedir. Sosyal kaygıyla başa çıkma grup programının sosyal kaygı düzeyini azaltıcı etkisinin uzun süreli olup olmadığını sınamak için, deney grubunun sontest puanlarıyla 3,5 ay sonra deney grubuna yapılan izleme testi puanları arasındaki farklar karşılaştırılmıştır. Verilerin analizinde, sosyal kaygıyla başa çıkma grup programının olumlu etkisinin artarak devam ettiği saptanmıştır. Araştırmacı elde ettiği bu bulgulardan, sosyal kaygıyla başa çıkma grup programının kullanışlılığına ve etkililiğine ilişkin yeterli kanıtlara ulaşıldığı sonucuna varmıştır.

Palancı ve Özbay (2003)'ın yapmış olduğu çalışmada, üniversite öğrencilerinin yaşadıkları sosyal kaygı sorunlarını yordamada kullanılabilecek değişkenler belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma ile üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı sorunları ilişkisel olarak bilişsel ve bazı davranışsal faktörlerle birlikte bir model yapısı içerisinde ele alınarak açıklanmaya çalışılmıştır. Çalışma 600 Karadeniz Teknik Üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Veri analizleri çok yönlü hiyerarşik regrasyon analizi ile yapılmıştır. Analiz sonucunda cinsiyet, kontrol algısı, sosyal-öz yeterlilik, incinebilirlik, mükemmeliyetçilik ve duygusal kaçma tarzı başa çıkma değişkenlerinin 0.01 düzeyinde modeli yordamaya yönelik değişkenlik

sunduğu görülmüştür. Araştırma sonucunda sosyal kaygının erkekler aleyhine yüksek olduğu bulunmuştur. Genel olarak araştırma sonucunda sosyal kaygının bilişsel özellikler ve başa çıkma davranışları ile ilişkili bir değişkenlik gösterdiği bulunmuştur.

Yukarıda özetlenen çalışmalar incelendiğinde insanların genellikle başkaları üzerinde olumlu izlenim bırakma nedeniyle kendini sunma davranışı gösterdikleri anlaşılmaktadır. Yapılan araştırmalardan kendini sunma davranışına bir çok kültürde rastlandığı görülmektedir. Ancak kendini sunma davranışı genellikle sosyal kaygı nedeniyle sergilenirken özellikle doğu kültürlerde ahlaki değerlerin etkisiyle de kendini sunma davranışına baş vurulduğu söylenebilir. Araştırmalardan kendini sunma davranışının bireysel özelliklerden kişilikten ve yaştan etkilendiği anlaşılmaktadır. Kendini sunma davranışının her iki cinsiyette de kullanılmasına rağmen hemcinslere göre karşı cinse karşı kendini sunma davranışının daha çok kullanıldığı göze çarpmaktadır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, çalışma grubu, veri toplama araçları ve bu araçlarla ilgili geçerlik ve güvenirlik çalışmaları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

Belirli bir konuda var olan bir durumu değiştirmeden olduğu gibi betimlemeye çalışan araştırmalar tarama modeline göre düzenlenmiş araştırmalardır (Karasar, 1991). Bu araştırmada da kişilerin sosyal kaygılarıyla bazı değişkenler arasındaki ilişki belirlenmeye çalışıldığından var olan bir durum ortaya konulmuştur. Bu doğrultuda bu araştırma tarama modelinde desenlenmiş bir araştırmadır.

Bu araştırma ile kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden faktörler, üniversitesinde okuyan öğrenciler üzerinde test edilmeye çalışılmıştır.

A. ÇALIŞMA GRUBU

Bu araştırmanın amacı, sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin üniversite öğrencileri üzerindeki etkililiğini sınamaktır. Söz konusu modeli test etmek amacıyla bir çalışma grubu oluşturulmuştur. Araştırmanın çalışma grubuna 2001-2002 eğitim-öğretim yılında Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim, İktisadi ve İdari Bilimler, Fen Edebiyat ve Mühendislik Mimarlık Fakültelerinde okuyan tüm 2.

ve 3. sınıflar alınmıştır. Üniversite yaşamına yeni başlama ve aileden ayrılma nedeniyle kaygı yaşayabilecekleri düşünülen 1. sınıflar, bu durumluk kaygının sosyal kaygı üzerinde etkili olabileceği düşüncesiyle araştırma kapsamına alınmamıştır. Yine aynı şekilde 4. sınıflar da mezun olma ve iş kaygısı yaşayabileceklerinden araştırmaya dahil edilmemişlerdir. Araştırmaya alınan çalışma grubunun fakültelere göre dağılımı Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1
Çalışma Grubunun Fakülte ve Sınıflara Göre Dağılımı

	2. Sınıf	3. Sınıf	Toplam
Eğitim Fakültesi	154	73	227
Fen Edebiyat Fakültesi	187	135	322
İktisadi ve İdari Fakültesi	145	128	273
Mühendislik ve Mimarlık Fakültesi	162	139	301
TOPLAM	648	475	1123

Tablo1’de görüldüğü gibi araştırmanın çalışma grubuna toplam 1123 kişi katılmıştır.

B. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu araştırmada Sosyal Kaygı, Leary (1983) tarafından geliştirilen “Interaction and Audience Anxiousness” (Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği) ile ölçülmeye çalışılmıştır. 25 maddeden oluşan sözkonusu ölçek araştırmacı tarafından Türkçe’ye uyarlanarak geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır (EK-1).

Araştırmada yer alan diğer değişkenlerden Onay İhtiyacı, A. T. Beck ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen Sosyotropi-Otonomi Ölçeği’nin alt ölçeği olan 10 maddelik Onaylanmama Kaygısı Ölçeği ile yoklanmıştır Sosyotropi-Otonomi Ölçeği 1993 yılında N. H. Şahin, M. Ulusoy ve N. Şahin tarafından Türkçe’ye uyarlanmıştır (EK-2).

Araştırmada yer alan değişkenlerden Benlik Saygısı Düzeyi, M. Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve F. Çuhadaroglu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan 25 maddelik "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" (Self-Esteem Scale) kullanılarak belirlenmeye çalışılmıştır (EK-4).

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan Genel Ben Bilinci ise Rugancı (1995) tarafından geliştirilmiş 12 maddelik Ben Bilinci Ölçeği ile ölçülmüştür (EK-3). Araştırma kapsamında yer alan diğer değişkenler ise araştırmacı tarafından oluşturulan 10'lu dereceleme sorularıyla ölçülmüştür. Bu değişkenler:

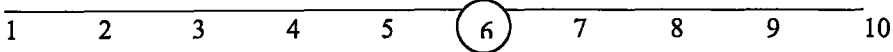
1. Dinleyicilere atfedilen önem,
2. Ortamda bulunan yabancılar,
3. Geçmişteki sosyal başarısızlıklar,
4. Algılanan sosyal beceri eksikliği ve

5. Olumsuz değerlendirilme korkusudur. Araştırma grubunda yer alan öğrencilere bu değişkenlerle ilgili sorular sorulmuş ve öğrencilerin bu değişkenlerden ne kadar etkilendiklerini belirtmeleri istenmiştir (EK-8).

ÖRNEK

Hiç etkilenmem

Çok fazla etkilenirim



C. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİ

Araştırmanın bu bölümünde Mark R. Leary (1983) tarafından geliştirilen Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği açıklanmıştır. Leary'nin ölçeği geliştirme amacı, ölçek maddelerini nasıl oluşturduğu, ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ve ölçeğin son şeklini nasıl aldığı sırasıyla açıklanmıştır.

1. ÖLÇEĞİN GELİŞTİRİLMESİ

Sosyal kaygının kişilik özelliklerinden kaynaklandığı düşünüldüğünden sosyal kaygı ölçekleri de kişilik özelliklerine dayalı olarak geliştirilmiştir. Sosyal

kaygıya etki eden başka değişkenlerin de varlığı saptandıkça mevcut ölçeklerin sosyal kaygıyı ölçmede yetersiz kaldığı ortaya çıkmıştır. Bu alandaki boşluğu doldurmak amacıyla Leary (1983) yeni bir ölçek geliştirmiştir. Ölçeğin yapılandırılmasının ilk aşamasında Buss, Leary ve Schlenker bireylerin, hem gerçek hem de zihinlerinde canlandırmış oldukları sosyal ortamlarla bağlantılı 87 tane madde geliştirmişlerdir. Maddeler, bağımlı ve bağımsız ortamlarda yaşanan kaygı ile ilgilidir. Bu çalışma sonucunda şu iki ölçütlere uyan 56 madde seçilmiştir:

1. Bireylerin kaygılı veya kaygısız oldukları durumları rapor ettikleri, kaygınlık, gerginlik, rahatsızlık, utangaçlık vs ya da tersi rahatlık, sıkıntı içinde olmama, keyif gibi maddeler.

2. Bireylerin sosyal ortamlarda yaşadıkları kaygılarla ilgili maddeler,

Seçilen 56 madde genel psikolojide öğrenim gören 112 kişilik öğrenci grubuna uygulanmış ve madde-toplam korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Korelasyon katsayıları .40'tan büyük olan 37 maddeden yeni bir form oluşturulmuştur. Elde edilen bu form 123 kişilik öğrenci grubuna tekrar uygulanmış ve tekrar madde-toplam korelasyon katsayılarına bakılmıştır. Bu uygulama sonucunda da 15 tanesi etkileşim kaygısıyla ilgili, 12 tanesi de izlenim kaygısıyla ilgili olmak üzere toplam 27 madde elde edilmiştir.

2. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİNİN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin geçerlik kontrolünde, benzer ölçekler geçerliği ve ölçüt gruplar geçerliği çalışmaları yapılmıştır.

a) Benzer Ölçekler Geçerliği

Etkileşim ve izlenim kaygısı ölçeğiyle birlikte aşağıdaki ölçekler 331 kişiye uygulanmıştır.

Sosyal Kaçınma Ve Gerginlik (Social Avoidance and Distress: Watson & Friend, 1969)
Sosyal Kaygı (Social Anxiety: Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)
Utangaçlık (Shyness: Cheek & Buss, 1980)
Bir Konuşmacı Olarak Kendine Güveni Rapor Etme (Personal Report of Confidence as a Speaker: Paul, 1966)
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu (Fear of Negative Evaluation: Watson & Friend, 1969)
Sosyalleşme (Sociability: Cheek & Buss, 1980)
Genel Ben Bilinci (Public Self-Consciousness: Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)
Özel Ben Bilinci (Private Self-Consciousness: Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975)
Benlik Saygısı (Self-Esteem: Rosenberg, 1965)

Uygulama sonucunda ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki korelasyon katsayıları aşağıdaki gibidir.

	Etkileşim Kaygısı	İzlenme Kaygısı
Sosyal Kaçınma ve Gerginlik	.73***	.29**
Sosyal Kaygı	.78***	.64***
Utangaçlık	.87***	.59***
Bir Konuşmacı Olarak Kendine Güven Rapor Etme	.63***	.84***
Olumsuz değerlendirilme korkusu.	.41***	.28**
Sosyalleşme	-.33**	-.19**
Genel Ben Bilinci	.11	.04
Özel Ben Bilinci	.18*	.24*
Benlik Saygısı	-.18*	-.24*

Not: *p< .05, **p< .01, ***p <.001

Yukarıda görüldüğü gibi Etkileşim Kaygısı Ölçeği benzer ölçekler geçerliliği konusunda güçlü kanıtlar ortaya koymaktadır. Özellikle Etkileşim Kaygısı Ölçeğinin, sosyal kaygı hakkında geliştirilmiş olan Sosyal Kaçınma, Sosyal Kaygı, Bir Konuşmacı Olarak Kendine Güveni Rapor Etme, Utangaçlık, ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçekleriyle arasında pozitif yönde ilişkiler görülmektedir. Bekleneceği gibi, ölçekler arasındaki en yüksek korelasyon, yüz yüze iletişimin kurulduğu ortamlardaki kaygı ve davranışları ölçen ölçekler arasında çıkmıştır. Bireyin başkaları tarafından olumsuz değerlendirildiği düşüncesiyle yaşadığı endişelerden dolayı ortaya çıkan sosyal kaygı ile etkileşim kaygısı arasındaki korelasyon katsayısı .41 olarak bulunmuştur. Olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasında da pozitif yönde bir korelasyon elde edilmiştir.

Leary (1983), ölçeğin geçerlilik çalışmaları kapsamında elde edilen sonuçlarla daha önce yapılmış olan araştırma sonuçları arasındaki tutarlılığa dikkat çekmiştir. Çalışmada etkileşim kaygısıyla benlik saygısı ve sosyalleşme arasında negatif yönde bir korelasyon elde edilmiştir. Utangaçlıkla benlik saygısı arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ortaya konmuştur ($r = -.48$). Ayrıca utangaçlık ile kişinin kendisine değer vermesi arasında da olumlu bir korelasyon olduğu belirtilmiştir ($r = .31$). İkinci olarak sosyal kaygı, sosyal ilişkilerden kaçınma arzusu ile ilişkili olduğu için, etkileşim kaygısı ile sosyalleşme arasında anlamlı olumsuz bir ilişki beklenir ki, sonuçta da beklentiler doğrultusunda bulgular elde edilmiştir. Cheek and Buss (1981) da yapmış oldukları çalışmada, utangaçlık ve sosyalleşme ölçekleri arasında negatif yönde bir korelasyon ($r = -.30$) elde etmişlerdir.

Tabloda görüldüğü gibi İzlenme Kaygısı ölçeğiyle Bir Konuşmacı Olarak Kendine Güveni Rapor Etme arasında pozitif yönde yüksek bir ilişki ($r = .84$) vardır. Bir Konuşmacı Olarak Kendine Güveni Rapor Etme Ölçeği toplum önünde konuşma zorluğunu ölçen bir ölçektir. Ayrıca İzlenme Kaygısı ölçeğiyle Sosyal Kaçınma ve Utangaçlık ölçekleri arasında da orta düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. İzlenme kaygısıyla sosyal kaygı arasındaki korelasyon katsayısı .64 olarak bulunmuştur. Bu iki ölçek arasında çıkan yüksek korelasyon katsayısı, sosyal kaygı ölçeğinde yer alan beş maddeden birisinin izlenme kaygısına ait olmasından ileri gelebilir (“Bir grubun önünde konuşurken kendimi kaygılı hissederim”).

Etkileşim Kaygısı Ölçeğinde olduğu gibi İzlenme Kaygısı Ölçeği de, Özel Ben Bilinci ile pozitif yönde; Sosyalleşme ve Benlik Saygısı ile negatif yönde bir ilişki göstermiştir. Elde edilen korelasyonların hepsi beklentilerle tutarlıdır. Kısacası, Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçekleriyle diğer ölçekler arasındaki korelasyon, ölçeğin benzer ölçekler geçerliliği konusunda yeterli olduğunun göstergesi sayılabilir (Leary, 1983).

b) Ölçüt Gruplar Geçerliliği

İki ölçeğin ölçüt geçerliliğini belirleyebilmek için ölçüt gruplar yaklaşımı kullanılmıştır. Bu yaklaşımda sosyal kaygınlık açısından farklılık göstereceği düşünülen bireylerin puanları birbirleriyle karşılaştırılmıştır. Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeklerinin puanları, bir okulun sözel bölümünde eğitimlerini sürdüren bir grup öğrenciden elde edilmiştir. Bu grup toplam 12 kişiden oluşmaktadır. Bir başka grup ise kişilerarası etkileşim sorunu yaşayan ve profesyonel yardım isteyen 13 öğrenciden oluşmaktadır. Ayrıca 17 kişiden oluşan başka bir öğrenci grubu ise psikoloji bölümünün öğrenci listelerinden seçilmiştir (Leary, 1983).

Grupların etkileşim kaygısı puanlarının tek yönlü varyans analizi, gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğunu ortaya koymuştur. İletişim problemleri için yardıma ihtiyaç duyan öğrenciler etkileşim kaygısı ölçeğinde, sözel bölüm öğrencilerinden ve psikoloji bölümü öğrencilerinden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. İzlenme Kaygısı Ölçeğinde de sözel bölüm öğrencileri, izlenme kaygısı açısından, hem psikoloji bölümü öğrencilerinden, hem de kişilerarası iletişim sorunlarına yardım arayan öğrencilerden anlamlı ölçüde düşük puanlar almışlardır. Bu bulgular beklentileri doğrular nitelikte olup, yapılan analizlerin ölçüt grup geçerliliği için güçlü bir kanıt ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmıştır (Leary, 1983).

Sonuç olarak güvenilirlik ve geçerlilik verileri her iki ölçeğin de psikometrik olarak yeterli ve güçlü olduğunu göstermektedir. Hem Etkileşim hem de İzlenme Kaygısı Ölçeklerinin yüksek seviyede iç tutarlılık taşıdıkları ve sosyal kaygı ve ilgili konularla ilişkili başka ölçeklerle beklenen ilişkileri gösterdikleri bulunmuştur. Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeklerinin arasındaki .44 korelasyonun da ortaya koyduğu gibi, sözkonusu ölçekler birbirleriyle de tutarlılık göstermektedirler. Sonuç olarak, güvenilirlik ve geçerlilik çalışmaları, Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeklerinin, insanların sosyal ortamlarda kaygılı olma düzeylerini ölçecek yeterliliğe sahip olduklarını göstermektedir (Leary, 1983).

3. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİNİN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin güvenirlik çalışmaları, ölçeğin iç tutarlılığının hesaplanmasıyla ve test-tekrar test güvenirliği ile yapılmıştır.

a) Test-Tekrar Test Güvenirliği

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği sekiz haftalık bir ara ile 74 öğrenciye iki kez uygulanmıştır. Uygulama sonucunda hesaplanan test-tekrar test güvenirlik katsayısı, Etkileşim Kaygısı Ölçeği için .80, İzlenme Kaygısı Ölçeği için ise .84 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenirliği konusunda yapılan çalışmaların sonuçları, ölçeğin yeterli düzeyde güvenirliğe sahip olduğu konusunda kanıtlar vermektedir.

b) Ölçeğin İç Tutarlılığının Hesaplanması

Elde edilmiş olan 27 maddelik ölçeğin içtutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) .88 olarak hesaplanmıştır. Daha sonra bu maddeler 363 üniversite öğrencisinden oluşan bir guruba tekrar uygulanmıştır. Madde analizi, her bir maddenin, ölçek toplam puanıyla yüksek düzeyde ilişkili ($r = .50$) olduğunu ortaya çıkarmıştır. Her iki ölçeğin de iç tutarlılığının oldukça yüksek düzeyde olduğu (Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği için .89, İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği için .91) görülmüştür. Ayrıca iki ölçeğin birbirleriyle olan ilişkisi ($r = .44$) ortak bir sosyal kaygı boyutunu göstermektedir (Leary, 1983).

D. ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE'YE UYARLANMASI

Bu araştırmada Leary tarafından geliştirilen “Interaction and Audience Anxiousness Scale” Türkçe adı “Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği” öncelikle Türkçe'ye çevrilip daha sonra geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır.

1. ÖLÇEĞİN TÜRKÇE'YE ÇEVİRİLMESİ

Ölçek ilk önce İngilizce'yi iyi kullanan, Rehberlik ve Psikolojik Danışma alanından iki kişi tarafından ayrı ayrı Türkçe'ye çevrilmiştir. Sonra bu çeviriler birbiriyle karşılaştırılmış ve aralarındaki uyumsuzluklar uzman kişilerle tartışılarak giderilmeye çalışılmıştır. Bu şekilde oluşturulan Türkçe form üzerinde faktör analizi yapılarak faktör yükü .40'dan düşük olan 2 madde ölçekten çıkarılmıştır. Bu şekilde oluşan yeni form üzerinde geçerlik ve güvenirlik çalışmaları yapılmıştır.

2. ÖLÇEĞİN GEÇERLİK ÇALIŞMALARI

a) Yapı Geçerliği

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin Faktör Analizi

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin faktör analizi çalışması Temel Bileşenler Analizi yöntemi uygulanarak yapılmıştır. Ölçeğin orijinali, 15'i Etkileşim Kaygısı, 12'si de İzlenme Kaygısı alt ölçeğinde olmak üzere toplam 27 maddeden oluşmaktadır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçek maddelerinin orijinali ile aynı doğrultuda iki faktörde toplandığı görülmüştür. Elde edilen 2 faktörden ilki olan Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeğine 15, ikincisi olan İzlenme Kaygısı Alt Ölçeğine de 12 madde yerleşmiştir. Faktör yükü .40 dan düşük olan 10. madde Etkileşim Kaygısı Ölçeğinden, 23. madde de, İzlenme Kaygısı Ölçeğinden çıkarılmıştır. Söz konusu maddeler ölçeklerden çıkarıldıktan sonra diğer maddelerin temel bileşenler analizi tekrar yapılmıştır. Ölçekteki diğer maddelerin faktör yükleri Tablo 2'deki gibidir.

Tablo 2
10. Ve 23. Madde Çıkarıldıktan Sonra Etkileşim ve
İzlenme Kaygısı Ölçeklerinde Yer Alan Maddelerin Faktör Yükleri

Soru Maddeleri	Etkileşim Kaygısı	İzlenme Kaygısı
Etkileşim Kaygısı Ölçeği		
1. Sıradan ortamlarda bile kendimi gergin hissederim.....	.566	
2. Tanımadığım bir grup insanla birlikteyken genelde kendimi rahatsız hissederim.....	.607	
3. Karşı cinsten biriyle konuşurken genelde kendimi rahat hissederim..	.458	
4. Öğretmenimle ya da patronumla konuşmak zorunda kaldığımda gergin olurum.....	.663	
5. Eğlence amaçlı toplantılar çoğu zaman beni kaygılandırır ve kendimi rahatsız hissetmeme neden olur.....	.458	
6. Ben, sosyal etkileşimlerde bir çok insana göre daha az utangacımdır.....	.517	
7. Bazen eğer çok iyi tanıımıyorsam kendi cinsiyetimden birisiyle bile kendimi gergin hissederim.....	.585	
8. Bir iş için görüşüyor olsam kendimi gergin hissederim.....	.437	
9. Sosyal ortamlarda kendime daha fazla güvenmeyi isterdim.....	.595	
11. Genelde utangaç birisiyimdir.....	.629	
12. Karşı cinsten çekici biriyle konuşurken sıklıkla kendimi gergin hissederim.....	.656	
13. Telefonda tanımadığım bir insanla konuşurken tedirgin olurum.....	.523	
14. Yetkili biriyle konuşurken tedirgin olurum.....	.661	
15. Benden oldukça farklı bile olsalar başkalarının arasında kendimi oldukça rahat hissederim.....	.611	
İzlenme Kaygısı Ölçeği		
16. Bir grubun önünde konuşurken genelde kendimi gergin hissederim.....		.729
17. Toplum içinde konuşmaktan hoşlanırım.....		.443
18. Bir grubun önünde olmam gerektiğinde ‘sahne korkusu’ yaşama eğilimindeyimdir.....		.719
19. Eğer kalabalık bir dinleyici kitlesi önüne çıkmak zorunda kalırsam kendimi korkmuş hissederim.....		.746
20. Başkalarının önünde konuşmak ya da gösteri yapmak zorunda olduğun zaman midemde sancılar hissederim.....		.633
21. Birisinin bir kamera ile beni filme aldığını fark ettiğimde kendimi ürkmüş ya da gerilmiş hissederim.....		.629
22. Bir grup insan önünde konuşurken düşüncelerim birbirine karışır.....		.567
24. Keşke bir grubun önünde konuşurken bu kadar gergin olmasam.....		.776
25. Eğer bir müzisyen olsaydım muhtemelen konser öncesi ‘sahne korkusu’ yaşardım.....		.696
26. Başkalarının önünde konuşurken aptal durumuna düşmekten korkarım.....		.591
27. Okulda ya da işte bir sunu yapmak zorunda olduğumda gergin olurum.....		.811

Tablo 2’de Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinden 10. ve 23. maddeler çıkarıldıktan sonra ölçekte yer alan tüm maddeler üzerinde yapılan temel bileşenler analizinde döndürme verilmemiştir.

b) Benzer Ölçekler Geçerliği:

Ölçeğin geçerlik çalışmasında “Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği” ile benzer özellikleri ölçen bazı ölçekler aynı gruba uygulanarak elde edilen sonuçlar arasındaki ilişkiye bakılmıştır. İlişkiye bakılan ölçekler; Snyder (1974) tarafından geliştirilen ve Bacanlı (1990) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Kendini Ayarlama Ölçeği”, Liebowitz’in geliştirdiği ve Eren (1997)’in Türkçe’ye uyarladığı “Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri” ile Cheek ve Buss (1981) tarafından geliştirilip Güngör (1999)’ün Türkçe’ye uyarladığı “Utangaçlık Ölçeği”dir. Bu ölçekler Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümünde öğrenim gören toplam 127 kişiden oluşan ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerine uygulanarak ölçekler arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır.

Tablo 3

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği ile Benzer Ölçekler Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Kendini Ayarlama Ölçeği	Utangaçlık Ölçeği	Sosyal Fobi Ölçeği	
			Kaygı Düzeyi	Kaçınma Düzeyi
Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği	-.30**	.81**	.49**	.44**
İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği	-.32**	.73**	.46**	.37**
Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği	-.33**	.82**	.51**	.43**

(**) $P < 0.01$

Tablo 3’de görüldüğü gibi Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Utangaçlık Ölçeği’nin toplam puanları arasında .82 gibi oldukça yüksek bir ilişki bulunmuştur. Benzer biçimde Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Sosyal Fobi Ölçeği’nin Kaygı Düzeyi Bölümüyle .51, Kaçınma Düzeyi ile de .43’lük bir ilişki bulunmuştur. Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği ile bu sözkonusu ölçekler arasında bulunmuş olan yüksek ilişki, Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin de geçerliliğinin yüksek olduğunun bir kanıtı olarak kabul edilebilir. Bunun yanında aralarında negatif yönde ilişki çıkması beklenen Kendini Ayarlama Ölçeği ile Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği arasındaki ilişki de beklendiği gibi çıkmıştır. Bu sonuca göre, sosyal kaygısı yüksek olan bireylerin kendini ayarlamaları düşük, sosyal kaygısı düşük olan bireylerin de kendini ayarlamaları yüksek olduğu söylenebilir. Bu iki ölçek arasındaki ilişkinin negatif yönde çıkmasının Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin geçerliliği konusunda kanıt sağladığı söylenebilir.

Tablo 3’e bakıldığında Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği, Utangaçlık Ölçeği ve Sosyal Fobi Ölçeği ile alt ölçekler açısından karşılaştırıldığında aralarında yüksek sayılabilecek ilişkilerin olduğu görülmektedir. Etkileşim Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Utangaçlık Ölçeği’nin toplam puanları arasında ($r = .81$) oldukça yüksek bir ilişki bulunmuştur. Etkileşim Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Sosyal Fobi Ölçeği’nin Kaygı Düzeyi Bölümüyle .49, Kaçınma Düzeyi ile de .44’lük bir ilişki bulunmuştur. Bunun yanında aralarında negatif yönde ilişki çıkması beklenen Kendini Ayarlama Ölçeği ile Etkileşim Kaygısı Ölçeği arasındaki ilişki de beklendiği gibi ($r = -.30$) çıkmıştır. İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Utangaçlık Ölçeği’nin toplam puanları arasında da ($r = .73$) yüksek bir ilişki bulunmuştur. İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin toplam puanları ile Sosyal Fobi Ölçeği’nin Kaygı Düzeyi Bölümüyle .46, Kaçınma Düzeyi ile de .37’lik bir ilişki bulunmuştur. Kendini Ayarlama Ölçeği ile İzlenme Kaygısı Ölçeği arasındaki ilişki de ($r = -.32$) çıkmıştır. Uygulamada kullanılan dört ölçek arasındaki ilişkiye bakıldığında Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği’nin ve alt ölçeklerin toplam puanlar üzerinden diğer ölçeklerle benzerlik göstermesi ölçeklerin toplam puanda benzer ölçekler geçerliliğinin bir göstergesi olarak kabul edilmiştir.

3. ÖLÇEĞİN GÜVENİRLİK ÇALIŞMALARI

Ölçeğin güvenirlik çalışmasında test-tekrar test güvenirlik katsayısı ve iç tutarlık katsayısı hesaplanmıştır. Ölçek, Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümünde öğrenim gören toplam 118 kişiden oluşan ikinci ve üçüncü sınıf öğrencilerine üç hafta arayla iki kez uygulanmıştır. Hem Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin toplamına, hem de alt ölçeklere yönelik güvenirlik katsayıları bulunmuştur. Ölçeğin toplam puana ve alt ölçeklere yönelik iç tutarlık katsayıları ise Cronbach Alpha yöntemi ile hesaplanmıştır. Bu analizlere yönelik bulgular aşağıda verilmiştir.

a) Test-Tekrar Test Güvenirliği:

Üç hafta ara ile yapılan test-tekrar-test uygulaması sonucunda toplam puanlar arasında elde edilen güvenirlik katsayısı Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin
Test-Tekrar Test ($r_{x.x}$) Uygulamaları Arasındaki İlişki

İlk Uygulama Son Uygulama	Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği	İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği	Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği
Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği	.81**	.68**	.79**
İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği	.71**	.79**	.80**
Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği	.82**	.78**	.85**

(**) $P < 0.01$

Tablo 4’de test-tekrar test arasındaki ilişkiye bakıldığında Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin ilk uygulamasından elde edilen toplam puanlar ile ikinci uygulamasından elde edilen toplam puanların korelasyonun $r = .85$ olarak bulunduğu

görülmektedir. Alt ölçeklerde ise güvenirlik katsayıları, İzlenme Kaygısı Alt Ölçeğinde $r = .79$, Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeğinde $r = .81$ olarak bulunmuştur. Bu bulgular Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin test-tekrar test güvenirliğinin istatistiksel olarak yeterli olduğunu göstermektedir.

Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinde yer alan her bir maddenin tutarlılığını belirlemek için birinci uygulama ile ikinci uygulama puanları arasındaki korelasyonlara bakılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5

**Ölçekte Yer Alan Her Bir Maddenin
Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları**

	Maddeler	Test-Tekrar Test Korelasyon Katsayıları
Etkileşim Kaygısı	Madde 1	.42
	Madde 2	.56
	Madde 3	.33
	Madde 4	.57
	Madde 5	.49
	Madde 6	.40
	Madde 7	.42
	Madde 8	.55
	Madde 9	.59
	Madde 10	.67
	Madde 11	.56
	Madde 12	.46
	Madde 13	.43
	Madde 14	.38
	Madde 15	.45
İzlenme Kaygısı	Madde 16	.48
	Madde 17	.54
	Madde 18	.48
	Madde 19	.65
	Madde 20	.48
	Madde 21	.46
	Madde 22	.63
	Madde 23	.56
	Madde 24	.54
	Madde 25	.57

Tablo 5’de iki uygulama arasındaki hesaplanmış olan Spearman’s rho sonuçlarına göre her bir maddenin 0.05 düzeyinde anlamlı korelasyona sahip olduğu görülmüştür.

b) Ölçeğin İç Tutarlılığının Hesaplanması:

Ölçeğin güvenirlik çalışması kapsamında Osmangazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümünde öğrenim gören, toplam 127 kişiden oluşan, ikinci ve üçüncü sınıf öğrencisinden yararlanılmıştır. Uygulama sonucunda ölçeğin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam puan ve alt ölçeklerine ilişkin iç tutarlık katsayıları Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6

Ölçeğin Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarına Göre İç-Tutarlık Katsayıları

	İç Tutarlık (Cronbach Alfa) Katsayısı
Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği	.91
Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği	.82
İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği	.87

N = 127

Tablo 6’da görüldüğü gibi, ölçeğin iç tutarlık katsayıları Etkileşim Kaygısı Alt Ölçeği için .82, İzlenme Kaygısı Alt Ölçeği için .87 ve 25 maddeden oluşan Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği için ise .91 olarak bulunmuştur.

Ölçeğin 127 öğrenciye uygulanması ile elde edilen madde-toplam puan korelasyon değerleri Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7
Etkileşim Ve İzlenme Kaygısı Ölçeğinin Alt Ölçeklere
Göre Madde-Toplam Puan Korelasyon Değerleri

	Maddeler	Madde-Toplam Puan Korelasyonları
Etkileşim Kaygısı	Madde 1	.46
	Madde 2	.52
	Madde 3	.37
	Madde 4	.64
	Madde 5	.38
	Madde 6	.44
	Madde 7	.48
	Madde 8	.38
	Madde 9	.54
	Madde 10	.55
	Madde 11	.55
	Madde 12	.39
	Madde 13	.58
	Madde 14	.53
	Madde 15	.66
İzlenme Kaygısı	Madde 16	.44
	Madde 17	.66
	Madde 18	.58
	Madde 19	.49
	Madde 20	.51
	Madde 21	.46
	Madde 22	.73
	Madde 23	.55
	Madde 24	.55
	Madde 25	.76

Tablo 7’de görüldüğü gibi elde edilen madde-toplam puan korelasyon değerleri .37 ile .76 arasında değişmektedir.

4. ÖLÇEĞİN ÖZELLİKLERİ

Geçerlik ve güvenirlik çalışmaları sonucunda Türkçe’ye uyarlanan Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeği iki alt boyuttan oluşmaktadır. Etkileşim Kaygısı alt ölçeğinde ondört madde; İzlenme Kaygısı alt ölçeğinde de onbir madde bulunmaktadır. Ölçekte Likert tipi 5’li derecelemeye dayalı seçenekler bulunmaktadır. Bu seçenekler; (1) Hiç yansıtmıyor, (2) Çok az yansıtmıyor, (3) Kısmen yansıtmıyor, (4) Çok yansıtmıyor, (5) Tamamen yansıtmıyor biçiminde

düzenlenmiştir. Ölçek maddeleri 1'den 5'e doğru puanlanmaktadır ve ölçekten elde edilebilecek puanlar ölçeğin tümü için 25-125; Etkileşim Kaygısı alt ölçeği için 14-70; İzlenme Kaygısı alt ölçeği için 11-55 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, sosyal kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Yapılan tüm bu çalışmalar sonucu elde edilen istatistik veriler ölçeğin güvenilirlik ve geçerliliğinin oldukça yüksek olduğunu, Türkçe'ye uyarlanmış olan Etkileşim ve İzlenme Kaygısı Ölçeklerinin, insanların sosyal ortamlarda kaygılı olma düzeylerini ölçekler yeterliliğe sahip olduğunu göstermektedir.

E. VERİLERİN TOPLANMASI

Araştırmada kullanılacak tüm ölçme araçları hazırlandıktan sonra 2001-2002 eğitim-öğretim yılında Eskişehir Osmangazi Üniversitesinde yer alan Eğitim, İktisadi ve İdari Bilimler, Fen Edebiyat ve Mühendislik-Mimarlık Fakültelerinde okuyan 2. ve 3. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Uygulama, araştırmacı tarafından teker teker sınıflara girilerek gerekli açıklamadan sonra yapılmıştır. Ölçekler toplam 1123 kişiye uygulanmış, uygulama sonucunda eksik veya hatalı doldurulan ölçekler çıkarıldıktan sonra toplam 1060 adet ölçek formu analiz yapılmaya hazır hale getirilmiştir.

F. VERİLERİN ANALİZİ

Araştırmada toplanan verilerin istatistiksel çözümlenmesinde SPSS (9.01 for Windows) ve LISREL (8.30 for windows) programları kullanılmıştır. Toplam 1060 adet ölçek formu SPSS paket programına girilmiştir. Sosyal kaygı ve bağımsız değişkenler dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar, algılanan sosyal beceri eksikliği ve olumsuz değerlendirilme korkusuna ait ölçeklerin toplam puanları alınmıştır. Elde edilen toplam puanlarla ölçeklerin korelasyon matrisi oluşturulmuştur. Oluşturulan matris SPSS programından LISREL programına aktarılmış ve Path analizi yapılmıştır. Bölüm IV'de Path Analizinin prensipleri, Path diyagramı, Path katsayıları ve hesaplanması, etkilerin ayrıştırılması konuları ele alınmıştır.

BÖLÜM IV

PATH ANALİZİ

Yapılan araştırmalarda konuyla ilgili değişkenler arasındaki ilişkiler genellikle doğrusal ve doğrusal olmayan ilişkiler olarak iki grupta incelenmektedir. Değişkenler arasındaki doğrusal ilişki derecesini gösteren katsayı, korelasyon katsayısıdır. Ancak iki değişken arasındaki korelasyon katsayısının içerisinde, değişkenlerin her ikisine birden etkisi olan bir başka değişkenin de olabileceği olasılığı vardır. İşte böyle durumlarda değişkenler arasındaki sebep ve sonuç ilişkisini ortaya koymada korelasyon katsayısı yetersiz kalmaktadır. Bu yetersizlik path analizi tekniği ile ortadan kaldırılmaktadır.

Path analizi tekniği, iki değişken arasındaki korelasyonu, ilişki yapısına göre analiz ederek unsurlarına ayırır. Bu teknik yardımıyla, bir biri ile sebep ve sonuç ilişkisi içinde olduğu düşünülen değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren path diyagramları oluşturulmaktadır. Bir başka deyişle, değişkenler arasındaki doğrusal ilişkilerin derecesini gösteren korelasyon katsayılarının, kendisini oluşturan direkt etkiler, dolaylı etkiler ve bileşik path katsayılarına ayrılarak analiz edilmesi ve analiz sonuçlarının doğru bir şekilde yorumlanması yapılmaktadır (Gürbüz ve Diğerleri, 2000).

1. PATH ANALİZİNE GİRİŞ

İki dağılımın karşılıklı değişimleri incelendiğinde terimlerindeki değişiklikler bakımından bir benzerlik veya bağlılık varsa, dağılımların ilgili oldukları olaylar arasında bir ilişkinin bulunduğu söylenebilir. Örneğin herhangi bir malın fiyatı

yükselirken arzı da artıyor veya talebi azalıyorsa, insanlarda boy uzunluğu ile birlikte ağırlık da yükseliyorsa, sözkonusu değişkenler arasında ilişki var demektir. İncelenen iki değişken arasındaki ilişki çoğu zaman bir sebep-sonuç ilişkisidir. Üzerinde çalışılan konu ile ilgili olan değişkenler arasındaki bu ilişkiler de genel olarak doğrusal (linear) ve doğrusal olmayan (nonlinear) ilişkiler olarak iki grupta incelenmektedir. Eğer değişkenler arasında ilişki varsa, bu ilişkinin derecesi ve fonksiyonel şekli belirlenmeye çalışılır. İki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkiyi matematiksel olarak gösterilebilmek için yapılan ve ilişkinin yapısını ortaya koyan çalışmalara Regresyon Analizi (Bağlanım Çözümlemesi) denmektedir. Bu değişkenler arasındaki ilişkinin yönünün ve derecesinin araştırılması ise Korelasyon Analizi'nin (İlişki Çözümlemesi) konusudur. Değişkenler arasındaki doğrusal ilişkinin derecesi, korelasyon katsayısı olarak bilinmektedir. Herhangi iki değişken arasında tam bir ilişki ve değişim aynı yönde olduğunda korelasyon katsayısı 1 olmaktadır. Benzer bir biçimde tam bir ilişki, fakat değişkenler için zıt yönde bir değişim sözkonusu olduğunda korelasyon katsayısı -1 değerini almaktadır. Eğer iki değişken arasında kısmi bir ilişki varsa, bu durumda korelasyon katsayısı -1 ile $+1$ arasında değişen değerler alacaktır. İki değişken arasında hiç ilişki olmadığında ise korelasyon katsayısı sıfır değerini alacaktır.

Bu bakış açısıyla değişkenlerden biri sebep, diğeri de sonuç olarak ele alındığında; korelasyon katsayısı, bunların birbiri üzerine ne derecede etkili olabildiklerini de gösteren bir ölçüdür. Ancak yine de bu, iki değişken arasındaki ilişkinin tam olarak belirlenebilmesi için yeterli değildir. Örneğin bir değişken diğeri ile yüksek korelasyon halinde ise bu ilişki her ikisinin üçüncü bir değişkenle korelasyon halinde bulunmasından ileri geliyor olabilir. Bu nedenle iki değişken arasındaki korelasyonu, ele alınan diğer değişkenler sabit durumda iken hesaplamak gerekebilir. Bu şekilde hesaplanan korelasyon katsayılarına “Kısmi Korelasyon Katsayıları” denilmektedir. Ancak korelasyon katsayısı ve kısmi korelasyon katsayısı ele aldığımız değişkenler arasındaki ilişkiyi bir sebep-sonuç ilişkisi şeklinde vermez. Değişkenler arasında sebep-sonuç ilişkisi olup olmadığı araştırılıyorsa ve sonucu etkileyen değişkenler arasındaki direkt ve dolaylı etkilerin birlikte incelenmesi

sözkonusu ise bu durumda kullanılacak ölçüt ne korelasyon katsayıları, ne de kısmi korelasyon katsayılarıdır (Kaşıkçı, 2000).

Çoklu regresyon analizinde ise her bir bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerine doğrudan etkisi sözkonusudur. Ancak bazı durumlarda, bağımlı değişken ile bağımsız değişken ya da değişkenler arasındaki doğrudan ilişkilerin yanı sıra dolaylı ilişkilerin varlığı da sözkonusu olabilir. Bu durumda klasik regresyon analizi ve korelasyon analizi yetersiz kalmaktadır.

İşte korelasyon analizinin ve regresyon analizinin yetersiz kaldığı bu durumlar, “Path Analizi” adı verilen istatistiksel tekniğin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Path analizinde amaç, değişken grupları arasındaki nedensel ilişkilerin önemliliğini ve büyüklüğünü tahmin etmektir.

Çoklu regresyon analizinde dikkate alınan varsayımlar altında, bir bağımlı değişken tüm bağımsız değişkenler üzerinden analiz edilirken, path analizinde her bağımlı değişken her bir bağımsız değişken üzerinden analiz edilmekte yani birden fazla regresyon analizi yapılabilmektedir. Path Analizi tekniği, ilk defa Amerikalı evren genetikçisi Sewall Wright tarafından 1921’de bir dizi denemede geliştirilmiş ve sosyal bilimlerde O. Duncan tarafından kullanılmıştır. Path sözcüğünün Türkçe karşılığı iz, patika veya yol olarak verilse de, bu analiz tekniği Türkçe literatüre de bu isimle girdiği için Path Analizi olarak incelenecektir. İki değişken arasındaki sebep-sonuç ilişkisinde, hangi değişkenin ya da değişkenlerin sebep değişkeni, hangi değişkenin ya da değişkenlerin ise sonuç değişkeni olarak ele alınması gerektiği önemli bir konu olduğundan, bu ilişkinin araştırmacı tarafından belirlenip analizin de buna göre yapılması gerekir. Wright’ın geliştirdiği Path Analizi, yalnızca sebep-sonuç değişkenleri arasındaki ilişkiler dizisine uygulanmaktadır.

Path analizi daha çok sosyal bilimlerde nedensel ilişkileri istatistiksel tekniklerden yararlanarak inceleyip yorumlamak için kullanılır. Bu nedenle değişkenler arasındaki nedensellik ilişkilerinin kısaca açıklanmasında yarar vardır.

Eğer X değişkeni, Y değişkeninin bir nedeni ise; X değişkenindeki bir değişiklik Y değişkeninde de bir değişiklik gerektirir. Burada vurgulanmak istenen, Y'nin X'i takip eden bir değişken değil, X değişkeni tarafından oluşan bir değişken olmasıdır.

Ayrıca X ile Y arasında nedensel bir ilişki olabilmesi için aşağıdaki üç şart sağlanmalıdır:

1. X ile Y arasında birlikte değişim olmalıdır.
2. X ile Y arasında zaman sıralaması olmalıdır (X, Y' nin bir nedeni ise; Y, X'in bir nedeni olmamalı veya belli bir süre geçtikten sonra olmalıdır).
3. X ile Y arasında nedensel bir ilişki olabilmesi için X ve Y'yi sebep-sonuç ilişkisi bakımından daha önce etkilemiş olan değişkenlerin etkisi çıkarıldığı zaman X ile Y arasındaki kovaryans sıfır olmamalıdır.

2. PATH ANALİZİNİN KURAMSAL TEMELLERİ

a) Yapısal (Nedensel) Denklemler

Yapısal denklemlerin değişkenler ve parametreler olmak üzere iki temel elemanı vardır. Her yapısal parametre bir değişkenle çarpılmaktadır.

$$Y_i = aX_i + bZ_i \quad \text{.....(1.1)}$$

Yukarıdaki eşitlikte Y_i , X_i ve Z_i değişkenler, a ve b yapısal parametrelerdir. Eşitliğin sağ tarafında bu parametreler ile çarpılmış X_i ve Z_i değişkenlerinin toplamı etken değişkene denk gelmektedir ve denkleme “yapısal denklem” adı verilmektedir. Yapısal denklemler, modelin değerlendirilmesine ve parametrelerin tahminlerine imkan sağlamaktadır (Pek, 1999).

Eşitlik (1.1), yapısal bir denklem örneğidir. Etki, denklemin sol tarafına, nedenler de sağ tarafına yazılır. Ekonometride nedenler, egzojenik (etkileyen) değişkenler, etkiler de endojenik (etkilenen) değişkenler olarak adlandırılır. Nedenler her zaman bağımsız değişkenlerdir. Fakat bir denklem sisteminde yer alan bir

eşitlikte bağımsız değişken (neden) durumundaki bir değişken diğer bir eşitlikte bağımlı değişken (sonuç) durumunda olabilmektedir.

Yapısal denklemler sadece matematiksel bir ilişkiyi ifade etmekle kalmayıp aynı zamanda da nedenle etki arasındaki teorik bir ilişkiyi gösterdikleri için diğer denklemlerden farklıdır.

$$-aX_i = bZ_i - Y_i \quad \dots(1.2)$$

Eşitlik 1.2), matematiksel olarak Eşitlik (1.1) ile eşdeğerdir, fakat yapısal olarak Eşitlik (1.1) ile eşdeğer değildir. Çünkü Eşitlik (1.1)'de Y_i endojenik değişken iken, Eşitlik (1.2)'de egzojenik değişken olmuştur.

b) Yapısal (Nedensel) Model

Bir yapısal denklemler dizisi, yapısal veya nedensel model olarak isimlendirilir. Nedensel model, dikkate alınan değişkenler arasında ele alınan sebep-sonuç ilişkilerini ifade eden yapısal denklemler dizisidir (Pek, 1999).

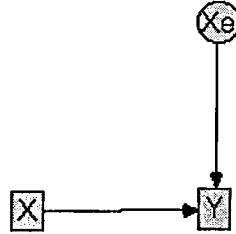
Kısaca, yapısal bir model bir dizi denklemden oluşur. Etki ya da endojenik değişken yapısal denklemin sol tarafında yer alır. Sağ tarafında ise nedenlerin veya egzojenik değişkenler bulunmaktadır.

c) Path Diyagramı

Birbirleriyle sebep-sonuç ilişkisi içinde olduğu düşünülen değişkenler arasındaki ilişkiler, path diyagramları ile gösterilebilir.

Değişkenler arasındaki nedensel ilişkileri diyagram şeklinde göstermek, sözkonusu değişkenler arasındaki ilişki sisteminin özelliklerini daha açık bir şekilde anlamak için önemlidir.

Eğer X değişkeni, Y değişkeni nin bir nedeni ise matematiksel olarak $Y = b_1X + X_e$ şeklinde gösterilen bir ilişkinin diyagramı,



şeklinde gösterilir. “ X veya X_e ’deki değişim, Y’de bir değişim yapmaktadır” veya “ Y, X’e ve X_e ’ye bağlıdır” şeklinde yorumlanır.

Y: Bağımlı değişken veya endojenik (etkilenen) değişken ,

X: Bağımsız değişken veya egzojenik (etkileyen) değişken,

b_1 : Yapısal katsayı (X’ in Y’ yi ne kadar etkilediğini gösteren katsayı ya da Y’nin X’e göre regresyon katsayısı),

X_e : Hata terimi (rassal değişken)

d) Path Katsayıları

Herhangi bir sebep değişkeni ile sonuç değişkeni arasındaki path katsayısı; ele alınan sebep değişkeni gözlenen sınırlar dahilinde değiştiğinde ve diğer bütün sebep değişkenleri sabit tutulduğunda, sonuç değişkeninin standart sapma cinsinden göstereceği değişimin, sebep değişkenlerinin hepsi etkiliyken göstermiş olduğu standart sapma cinsinden değişime oranı, sözkonusu sebep değişkenine ait “ Path Katsayısı” olarak isimlendirilir. Buna göre Path Katsayısı, herhangi bir değişkenin, buna etkili olan diğer değişkenlerden her birine bağlı olarak değişme miktarını gösterir (Kaşıkçı, 2000).

$$P_{YX} = \frac{\sigma_{YX}}{\sigma_Y} \quad \dots(1.3)$$

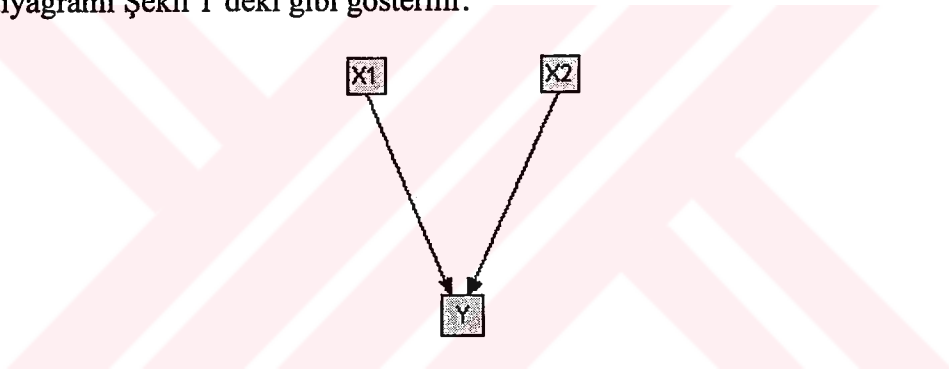
formülü ile gösterilir. Burada;

P_{YX} : X sebep değişkeni ile Y sonuç değişkeni arasındaki path katsayısı,

$\sigma_{Y.X}$: Y’de yalnızca X sebep değişkenine bağlı olarak meydana gelen değişim,
 σ_Y : Y’de tüm sebep değişkenleri etkili iken gözlenen değişim miktarıdır.

Path katsayısı, sebep değişkeninden (bağımsız değişkenden) sonuç değişkenine (bağımlı değişkene) doğru bir yön ifade etmekte olup, bu yön path diyagramında sebep değişkeninden sonuç değişkenine doğru giden tek başlı bir okla gösterilir.

Herhangi bir Y değişkeni, X_1 ve X_2 gibi birbirinden bağımsız (aralarında korelasyon olmayan) iki değişken tarafından tam olarak açıklanabiliyorsa, buna ait path diyagramı Şekil 1’deki gibi gösterilir.



Şekil 1. Aralarında korelasyon olmayan X_1 ve X_2 sebep değişkenlerinin Y sonuç değişkenine etkilerini göstermektedir.

3. PATH ANALİZİ TEKNİĞİ

Standardize edilmiş değişkenler arasındaki ilişki sistemlerini inceleyen bir analiz tekniği olarak da bilinen Path Analizi tekniği, birbirleriyle sebep-sonuç ilişkisi içerisinde olduğu düşünülen değişkenler arasındaki ilişkileri gösteren path diyagramlarının oluşturulması, değişkenler arasındaki doğrusal ilişkilerin derecesini gösteren korelasyon katsayılarının direkt etkiler, dolaylı etkiler ve bileşik path katsayılarına ayrılarak analiz edilmesi ve analiz sonuçlarının doğru bir şekilde yorumlanması işlemlerini kapsar (Çopur, 1995 ; Keskin, 1998).

Path Analizi tekniği, birbirleriyle ilişkili olduğu düşünülen değişkenlerin tam olarak bir diyagramla gösterilmesi işlemiyle başlar ve sistemin yorumlanması hesaplanacak path katsayıları ile yapılır. Ayrıca bu katsayıların matematiksel olarak belirlenebilmesi, değişkenler arasındaki sebep-sonuç ilişkiler sistemini bir matematiksel model ile belirlemeyi gerekli kılmaktadır. Araştırmacı, kuracağı sebep-sonuç ilişkisini belirlerken konuyla ilgili olarak yapılmış araştırmalardan yararlanabileceği gibi çalıştığı konuyu bilen birileriyle birlikte de sebep-sonuç ilişkisine ait path diyagramını oluşturabilir. Unutulmaması gerekir ki Path Analizinin sonuçlarının yorumlanması kurulan diyagrama göredir. Bunun için eğer kurulan diyagram yanlış ise, elde edilen sonuçların hatalı olmasının sebebi Path Analizi tekniğinden değil, kurulan diyagramın yanlış olmasından kaynaklanan bir durumdur (Sümer, 2000).

a) Path Modelleri

Path diyagramlarında tek yönlü oklar kullanılır. Bu oklar her belirli değişkenden kendisine bağımlı olan değişkene doğru çizilir. Diyagram üzerinde path katsayılarının sembolik veya sayısal değerleri yazılır.

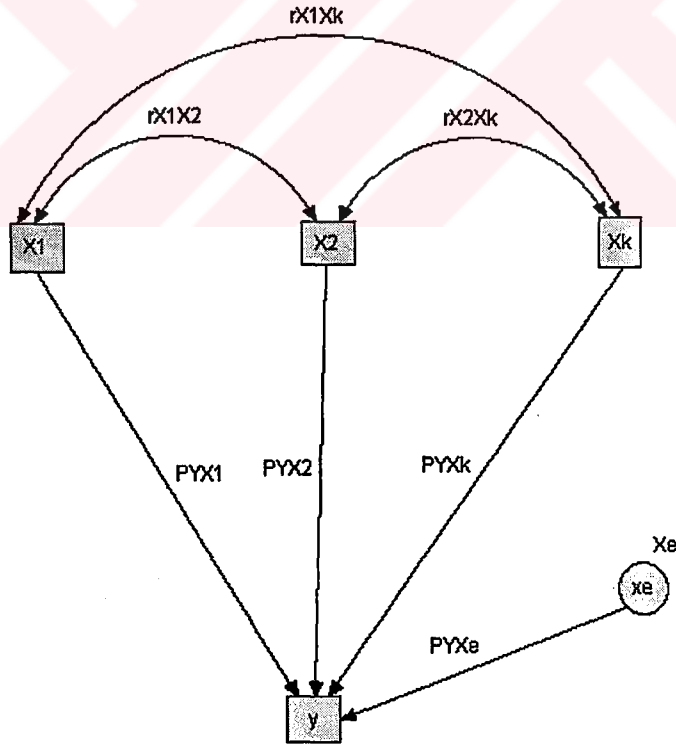
$X_1, X_2, \dots, X_k$ bağımsız değişkenleri ile X_e hata değişkeni ve bunların oluşturduğu Y bağımlı değişkeninin meydana getirdiği sebep-sonuç ilişkisi;

$$Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_kX_k + X_e \quad \dots(1.4)$$

doğrusal regresyon modeli ile belirlenebilir. Bu modelde b_0 sabit terim (regresyon sabiti), b_k katsayıları ise En Küçük Kareler tekniği ile bulunan kısmi regresyon katsayılarını gösterir. X_e , Y bağımlı değişkenine ait hata değişkenidir. X_e ' nin sıfır ortalamalı ve σ^2 varyanslı normal bir dağılım gösterdiği ve diğer X_i sebep değişkenlerinden (bağımsız değişkenlerden) bağımsız olduğu varsayılır. X_i sebep değişkenlerinin ise hatasız ölçüldüğü kabul edilir. Yani X_i değişkenlerine ait hatalar dikkate alınmaz (Turner and Stevens, 1959).

Yukarıdaki doğrusal model ile belirlenen sebep-sonuç ilişki sisteminde X_i ($i=1,2,...,k$) bağımsız değişkenlerine sebep, Y bağımlı değişkenine sonuç denir.

X_e , sistemde gösterilmeyen diğer etki faktörlerinin tümünü içerir. Örneğin bir bitki populasyonunda Y bağımlı değişkeni verim, X_i ($i=1,2,...,k$) bağımsız değişkenleri de verimi etkileyen faktörler olarak tanımlanabilir. (1.3) no'lu doğrusal modelin belirlediği sebep-sonuç ilişkileri Şekil 1'deki gibi bir diyagramla gösterilebilir. Bu diyagramda görüldüğü gibi, sebep değişkenlerinin (X_i) sonuca (Y) olan etkileri oklarla gösterilmiştir. Okun yönü, etkinin yönünü belirler. Bağımsız değişkenler arasındaki ilişki, yani korelasyon ise iki tarafta ok başlıklı eğriler ile gösterilmiştir.



Şekil 2. $X_1, X_2, ..., X_k$ sebep değişkenleri ile Y sonuç değişkeni arasındaki ilişki

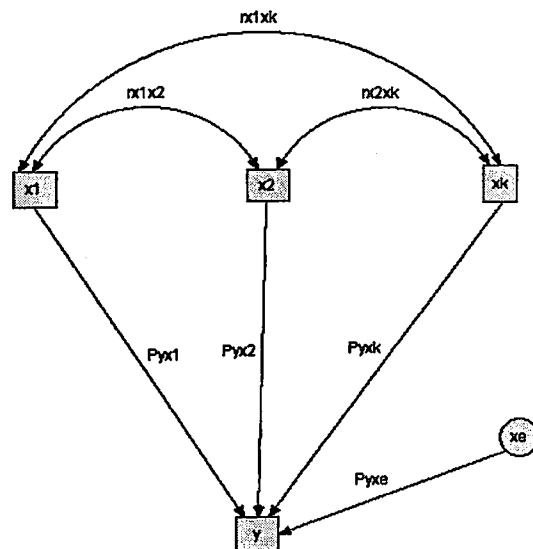
Path analizi tekniği, standardize edilmiş değişkenler arasındaki ilişkileri incelediğinden; (1.4) no'lu doğrusal modeldeki değişkenler standardize edilir ve standardize edilmiş değişkenler için doğrusal regresyon modeli yeniden yazılırsa;

$$y = P_{yx_1} x_1 + P_{yx_2} x_2 + \dots + P_{yx_k} x_k + P_{yxe} x_e \quad \dots(1.5)$$

eşitliği elde edilir ki burada, Y ve X_i değişkenleri standardize edilmiş değişkenleri, X_e ise hata terimini gösterir. Kısmi regresyon katsayıları, tanım gereği path katsayılarıdır. Path katsayıları P_{yx_i} ile gösterilmekte olup, x_i sebep değişkeninden y sonuç değişkenine giden etki miktarını gösterir. Bu durumda, sebep-sonuç sisteminde standardize edilmiş değişkenler arası ilişkileri inceleyen analize “Regresyon Analizi” yerine “Path Analizi” adı verilir. x_i sebep değişkeni ile y sonuç değişkeni arasındaki path katsayısı da;

$$\begin{aligned} P_{yx_i} &= \frac{\sum x_k y_{ki} / n}{\sum x_k^2 / n} = E(x_k Y) = \text{Cov}(x_k, y) = r(x_k, y) \\ &= b_k \frac{\sigma_{x_k}}{\sigma_y} \end{aligned} \quad \dots(1.6)$$

Şekil 2’de verilen sebep-sonuç diyagramı buraya kadar açıklanan kurallar yardımıyla path diyagramına dönüştürülür (Şekil 3). Buradan anlaşılacağı gibi path diyagramı ile sebep-sonuç diyagramı arasında şekilsel bir farklılık yoktur. Ancak path diyagramında, değişkenler standardize edilmiş ve pathları gösteren oklar üzerine de path katsayıları yazılmıştır.



Şekil 3. Sebepler arasında korelasyonun olduğu durumda X_i sebep değişkenleri, X_e hata değişkeni ve Y sonuç değişkeni arasındaki ilişkiyi gösteren path diyagramı.

b) Path Katsayılarının Hesaplanması

Şekil 3'deki diyagramda, x_1 değişkeninin y değişkeni üzerine olan doğrudan etkisinin yanı sıra, x_1 'in diğer değişkenler ile olan korelasyonundan dolayı dolaylı etkisi de sözkonusudur. Herhangi iki sebep-sonuç değişkeni arasındaki korelasyon katsayısı, bir sebep değişkeninin doğrudan etkisi ile diğer sebep değişkenleri üzerinden dolaylı etkilerinin toplamına eşittir (Wright, 1968). Bu nedenle örneğin, x_1 'in doğrudan etkisinin ve dolaylı etkilerinin toplamı ry_{x_1} 'e eşit olur.

Bu bağlamda çoklu regresyon analizindeki normal eşitliklere benzer şekilde aşağıdaki eşitlikleri yazmak mümkündür;

$$\begin{aligned}
 P_{yx_1} + r_{x_1x_2} P_{yx_2} + \dots + r_{x_1x_k} P_{yx_k} &= r_{yx_1} \\
 r_{x_2x_1} P_{yx_1} + P_{yx_2} + \dots + r_{x_2x_k} P_{yx_k} &= r_{yx_2} \\
 \dots & \\
 r_{x_kx_1} P_{yx_1} + r_{x_kx_2} P_{yx_2} + \dots + P_{yx_k} &= r_{yx_k}
 \end{aligned}
 \tag{1.7}$$

Bu eşitliklerde sebep değişkenleri arasındaki korelasyonlar ve sebep değişkenleri ile sonuç değişkeni arasındaki korelasyonlar bilindiğinden, bilinmeyen path katsayıları çözülebilir. Bu eşitlik matris formuna dönüştürüldüğünde; sebep değişkenlerine ait korelasyon matrisi A , path katsayıları vektörü P ve sebep değişkenlerinin sonuç değişkeni ile olan korelasyonlarından oluşan sütun vektörü de B ile gösterilirse (1.7) no'lu eşitlik kısaca;

$$P = A^{-1}B \tag{1.8}$$

şeklinde yazılabilir.

Sebeup değişkenlerine ait direkt etki miktarlarından hareketle, bu değişkenlerin dolaylı etki miktarları da bulunabilir. Bunun için path katsayılarından oluşan köşegen matrisi, (K) sebeup değişkenlerine ait korelasyon matrisi (R) ile çarpılır. Elde edilen $k \times k$ boyutlu matriste, (D) diyagonaldeki değerler path katsayılarıdır. Diyagonalin dışındaki değerler ise sebeup değişkenlerinin birbirleri üzerinden olan dolaylı etki miktarlarıdır. D matrisi simetrik değildir. D matrisi elde edilirken “ $D = K \times R$ ” şeklinde yazılmış ise bu durumda i. satır j. sütünadaki değerler j. sebeup değişkeninin i. sebeup değişkeni üzerinden olan dolaylı etki miktarıdır. Eğer D matrisi “ $D = R \times K$ ” şeklinde elde edilmiş ise bu durumda i. satır j. sütünadaki değer i. sebeup değişkeninin j. sebeup değişkeni üzerinden olan dolaylı etki miktarıdır. y sonuç değişkenine ait belirlenme katsayısı genel olarak;

$$r_{yy} = \sum_{i=1}^k \sum_{j=1}^k P_{yx_i} P_{yx_j} r_{x_i x_j} + P_{y x_e}^2 = 1 \quad \dots(1.9)$$

şeklinde yazılabilir.

(1.9) no’lu eşitlikten anlaşılacağı gibi eğer sebeup değişkenleri arasında korelasyon tanımlanmamış ise bu durumda sonuç değişkeni ile sebeup değişkenleri arasındaki korelasyonlar, direkt olarak adı geçen sebeup değişkenlerine ait path katsayılarına eşit olur.

$$r_{yy} = \sum_{i=1}^k P_{yx_i}^2 + P_{y x_e}^2 = 1 \quad \dots(1.10)$$

k adet sebeup değişkeni için yazılmış olan bu genel eşitlikler, dallanmış path diyagramları için de rahatlıkla kullanılabilirler.

4. PATH ANALİZİNİN AVANTAJLARI

İki değişken arasındaki doğrusal ilişkinin derecesini gösteren korelasyon katsayısı aynı zamanda iki değişkenin birlikte değişip değişmediğini ve eğer birlikte değişiyorsa bu değişimin derecesini belirtir. Bu değişkenlerden biri sebeup, diğeri

sonuç olabileceği gibi ikisi de başka bir sebebin veya sebeplerin sonucu olabilir. Örneğin, ikiz kardeşlerin boyları ile ağırlıkları arasında bir korelasyon varsa (ikiz kardeşlerin ağırlıkları birlikte değişiyorsa) bu korelasyon, bunlardan birine ait ağırlığın, diğerine ait ağırlığı etkilemesinden değil, ikisinin de aynı sebep değişkenleri tarafından etkilenmesinden kaynaklanır. Bu nedenle korelasyon katsayısı, her zaman sebep ve sonuç arasındaki ilişkiyi belirlemede yeterli değildir. Bu doğru bir şekilde ancak path analizi ile belirlenebilir.

İki değişken arasında hesaplanan korelasyon katsayısının içerisinde, değişkenlerin tek başına etkisi ve diğer değişkenler ile olan birlikte etkileri (dolaylı etkiler) bulunduğundan, araştırmacı değişkenlerin ayrı ayrı ve birlikte etkilerini bulmak istediğinde, path katsayılarını ve path analizini kullanır.

Eğer iki değişken arasında hesaplanan korelasyon katsayısı sıfır olarak bulunmuşsa, bu iki değişkenin ortak sebep içermediği konusunda yorum yapmak doğru değildir. Birçok durumda, negatif etkili korelasyonlar pozitif etkili korelasyonlar kadar olup, birbirini dengelemektedir. Buna bağlı olarak, bu gibi sistemlerde korelasyon katsayısına bakarak, sistemin ortak sebep içerip içermediği hakkında yorum yapmak yanıltıcı olur. Bu nedenle, path katsayıları ve path analizi tekniğini kullanmak, araştırmacıya daha doğru sonuca ulaşma imkanı verir.

Korelasyon katsayısının karesi olan belirleme katsayısı, değişkenlerin direkt ve dolaylı etki paylarına ayrılabilirdiğinden; sonuç değişkenindeki değişimi açıklamada, değişkenlerin ayrı ayrı ve birlikte etki payları path analizi tekniği ile belirlenebilir.

Sebepler değişkenleri arasındaki yüksek korelasyonu ifade eden çoklu bağıntı probleminin olup olmadığı da path analizi tekniği ile belirlenebilir (Asher, 1976).

Sonuç değişkenindeki değişimi açıklayabilmede, modele girebilecek sebep değişkenlerinin seçiminde de path katsayılarından yararlanılabilir. Çoklu doğrusal regresyon modeli ($Y = b_0 + b_1X_1 + b_2X_2 + \dots + b_kX_k + X_e$) daha çok Y'deki varyasyonu

açıklamada etkili X bağımsız değişkenlerinin bulunmasına dayanır. Değişkenler arasındaki ilişkilerin mantıklı bir biçimde tartışılması için pek düşünülemez. Aynı zamanda path analizinin nedensel ilişkileri açıklayabilme bakımından, doğrusal regresyon modeli yaklaşımından daha avantajlı olduğu görülür.

Korelasyon katsayıları -1 ile $+1$ arasında değişirken, path katsayıları bu sınırların dışına çıkabilmektedir. Yani, path katsayılarının negatif etkili olanları ve pozitif etkili olanları birbirlerini dengelemekte ve korelasyon katsayılarını bu sınırlar içinde tutmaktadır.

Aynı korelasyona sahip olan değişkenler arasında, farklı path diyagramları çizilebilmekte ve bunlar arasındaki doğrusal ilişkiler farklı şekillerde yorumlanabilmektedir.

Standardize edilmiş kısmi regresyon katsayıları olan path katsayılarından hareketle, standardize edilmemiş kısmi regresyon katsayıları bulunabilir (Gürbüz ve Diğerleri, 1999).

Eğer araştırmacı farklı ana kütlelerdeki özellikleri birbirleriyle karşılaştırmak istiyorsa, örneğin siyah ırktan olan insanların beyaz ırktan olan insanlarla veya güneydeki insanları kuzeydeki insanlarla karşılaştırmak istiyorsa, standardize edilmemiş kısmi regresyon katsayılarını kullanması daha doğrudur. Ancak araştırmacı, aynı ana kütle içerisindeki değişkenleri birbirleriyle karşılaştırmak istiyorsa, standardize edilmiş kısmi regresyon katsayılarını yani path katsayılarını kullanmalıdır (Asher,1976).

Araştırmacı, bağımlı değişkenin tahminindeki hatayı mümkün olduğu kadar küçük tutarak, modele girebilecek bağımsız değişkenlerin sayısını azaltmaya çalışır. Bu amaçla, bağımsız değişkenlerin seçiminde bazı istatistik ölçütler geliştirilmiştir. Bu ölçütlerden birisi ise “mümkün olan bütün kombinasyonlardır.” Bu yöntemde, modele girebilecek bağımsız değişkenlerin hepsinin bütün kombinasyonları belirlenir. Bu kombinasyonlardan hangisinin uygun olduğunun belirlenmesinde

kullanılan ölçütlerden birisi de path katsayılarıdır. Path analizi ve path katsayıları ile bağımlı değişkendeki değişimin açıklanabilen kısmı (R^2) unsurlarına ayrılarak, bunda bağımsız değişkenlerin ayrı ayrı ve birlikte olan etki payları belirlenebildiği için, bütün bağımsız değişkenleri içeren regresyon denklemi analiz edilerek, hangi değişkenin ya da hangi değişkenlerin denkleme girebileceğine karar verilebilir. Bu durumda, path analizi tekniği ile mümkün olan bütün kombinasyonları denemeye gerek kalmaz. Direkt olarak bütün bağımsız değişkenlerin bulunduğu modelden, uygun olan kombinasyon doğru bir şekilde seçilebilir.

Daha önceden de belirtildiği gibi path analizi tekniği aynı veri setine değişik path diyagramları çizerek bunları yorumlama imkanı verir. Ancak aynı veri seti için kurulan farklı path diyagramlarından, hangisinin ya da hangilerinin kullanılabileceği konusundaki veya hangi diyagramların avantajlı olduğu konusundaki belirsizlikler ve bunun yanı sıra path analizi sonucunda elde edilen path katsayılarından 1'den büyük çıkan değerlerin ve buna bağlı olarak da negatif değerli birlikte belirleme katsayılarının yorumlanabilmesindeki güçlükler, path analizi tekniğinin dezavantajları olarak görülebilir. Path diyagramında 1'den büyük path katsayısı varsa, bu böyle bir sistemde dengeleyici mekanizmanın (negatif etkinin) olduğuna bir işarettir. Bu bakış açısıyla bakıldığında zaman 1'den büyük çıkan path katsayıları pek anlamlı değildir.

BÖLÜM V

BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda oluşturulmuş olan sorulara aranan cevaplarla ilgili bulgulara yer verilmiştir. Kendini sunma modeli gereği araştırmanın bağımlı değişkeni olan sosyal kaygıya (etkileşim ve izlenme kaygısı) etki eden bağımsız değişkenlerin (Genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, düşük benlik saygısı, ortamda bulunan yabancılar, dinleyicilere atfedilen önem, algılanan sosyal beceri eksikliği ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar) doğrudan ve dolaylı etkileri ayrı ayrı tablolarda gösterilerek açıklanmaya çalışılmıştır.

Öncelikle SPSS paket programında, girilmiş olan bağımlı ve bağımsız değişkenlere ait ölçeklerin toplam puanları alınmıştır. Elde edilmiş toplam puanlarla bağımlı ve bağımsız değişkenlere ait aritmetik ortalamaları, standart sapmalar ve korelasyon matrisi oluşturulmuştur. Tablo 8'de bağımlı ve bağımsız değişkenlere ait aritmetik ortalamalar ve standart sapmalar verilmiştir.

Tablo 8

**Etkileşim Ve İzlenme Kaygılarıyla Onları Etkileyen Değişkenlerin
Aritmetik Ortalamaları ve Standart Sapmaları**

	N	Aritmetik Ort.	Standart Sapma
Etkileşim Kaygısı	1060	2.35	0.76
İzlenim Kaygısı	1060	2.55	0.92
Genel Ben Bilinci	1060	3.55	0.74
Onay İhtiyacı	1060	2.70	0.73
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	1060	2.71	1.24
Benlik Saygısı	1060	4.47	0.53
Ortamda Bulunan Yabancılar	1060	2.92	1.11
Dinleyicilere atfedilen önem	1060	3.02	1.18
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	1060	3.17	1.23
Algılanan Sosyal Beceri	1060	3.47	0.98

Tablo 8'de bağımlı ve bağımsız değişkenlere ilişkin aritmetik ortalamalar ve standart sapmalar görülmektedir. Tablo 9'da da bağımlı ve bağımsız değişkenlere ait korelasyon matrisi yer almaktadır.

Tablo 9

Etkileşim Ve İzlenme Kaygısıyla Onları Etkileyen Değişkenlerin Korelasyon Matrisi

	Etkileşim Kaygısı	İzlenme Kaygısı	Genel Ben Bilinci	Onay İhtiyacı	Olumsuz Değerlen. Korkusu	Benlik Saygısı	Ortama Bulunan Yabancılar	Dinleyicilere Atfedilen Önem	Geçmişteki Sosyal Başarısızlık	Algılanan Sosyal Beceri
Etkileşim Kaygısı	1.00									
İzlenme Kaygısı	.71	1.00								
Genel Ben Bilinci	.28	.21	1.00							
Onay İhtiyacı	.62	.42	.40	1.00						
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.51	.43	.32	.46	1.00					
Benlik Saygısı	-.32	-.27	-.23	-.23	-.17	1.00				
Ortama Bulunan Yabancılar	.52	.43	.34	.37	.49	-.10	1.00			
Dinleyicilere Atfedilen Önem	.42	.34	.31	.36	.42	-.08	.67	1.00		
Geçmişteki Sosyal Başarısızlık	.32	.23	.30	.33	.32	-.10	.40	.43	1.00	
Algılanan Sosyal Beceri	-.29	-.27	.11	-.11	-.12	.24	-.20	-.18	-.03	1.00

Tablo 9'da görülen korelasyon matrisi ve Tablo 8'de yer alan standart sapmalar SPSS programından LISREL programına aktarılmış ve Path analizi yapılmıştır.

Path analizi sonucunda oluşturulan modele ilişkin path istatistikleri, verilerin öne sürülen modele uygun olup olmadığını göstermektedir. Uygunluğun anlaşılması için kay-kare değerine bakmak gerekmektedir. Manidar olmayan kay-kare değerleri öne sürülen modelin elde edilen verilerle uyumlu olduğunu göstermektedir. Manidar olan kay-kare değerleri ise model ile elde edilen verilerin uyuşmadığını, dolayısıyla modelin elde edilen gözlemleri açıklayamayacağını ifade etmektedir. Ancak kay kare değerleri örneklem büyüklüğünden etkilenen bir istatistik yöntemidir. Örneklem büyük olduğu durumlarda ise RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation), GFI (Goodness of Fit Index), AGFI (Adjusted Goodness of Fit Index), NFI (Normed Fit Index), NNFI (Non-normed Fit Index) ve CFI (Comparative Fit Index) değerlerine bakmak gerekmektedir (Sümer, 2000).

RMSEA (Yaklaşık Hataların Ortalama Karakökü) değerlerinin 0.01 ile 0.08 arasında olması modelin verilere uygun olduğunu göstermektedir. 0.01'den küçük olan RMSEA değerleri ile 0.08'den büyük olan RMSEA değerleri modelin kullanışsız olduğunu ifade etmektedir. GFI ve AGFI (İyilik Uyum İndeksi), modelin örneklemdeki varyans-kovaryans matrisini ne oranda ölçtüğünü gösterir ve modelin açıkladığı örneklem varyansı olarak da kabul edilir. GFI değerleri "0" ile "1" arasında değişmektedir. GFI değerinin .90 ve üzerinde olması modelin uyumlu olduğu anlamına gelmektedir. CFI (Karşılaştırmalı Uyum İndeksi), bağımsızlık modelinin (gizil değişkenler arasında ilişkinin olmadığını öngören model) ürettiği kovaryans matrisini karşılaştırmaktadır. CFI, "0" ile "1" arasında değer vermekte ve .90 ile üstündeki değerlere sahip modelin uyumlu olduğu kabul edilmektedir. NFI (Normlaştırılmış Uyum İndeksi), özünde CFI'ya benzer ancak kay kare dağılımının gerektirdiği sayıtlara uyma zorunluluğu olmaksızın karşılaştırma yapmaktadır. NNFI (Normlaştırılmamış Uyum İndeksi) ise NFI'ya benzemekle birlikte model karmaşıklığını dikkate alarak bir değer verir. Bunu da karşılaştırdığı modellerin

serbestlik derecelerini hesaba katarak yapmaktadır. NFI ve NNFI değerleri de “0” ile “1” arasında değişmekte, .90 ve üzerindeki değerler modelin uyumlu olduğunu göstermektedir (Sümer, 2000).

Bu araştırma kapsamında yapılan Path analizi sonucunda oluşturulmuş modele ilişkin fit istatistikleri Tablo 10'da verilmiştir.

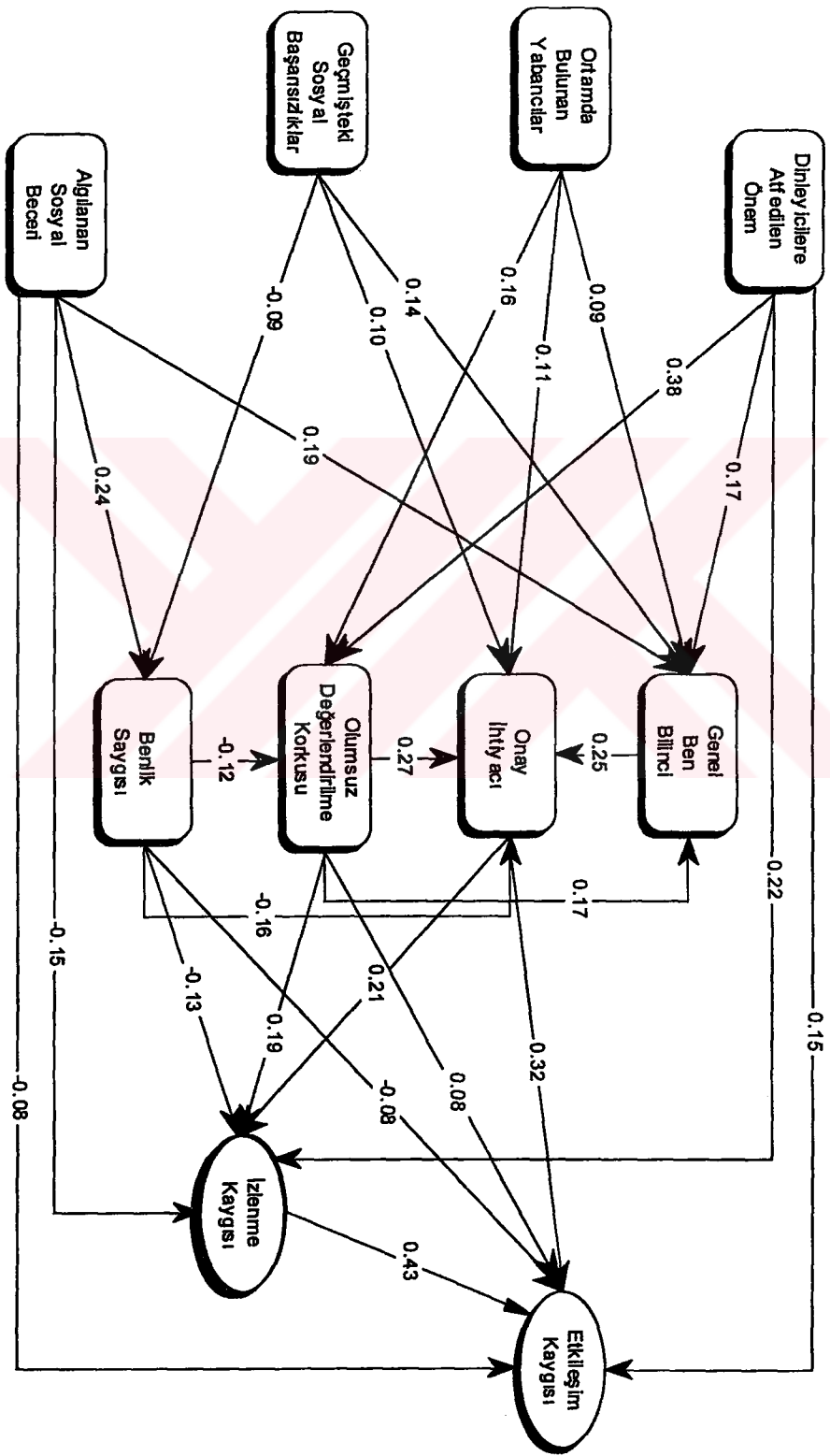
Tablo 10

Modele İlişkin Fit İstatistikleri

Degrees of Freedom (Serbeslik Derecesi) = 13
Chi-Square (Kay kare) = 22.56
P-value = 0.06
Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.03
Goodness of Fit Index (GFI) = 0.99
Adjusted Goodness of Fit Index (AGFI) = 0.98
Comparative Fit Index (CFI) = 1.00
Normed Fit Index (NFI) = 0.99
Non-Normed Fit Index (NNFI) = 0.99

Tablo 10’da görüldüğü gibi bu araştırmada elde edilen kay kare değeri ($p = 0.06$) manidar değildir. Bu da topladığımız verilerin öne sürdüğümüz modele uygun olduğunu göstermektedir. Kay kare değerleri örneklem büyüklüğünden etkilendiği için örneklem büyüklüğünden etkilenmeyen uyum indeksleri hesaplanmıştır. Bu doğrultuda hesaplanan RMSEA değerinin 0.03 olması modelin verilere uygun olduğunun bir kanıtıdır. GFI, AGFI, CFI, NFI, ve NNFI değerleri de 0.90’ın üstünde çıktığından elde edilen veriler modele uygun durumdadır. Tüm bu hesaplama sonuçları modelin uygunluğunu göstermektedir. Bu istatistikler doğrultusunda oluşın modelin standart path diyagramı aşığıdaki gibidir.

Diyagram 2
Modele İlişkin Standart Path Diyagramı



Yukarıda path analizi sonucu oluşturulmuş modele ilişkin standart path diyagramı yer almaktadır. Diyagram 2’de de görüldüğü gibi yapılmış olan path analizi sonucunda bağımlı değişkenlerin (etkileşim ve izlenme kaygıları) doğrudan etkilendikleri diğer değişkenler düz ve tek yönlü oklarla gösterilmeye çalışılmıştır. Tek yönlü ve düz oklar değişkenlerin ok yönündeki değişkeni doğrudan etkilediğini ifade etmektedir. Ayrıca diyagramda, bağımsız değişkenlerin de birbirlerini doğrudan etkilendikleri görülmektedir. Tablo 11’de diğer değişkenler tarafından ve birbirlerinden doğrudan etkilenen bağımlı ve bağımsız değişkenlerin etkilenme yüzdeleri verilmiştir.

Tablo 11

**Doğrudan Etkilenen Bağımlı ve Bağımsız Değişkenlerin
Toplam Etkilenme Yüzdeleri**

	Toplam etkilenme yüzdesi (%)
Etkileşim Kaygısı	67
İzlenim Kaygısı	33
Genel Ben Bilinci	20
Onay İhtiyacı	33
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	27
Benlik Saygısı	7

Tablo 11’de etkileşim kaygısı, izlenme kaygısı, genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve düşük benlik saygısı değişkenlerinin toplam doğrudan etkilenme yüzdeleri verilmiştir. Aşağıda sırasıyla Tablo 11’de yer alan değişkenlerin diğer değişkenlerden doğrudan, dolaylı ve toplam etkilenme dereceleri yer almaktadır.

1. Etkileşim Kaygısının Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

Tablo 11’de görüldüğü gibi etkileşim kaygısı toplam olarak %67 oranında diğer değişkenlerden etkilenmektedir. Diyagram 2’de etkileşim kaygısının, izlenme kaygısı, genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik

saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıktığı görülmektedir. Tablo 12'de etkileşim kaygısını etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle etkileşim kaygısı arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 12

**Etkileşim Kaygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan,
Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri**

	t	Etkileşim Kaygısı		Toplam Etki
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	
İzlenme Kaygısı	20.05	0.43	-	0.43
Onay İhtiyacı	15.19	0.32	0.09	0.41
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	3.61	0.08	0.21	0.29
Benlik Saygısı	-4.37	-0.08	-0.16	-0.24
Dinleyicilere Atfedilen Önem	7.23	0.15	0.22	0.37
Algılanan Sosyal Beceri	-4.16	-0.08	-0.10	-0.18
Genel Ben Bilinci	-	-	0.10	0.10
Ortamda Bulunan Yabancılar	-	-	0.10	0.10
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	-	-	0.08	0.08

Tablo 12'de, etkileşim kaygısına en çok 0.43'lük bir etkiyle izlenme kaygısının doğrudan etkisi görülmektedir. Ayrıca sırasıyla etkileşim kaygısına onay ihtiyacı 0.32'lik, dinleyicilere atfedilen önem 0.15'lik, olumsuz değerlendirme korkusu 0.08'lik, benlik saygısıyla algılanan sosyal beceri ise -0.08'lik doğrudan etki yapmaktadır. Ancak Tablo 12'de izlenme kaygısı dışında diğer değişkenlerin doğrudan etkilerinin yanında dolaylı etkilerinin de olduğu görülmektedir. Onay ihtiyacının, Diyagram 2'de görüldüğü gibi etkileşim kaygısına, 0.32'lik doğrudan

etkinin yanında genel ben bilinci, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, ortamda bulunan yabancılar ve geçmişteki sosyal başarısızlıklarla olan ilişkisi sebebiyle 0.09'luk dolaylı etki etmektedir. Böylece onay ihtiyacının etkileşim kaygısı üzerinde toplam olarak 0.41'lik bir etkisi olduğu görülmektedir. Dinleyicilere atfedilen önemin etkileşim kaygısı üzerinde, 0.15'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci, olumsuz değerlendirilme korkusu ve izlenme kaygısı üzerinden de 0.22'lik dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Böylece dinleyicilere atfedilen önemin etkileşim kaygısı üzerinde toplam olarak 0.37'lik etkisi bulunmaktadır. Olumsuz değerlendirme korkusunun etkileşim kaygısı üzerinde, 0.08'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve izlenme kaygısı üzerinden de 0.21'lik dolaylı etkisi görülmektedir. Böylece olumsuz değerlendirilme korkusunun etkileşim kaygısı üzerinde toplam olarak 0.29'luk etkisi olduğu görülmektedir. Benlik saygısının etkileşim kaygısı üzerinde, -0.08'lik doğrudan etkisinin yanında olumsuz değerlendirilme korkusu, onay ihtiyacı ve izlenme kaygısı üzerinden de -0.16'lık dolaylı etkisi görülmektedir. Bu doğrultuda düşük benlik saygısının etkileşim kaygısı üzerinde toplam olarak -0.24'lük etkisi olduğu söylenebilir. Algılanan sosyal beceri eksikliğinin etkileşim kaygısı üzerinde, -0.08'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci, düşük benlik saygısı ve izlenme kaygısı üzerinden de -0.10'luk dolaylı etkisi vardır. Böylece algılanan sosyal becerinin etkileşim kaygısı üzerinde toplam olarak -0.18'lik etkisi olduğu bulunmuştur. Tablo 12'de tüm bu doğrudan etkisi olan değişkenlerin yanında doğrudan etkisi olmayıp da sadece dolaylı etkilerinin olduğu değişkenlere de rastlanmaktadır. Genel ben bilinci onay ihtiyacı üzerinden etkileşim kaygısına dolaylı olarak 0.10'luk etki yapmaktadır. Ortamda bulunan yabancıların da genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden etkileşim kaygısına dolaylı olarak 0.10'luk etki yapmaktadır. Son olarak da geçmişteki sosyal başarısızlıklar genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve benlik saygısı üzerinden etkileşim kaygısına dolaylı olarak 0.08'lik etki göstermektedir.

2. İzlenme Kaygısının Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

İzlenme kaygısının %33'ü genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda

bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıkmaktadır. Tablo 13'de izlenme kaygısını etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle izlenme kaygısı arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 13

**İzlenme Kaygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan,
Dolaylı Ve Toplam Etkileriyle t Değerleri**

	t	İzlenme Kaygısı		Toplam Etki
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	
Onay İhtiyacı	7.08	0.21	-	0.21
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	6.12	0.19	0.06	0.25
Benlik Saygısı	-5.01	-0.13	-0.07	-0.20
Dinleyicilere Atfedilen Önem	7.40	0.22	0.10	0.32
Algılanan Sosyal Beceri	-5.67	-0.15	-0.04	-0.19
Genel Ben Bilinci	-	-	0.05	0.05
Ortamda Bulunan Yabancılar	-	-	0.07	0.07
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	-	-	0.05	0.05

Tablo 13'de görüldüğü gibi izlenme kaygısına sırasıyla onay ihtiyacı 0.21'lik, dinleyicilere atfedilen önem 0.22'lik, olumsuz değerlendirme korkusu 0.19'luk, benlik saygısı -0.13'lük ve algılanan sosyal beceri ise -0.15'lik doğrudan etki yapmaktadır. Ancak Tablo 13'de onay ihtiyacı dışında diğer değişkenlerin doğrudan etkilerinin yanında dolaylı etkilerinin de olduğu görülmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusu, Diyagram 2'de de görüldüğü gibi izlenme kaygısına, 0.19'luk doğrudan etkinin yanında, genel ben bilinci ve onay ihtiyacı üzerinden de 0.06'lık dolaylı etki etmektedir. Böylece olumsuz değerlendirilme korkusunun izlenme kaygısı üzerinde toplam olarak 0.25'lik bir etkisi olduğu görülmektedir. Benlik saygısının izlenme kaygısı üzerinde, -0.13'lük doğrudan etkisinin yanında

olumsuz değerlendirilme korkusu ve onay ihtiyacı üzerinden de -0.07'lik dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Böylece benlik saygısının izlenme kaygısı üzerinde toplam olarak -0.20'lik etkisi bulunmaktadır. Dinleyicilere atfedilen önemin izlenme kaygısı üzerinde, 0.22'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de 0.10'luk dolaylı etkisi görülmektedir. Böylece olumsuz değerlendirilme korkusunun izlenme kaygısı üzerinde toplam olarak 0.32'lik etkisi olduğu görülmektedir. Algılanan sosyal becerinin izlenim kaygısı üzerinde, -0.15'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci ve benlik saygısı üzerinden de -0.04'lük dolaylı etkisi görülmektedir. Bu doğrultuda algılanan sosyal becerinin izlenme kaygısı üzerinde toplam olarak -0.19'luk etkisi olduğu söylenebilir. Tablo 13'de tüm bu doğrudan etkisi olan değişkenlerin yanında doğrudan etkisi olmayıp da sadece dolaylı etkilerinin olduğu değişkenlere de rastlanmaktadır. Genel ben bilinci, onay ihtiyacı üzerinden izlenme kaygısına dolaylı olarak 0.05'lik etki yapmaktadır. Ortamda bulunan yabancıların da genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden izlenme kaygısına dolaylı olarak 0.07'lik etki yapmaktadır. Son olarak da geçmişteki sosyal başarısızlıklar genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve benlik saygısı üzerinden izlenme kaygısına dolaylı olarak 0.05'lik etki göstermektedir.

3. Genel Ben Bilincinin Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

Genel ben bilincinin %20'si olumsuz değerlendirilme korkusu, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıkmaktadır. Tablo 14'de genel ben bilincini etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle genel ben bilinci arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 14
Genel Ben Bilincini Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan,
Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri

	t	Genel Ben Bilinci		Toplam Etki
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	
Onay İhtiyacı	-	-	-	-
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	5.44	0.17	-	0.17
Benlik Saygısı	-	-	-0.02	-0.02
Dinleyicilere Atfedilen Önem	4.38	0.17	0.07	0.24
Algılanan Sosyal Beceri	6.63	0.19		0.19
Ortamda Bulunan Yabancılar	2.46	0.09	0.03	0.12
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	4.54	0.14	-	0.14

Tablo 14'de görüldüğü gibi genel ben bilincine sırasıyla olumsuz değerlendirme korkusu 0.17'lik, dinleyicilere atfedilen önem 0.17'lik, ortamda bulunan yabancılar 0.09'luk, geçmişteki sosyal başarısızlıklar 0.14'lük ve algılanan sosyal beceri ise 0.19'luk doğrudan etki yapmaktadır. Ancak Tablo 14'de olumsuz değerlendirme korkusu, algılanan sosyal beceri ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar dışında diğer değişkenlerin doğrudan etkilerinin yanında dolaylı etkilerinin de olduğu görülmektedir. Dinleyicilere atfedilen önem, Diyagram 2'de görüldüğü gibi genel ben bilincine, 0.17'lik doğrudan etkinin yanında, olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de 0.07'lik dolaylı etki etmektedir. Böylece dinleyicilere atfedilen önemin genel ben bilinci üzerinde toplam olarak 0.24'lük bir etkisi olduğu görülmektedir. Ortamda bulunan yabancıların genel ben bilinci üzerinde, 0.09'luk doğrudan etkisinin yanında olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de 0.03'lük dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Böylece ortamda bulunan yabancıların genel ben bilinci üzerinde toplam olarak 0.12'lik etkisi bulunmaktadır. Tablo 14'de doğrudan etkisi olan değişkenlerin yanında doğrudan etkisi olmayıp da sadece dolaylı etkilerinin olduğu değişkene de rastlanmaktadır. Benlik saygısı, onay ihtiyacı ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden genel ben bilincine dolaylı olarak -0.02'lik etki

yapmaktadır. Bütün bunların yanında onay ihtiyacının genel ben bilinci üzerinde ne doğrudan ne de dolaylı hiç bir etkisi görülmemektedir.

4. Onay İhtiyacının Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

Onay ihtiyacının %33'ü genel ben bilinci, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, ortamda bulunan yabancılar ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıkmaktadır. Tablo 15'de onay ihtiyacını etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle onay ihtiyacı arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 15
**Onay İhtiyacını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan,
Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri**

	t	Onay İhtiyacı		Toplam Etki
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	9.56	0.27	0.05	0.32
Benlik Saygısı	-6.44	-0.16	-0.04	-0.20
Dinleyicilere Atfedilen Önem	-	-	0.16	0.16
Algılanan Sosyal Beceri	-	-	-	-
Genel Ben Bilinci	9.00	0.25	-	0.25
Ortamda Bulunan Yabancılar	3.67	0.11	0.08	0.19
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	3.69	0.10	0.06	0.16

Tablo 15'de görüldüğü gibi onay ihtiyacına sırasıyla genel ben bilinci 0.25'lik, olumsuz değerlendirilme korkusu 0.27'lik, benlik saygısı -0.16'lik, ortamda bulunan yabancılar 0.11'lik ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar ise 0.10'luk doğrudan etki yapmaktadır. Ancak Tablo 15'de genel ben bilincinin dışında diğer değişkenlerin doğrudan etkilerinin yanında dolaylı etkilerinin de olduğu görülmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusu, Diyagram 2'de de görüldüğü gibi onay ihtiyacına, 0.27'lik

doğrudan etkinin yanında, genel ben bilinci üzerinden de 0.05'lik dolaylı etki etmektedir. Böylece olumsuz değerlendirme korkusunun onay ihtiyacı üzerinde toplam olarak 0.32'lik bir etkisi olduğu görülmektedir. Benlik saygısı onay ihtiyacı üzerinde, -0.16'lık doğrudan etkisinin yanında olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de -0.04'lük dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Böylece benlik saygısının onay ihtiyacı üzerinde toplam olarak -0.20'lik etkisi bulunmaktadır. Ortamda bulunan yabancıların onay ihtiyacı üzerinde, 0.11'lik doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de 0.08'lik dolaylı etkisi görülmektedir. Böylece ortamda bulunan yabancıların onay ihtiyacı üzerinde toplam olarak 0.19'luk etkisi olduğu görülmektedir. Geçmişteki sosyal başarısızlıkların onay ihtiyacı üzerinde, 0.10'luk doğrudan etkisinin yanında genel ben bilinci ve benlik saygısı üzerinden de 0.06'lük dolaylı etkisi görülmektedir. Bu doğrultuda geçmişteki sosyal başarısızlıkların onay ihtiyacı üzerinde toplam olarak 0.16'lık etkisi olduğu söylenebilir. Tablo 15'de doğrudan etkisi olan değişkenlerin yanında doğrudan etkisi olmayıp da sadece dolaylı etkilerinin olduğu değişkene de rastlanmaktadır. Dinleyicilere atfedilen önem, genel ben bilinci ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden onay ihtiyacına dolaylı olarak 0.16'lık etki yapmaktadır. Bütün bunların yanında algılanan sosyal becerinin onay ihtiyacı üzerinde ne doğrudan ne de dolaylı hiç bir etkisi görülmemektedir.

5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

Olumsuz değerlendirilme korkusunun %27'si, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem ve ortamda bulunan yabancılar değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıkmaktadır. Tablo 16'da olumsuz değerlendirilme korkusunu etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 16

Olumsuz Değerlendirilme Korkusunu Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan, Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri

	t	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu		
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Toplam Etki
Onay İhtiyacı	-	-	-	-
Benlik Saygısı	-4.54	-0.12	-	-0.12
Dinleyicilere Atfedilen Önem	10.39	0.38	-	0.38
Algılanan Sosyal Beceri	-	-	-0.03	-0.03
Genel Ben Bilinci	-	-	-	-
Ortamda Bulunan Yabancılar	4.61	0.16	-	0.16
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	-	-	0.01	0.01

Tablo 16'da görüldüğü gibi olumsuz değerlendirme korkusuna sırasıyla benlik saygısı -0.12'lik, dinleyicilere atfedilen önem 0.38'lik ve ortamda bulunan yabancılar ise 0.16'lık, doğrudan etki yapmaktadır. Ancak Tablo 16'da görüldüğü gibi olumsuz değerlendirilme korkusuna hem doğrudan hem de dolaylı etki eden hiç bir değişken yoktur. Tablo 16'da doğrudan etkisi olan değişkenlerin yanında doğrudan etkisi olmayıp da sadece dolaylı etkilerinin olduğu değişkenlere de rastlanmaktadır. Geçmişteki sosyal başarısızlıklar, benlik saygısı üzerinden olumsuz değerlendirilme korkusuna dolaylı olarak 0.01'lik çok az etki yapmaktadır. Algılanan sosyal beceri de, yine benlik saygısı üzerinden olumsuz değerlendirilme korkusuna dolaylı olarak -0.03'lük az bir etki yapmaktadır. Bütün bunların yanında genel ben bilinciyle onay ihtiyacının olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinde ne doğrudan ne de dolaylı hiç bir etkisi görülmemektedir.

6. Düşük Benlik Saygısının Diğer Değişkenlerden Etkilenme Yüzdesi

Düşük benlik saygısının %7'si geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıkmaktadır.

Tablo17'de benlik saygısını etkileyen değişkenlerin doğrudan, dolaylı ve toplam etkileriyle bu değişkenlerle benlik saygısı arasındaki t değerleri verilmiştir.

Tablo 17

**Benlik Saygısını Etkileyen Değişkenlerin Doğrudan,
Dolaylı ve Toplam Etkileriyle t Değerleri**

	t	Benlik Saygısı		
		Doğrudan Etki	Dolaylı Etki	Toplam Etki
Onay İhtiyacı	-	-	-	-
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	-	-	-	-
Dinleyicilere Atfedilen Önem	-	-	-	-
Algılanan Sosyal Beceri	7.97	0.24	-	0.24
Genel Ben Bilinci	-	-	-	-
Ortamda Bulunan Yabancılar	-	-	-	-
Geçmişteki Sosyal Başarısızlıklar	-3.12	-0.09	-	-0.09

Tablo 17'de görüldüğü gibi benlik saygısına tüm değişkenlerin içinden sadece geçmişteki sosyal başarısızlıklar -0.09'luk, algılanan sosyal beceri ise 0.24'lük doğrudan etki yapmaktadır. Bunların yanında genel ben bilinci onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, ortamda bulunan yabancılar ve dinleyicilere atfedilen önemin benlik saygısı üzerinde ne doğrudan ne de dolaylı hiç bir etkileri görülmemektedir.

BÖLÜM VI

TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde Türkiye’de yapılan uygulama sonucunda kendini sunma modeline göre, sosyal kaygıya etki eden değişkenlerin, sosyal kaygıyı ne düzeyde etkiledikleri konusunda elde edilmiş bulgulara ilişkin tartışmalara yer verilmiştir.

Tablo 11’de görüldüğü gibi etkileşim kaygısının % 67, izlenme kaygısının da %33 gibi büyük bir bölümünü, bağımsız değişkenler oluşturmaktadır. Bu sonuca göre araştırmada yer alan bağımsız değişkenlerin etkileşim ve izlenme kaygısı üzerindeki etkileri kontrol altına alındığında sosyal kaygıya sahip bir bireyin kaygı sorununun büyük olasılıkla giderileceği yorumu yapılabilir.

Etkileşim kaygısı en çok 0.43’lük bir puanla izlenme kaygısından etkilenmektedir. Bu da izlenme kaygısıyla etkileşim kaygısının birbiriyle ne kadar ilişkili olduğunu göstermektedir. Etkileşim kaygısına sahip bir bireyin aynı zamanda izlenme kaygısına da sahip olabileceği, izlenme kaygısı yaşayan bireyin de izlenme kaygısının etkisiyle etkileşim kaygısı yaşayabileceği düşünülebilir.

Diyagram 2’de, etkileşim ve izlenme kaygısının bağımsız değişkenlerin içinde en çok onay ihtiyacından doğrudan etkilendiği görülmektedir. Onay ihtiyacı 0.32’lik bir puanla etkileşim kaygısı, 0.21’lik bir puanla da izlenme kaygısı üzerinde doğrudan etkili görülmektedir. Bu sonuç bize üniversite öğrencilerinin sosyal

ortamlarda çevrelerindeki kişiler tarafından sık sık onaylanmaya ihtiyaç duyduklarını göstermektedir. Onay ihtiyacı aynı zamanda diğer bağımsız değişkenlerden en çok etkilenen bir değişken olarak göze çarpmaktadır. Diyagram 2’de, onay ihtiyacının 0.27’lik bir puanla en çok olumsuz değerlendirme korkusundan etkilendiği görülmektedir. Aslında kişilerin karşılarındaki kişiler tarafından olumsuz değerlendirilecekleri yönünde bazı endişeleri olduğu için onlar tarafından onaylanmak istedikleri anlaşılmaktadır. Eğer bekledikleri onayı göremezlerse olumsuz değerlendirildiklerini düşünüp sosyal kaygı yaşayabilecekleri söylenebilir. Clark ve Wells (1995)’in yaptıkları araştırma gibi yapılan bir çok araştırmada da, bireylerin karşılarındaki insanlar tarafından onaylanmayacakları yönündeki düşüncelerinin, sosyal kaygı yaşamalarında etkili olduğu vurgulanmaktadır. Crowne ve Marlowe (1964)’da etkileşim kaygısı ile onaylanma gereksinimi arasında 0.22’lik, izlenme kaygısı arasında da 0.07’lik bir ilişki ortaya koymuştur. Crowne ve Marlowe, yüksek düzeyde onaylanma gereksinimine sahip olan insanların başkalarına karşı olumlu görünmeye daha fazla motive olduklarını, bu nedenle istedikleri izlenimi bırakamadıkları zaman da kendilerini daha fazla kaygılı hissettiklerini ileri sürmüşlerdir. Onay ihtiyacı genel ben bilincinden, benlik saygısından ve ortamda bulunan yabancılardan da etkilenmektedir. Bireylerin bulunmuş oldukları sosyal ortamda yer alan yabancılardan sayısı arttıkça daha çok onaylanmak istedikleri, yine eğer bireylerin benlik saygıları düşükse de onaylanmaya daha çok gereksinim duydukları görülmektedir. Her iki durumun sonucunda da bireylerin sosyal kaygı yaşayabilecekleri yorumu yapılabilir. Araştırma bulgularında genel ben bilincinin onay ihtiyacını etkilediği görülmektedir. Başka değişle onaylanma ihtiyacı duyan bireylerin aslında ben bilinci yüksek kişiler olduğu yönünde bir sonuç çıkmıştır. Bu sonuca göre üniversite öğrencilerinin kendilerine yönelik farkındalıkları arttıkça sosyal ortamlarda da çevrelerindeki kişiler tarafından onaylanmak istedikleri yönünde bir yorum yapılabilir. Genel ben bilincinin onay ihtiyacı üzerinden etkileşim ve izlenme kaygısı üzerindeki dolaylı etkisinin dışında doğrudan bir etkisi görülmemektedir. Başka değişle insanların genel ben bilincinin düşük veya yüksek olması sosyal kaygıyı doğrudan etkilememektedir. Leary (1983) de sosyal kaygıyla genel ben bilinci arasında düşük ilişkinin olduğunu, etkileşim kaygısıyla genel ben bilinci arasında 0.18’lik, izlenme kaygısıyla genel ben bilinci

arasında da 0.24'lük bir ilişkinin olduğunu ortaya koymuştur. Bu çalışmada Leary (1983), sosyal kaygı üzerinde genel ben bilincinin tek başına etkili olmadığını ancak diğer değişkenler aracılığıyla etkili olabileceği yorumunu yapmıştır. Bu araştırmada da Leary'nin araştırma sonucuna benzer sonuçlar çıkmıştır.

Araştırma bulgularından etkileşim ve izlenim kaygısını, onay ihtiyacından sonra en çok etkileyen değişkenin dinleyicilere atfedilen önem olduğu görülmektedir. Dinleyicilere atfedilen önem, etkileşim kaygısını 0.15'lik, izlenme kaygısını da 0.22'lik bir puanla doğrudan etkilemektedir. Görüldüğü gibi dinleyicilere atfedilen önem her iki kaygı üzerinde de önemli görülebilecek bir etkiye sahiptir. Ancak dinleyicilere atfedilen önemin izlenme kaygısı üzerinde daha çok etkili olduğu görülmektedir. Bu bulgudan yola çıkarak üniversite öğrencilerinin kendisi için önemli sayılabilecek kişilerden oluşan bir grup önündeyken sosyal kaygı yaşama olasılığının daha fazla olduğu yorumu yapılabilir. Dinleyicilere atfedilen önemin sosyal kaygı üzerinde doğrudan etkinin yanında bazı değişkenler üzerinden de etkili olduğu görülmektedir. Dinleyicilere atfedilen önem, olumsuz değerlendirilme korkusunu 0.38'lik bir puanla çok yüksek bir düzeyde etkilemektedir. Bu bulguya göre üniversite öğrencilerinin, kendileri için önemli olan insanlar tarafından olumsuz değerlendirilecekleri korkusu, çok büyük önem taşımaktadır. Böyle bir korku yaşayan kişinin de sosyal kaygı yaşama olasılığı oldukça büyüktür.

Etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde doğrudan etkisi olan bir diğer değişken de olumsuz değerlendirilme korkusudur. Olumsuz değerlendirilme korkusu 0.08'lik bir puanla etkileşim kaygısını, 0.19'luk bir puanla da izlenme kaygısını doğrudan etkilemektedir. Leary (1983)'de yapmış olduğu çalışmada, olumsuz değerlendirilme korkusu ile etkileşim kaygısı arasında 0.41, izlenme kaygısı arasına ise 0.28'lik bir ilişki bulmuştur. Ancak Leary'nin araştırma sonucunda, olumsuz değerlendirilme korkusuyla etkileşim kaygısı arasındaki ilişki, izlenim kaygısından daha çok çıkmıştır. Oysa bu araştırma bulgularında izlenim kaygısının olumsuz değerlendirilme korkusundan daha çok etkilendiği görülmektedir. Bu araştırmada elde edilmiş olan bulgular, üniversite öğrencilerinin birebir etkileşim içindeyken karşısındaki kişi tarafından olumsuz değerlendirileceği yönünde kaygı yaşadığını

göstermektedir. Ancak bir grup önünde bulunduğunda, grup tarafından olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerinde daha fazla etkili olduğu görülmektedir. Kısacası olumsuz değerlendirilme korkusu, izlenme kaygısı açısından bireyde önemli bir yere sahip görülmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusu, etkileşim ve izlenme kaygısına doğrudan etkinin yanında, onay ihtiyacı üzerinden 0.27'lik, genel ben bilinci üzerinden de 0.17'lik bir dolaylı etki göstermektedir. Eğer bireylerde olumsuz değerlendirilme korkusu fazlaysa, daha fazla onaylanma ihtiyacı hissetmekte ve onaylanmayacakları düşüncesiyle de sosyal kaygı yaşama eğilimleri daha çok görülmektedir.

Algılanan sosyal beceri de sosyal kaygıyı hem doğrudan hem de dolaylı etkileyen değişkenler arasında yer almaktadır. Algılanan sosyal beceri, etkileşim kaygısını -0.08'lik, izlenme kaygısını da -0.15'lik bir puanla doğrudan etkilemektedir. Bu bulguya göre bireylerin, kendilerini sosyal olarak becerikli gördüklerinde sosyal kaygıları düşmekte, sosyal becerilerini yetersiz algıladıklarında ise sosyal kaygıları artmaktadır. Diyagram 2'den de anlaşılabileceği gibi algılanan sosyal beceri, izlenme kaygısı üzerinde daha etkili görülmektedir. Birey bir grup önünde konferans verdiğinde ya da sahnede bir oyun oynadığında, kendisini sosyal beceri yönünden eksik buluyorsa, elde edilen bulgulara göre bu kişinin büyük bir olasılıkla izlenme kaygısı yaşayacağı söylenebilir. Aynı durum grup önünde değil de ikili etkileşimlerde de geçerli olabilir. Bu durumda da etkileşim kaygısı yaşama olasılığı yüksek olacaktır. Rapee ve Lim (1992)'in yapmış oldukları çalışmada da sosyal kaygıyla sosyal beceri arasında bir ilişki bulunmuştur. Sosyal becerilerinin yüksek olduğuna inanan bireylerin sosyal ortamlarda sosyal kaygı yaşamadıkları ortaya konmuştur. Diyagram 2'de görüldüğü gibi algılanan sosyal becerinin etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde doğrudan etkisi yanında benlik saygısı ve genel ben bilinci üzerinden de dolaylı etkisi bulunmaktadır. Algılanan sosyal becerinin genel ben bilincine 0.19'luk, benlik saygısına da 0.24'lük bir etkisi bulunmaktadır. Bu bulgulardan, bireylerdeki algılanan sosyal beceriklilik arttıkça genel ben bilincinin arttığı, genel ben bilincinin de onaylanma ihtiyacı üzerinden sosyal kaygıyı etkilediği söylenebilir. Aynı şekilde, bireylerdeki sosyal beceri algısı arttıkça benlik saygısı da artmakta, benlik saygısı yüksek kişilerin de sosyal kaygı yaşama olasılıkları düşük

görülmektedir. Ancak, bunun tam tersi olduğunda da sosyal kaygının yaşanma olasılığı yüksek olacaktır.

Sosyal kaygıyı hem doğrudan hem de dolaylı etkileyen en son değişken ise benlik saygısıdır. Benlik saygısı, etkileşim kaygısını -0.08'lik, izlenme kaygısını ise -0.13'lük bir puanla doğrudan etkilemektedir. Görüldüğü gibi benlik saygısıyla etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde ters yönde bir ilişki bulunmaktadır. Bu bulgulara göre benlik saygısı düşük olan üniversite öğrencilerinin etkileşim kaygısı yaşadıkları, hatta benlik saygısı düşük olan insanların etkileşim kaygısından daha çok izlenme kaygısı yaşadıkları söylenebilir. Leary (1983)'nin yapmış olduğu çalışmada da benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişki ortaya konmuştur. Leary'nin çalışmasının sonuçlarına göre benlik saygısıyla etkileşim kaygısı arasında -0.18'lik, izlenme kaygısı arasında da -0.24'lük bir ilişki saptanmıştır. Görüldüğü gibi her iki çalışma arasında bir uyum sözkonusudur. Sanz ve Grana (1994) yaptıkları çalışmada benlik saygısı yüksek bireylerin hiçbir utanma davranışı göstermediklerini ortaya koymuşlardır. Benlik saygısının etkileşim ve izlenme kaygısına doğrudan etkisinin yanında olumsuz değerlendirme korkusu üzerinden -0.12'lik, onay ihtiyacı üzerinden de -0.16'lık bir dolaylı etkisinin olduğu Diyagram 2'de görülmektedir. Elde edilmiş olan bu bulguya göre benlik saygısı düşük insanların sosyal ortamlarda olumsuz yönde değerlendirileceklerine ilişkin bir korku yaşadıkları, olumsuz değerlendirilme korkusu yaşayan insanların sosyal kaygı yaşayabilecekleri söylenebilir. Aynı şekilde benlik saygısı düşük insanların sosyal ortamlarda karşılarındaki insanlar tarafından onaylanma ve destek istedikleri, bekledikleri desteği alamadıklarında da sosyal kaygı yaşayabilecekleri söylenebilir

Diyagram 2'de, etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde doğrudan etkisi olmayıp da dolaylı etkisi bulunan genel ben bilinci, ortamda bulunan yabancılar ve geçmişteki sosyal başarısızlıklar olmak üzere üç değişken bulunmaktadır. Genel ben bilinci daha önceden de değinildiği gibi onay ihtiyacını etkileyerek sosyal kaygı üzerinde etkisini göstermektedir. Genel ben bilinci ile sosyal kaygı arasında doğrudan bir ilişki bulunamamıştır. Leary (1983)'de yapmış olduğu çalışmada genel ben bilinci ile sosyal kaygı arasında bir ilişki saptasa da aslında çok da fazla olduğu

söylenemez. Leary'nin araştırma sonuçlarına göre, genel ben bilinci ile etkileşim kaygısı arasında 0.11'lik, izlenme kaygısı arasında da 0.04'lük bir ilişki görülmektedir. Bu da iki çalışma arasındaki benzerliği ortaya koymaktadır.

Ortamda bulunan yabancılar ise etkileşim ve izlenme kaygısını genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden etkilemektedir. Ortamda bulunan yabancılar genel ben bilincini 0.09'luk, onay ihtiyacını 0.11'lik ve olumsuz değerlendirilme korkusunu da 0.16'lık bir puanla etkilemektedir. Bulgulara göre ortamda bulunan yabancılar arttıkça bireylerdeki genel ben bilinci de artmakta, bu da insanların onay ihtiyacı duymalarına neden olmaktadır. Beklentisi kadar onay görmeyeceğini düşünen kişi de büyük olasılıkla sosyal kaygı yaşayacaktır. Ayrıca Diyagram 2'de görüldüğü gibi ortamda bulunan yabancılar onay ihtiyacını doğrudan da etkilemektedir. Buradan da çok fazla yabancıların bulunduğu bir ortamda bulunan üniversite öğrencilerinin daha çok onaylanma ihtiyacı duydukları, eğer bekledikleri onayı göremezlerse kaygı yaşayacakları sonucuna varılabilir. Ayrıca ortamda bulunan yabancılar olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de sosyal kaygıyı etkilemektedir. Bu bulgudan yola çıkarak çok fazla yabancıların bulunduğu bir sosyal ortamda bireylerin daha çok olumsuz değerlendirileceklerini düşündükleri, böylece de sosyal kaygı yaşayacakları ifade edilebilir.

Geçmişteki sosyal başarısızlıklar da sosyal kaygı üzerinde dolaylı etkisi olan diğer bir değişkendir. Geçmişteki sosyal başarısızlıklar etkileşim ve izlenme kaygısını genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve benlik saygısı üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Geçmişteki sosyal başarısızlıklar genel ben bilincini 0.14'lük, onay ihtiyacını 0.10'luk ve benlik saygısını da -0.09'luk bir puanla etkilemektedir. Bulgulara göre geçmişteki sosyal başarısızlıklar arttıkça bireylerdeki genel ben bilinci de artmakta, bu da insanların onay ihtiyacı duymalarına neden olmaktadır. İsteddiği kadar onaylanmayacağını düşünen kişi de büyük olasılıkla sosyal kaygı yaşayacaktır. Ayrıca geçmişteki sosyal başarısızlıklar onay ihtiyacını doğrudan da etkilemektedir. Buradan da geçmiş hayatında çok fazla sosyal başarısızlık yaşayan üniversite öğrencilerinin daha çok onaylanma ihtiyacı duydukları, eğer bekledikleri onayı göremezlerse kaygı yaşayacakları sonucuna varılabilir. Stemberger ve

arkadaşları (1995)'da yapmış oldukları çalışmada, geçmişteki sosyal başarısızlıkların insanların sosyal kaygı yaşamalarında etkili olduğunu ileri sürmüşlerdir. Diyagram 2'de görüldüğü gibi geçmişteki sosyal başarısızlıklar benlik saygısı üzerinden de sosyal kaygıyı etkilemektedir. Bu bulgudan yola çıkarak geçmişte çok fazla sosyal başarısızlık yaşayan bireylerin benlik saygılarının düşük olduğu, böylece de sosyal kaygı yaşayacakları söylenebilir.

Görüldüğü gibi üniversite öğrencilerinden oluşturulan çalışma grubundan elde edilen verilerden oluşturulan modelde, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı yaşamalarındaki en önemli etkenin onaylanma ihtiyacı olduğu ortaya çıkmaktadır. Onaylanma ihtiyacı, sosyal kaygı üzerinde en büyük doğrudan etkiye sahip değişken olduğu gibi, diğer bağımsız değişkenlerin de hemen hemen hepsinden etkilenecek sosyal kaygı üzerinde etkili olan bir değişkendir. Demek oluyor ki üniversite öğrencilerinin en çok karşılarındaki insanlar tarafından onaylanmayacağı kuşkusu duyduğunda sosyal kaygı yaşamaktadır.

Üniversite öğrencileri üzerinde toplanan verilerden elde edilen diyagrama (Diyagram 2) bakıldığında, bütün değişkenlerin doğrudan ya da dolaylı olarak sosyal kaygı üzerinde etkili oldukları görülmektedir. Bu bulgulara göre, elde ettiğimiz modelin kendini sunma modeli ile oldukça benzer sonuçlar verdiği ileri sürülebilir. Böylece Mark R. Leary'nin ortaya koyduğu modelin büyük ölçüde Türkiye'deki üniversite öğrencilerinde de geçerli olduğu söylemek olasıdır. Nowock ve Kommer (1987)'da Almanya'da yaptıkları çalışmayla İspanya ve Amerika'da yapılan çalışmalar arasındaki benzerliğe dikkat çekmişler ve çalışmaların yaklaşık aynı sonuçlar gösterdiğini vurgulamışlardır. Almanya'da öğrenim gören Fransız, Alman ve İngiliz öğrenciler üzerinde yapmış oldukları çalışmada, kendini sunma modelinin kültürlerarası farklılıklardan etkilenmediği sonucunu ortaya koymuşlardır.

BÖLÜM VII

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde araştırmanın amacı doğrultusunda, kendini sunma modeline göre sosyal kaygıya etki eden değişkenlerin, sosyal kaygıyı ne düzeyde etkiledikleri konusunda elde edilmiş bulgulardan ulaşılan sonuçlar sıralanmış ve sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modeli konusunda yapılacak araştırmalara yönelik önerilere yer verilmiştir.

1. SONUÇ

Bu araştırmada elde edilen bulgulardan şu sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Araştırmada toplanan verilerden elde edilen model, kendini sunma modelinin sosyal kaygıya etki ettiğini ileri sürdüğü değişkenlerin Türkiye’de de anlamlı bir şekilde etkili olduklarını göstermektedir.

2. Araştırmanın bulguları, etkileşim kaygısının %67’sinin, izlenme kaygısı, genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu ortaya çıktığını göstermektedir.

3. Bulgulara göre izlenme kaygısının %33’ü genel ben bilinci, onay ihtiyacı, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, dinleyicilere atfedilen önem,

ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar ve algılanan sosyal beceri değişkenlerinin lineer kombinasyonları sonucu oluşmaktadır.

4. Araştırma bulgularından izlenme kaygısının 0.43'lük bir puanla etkileşim kaygısı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

5. Araştırmada yer alan değişkenlerden etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde en büyük etkiye sahip olan değişkenin onay ihtiyacı olduğu sonucuna varılmıştır. Onay ihtiyacı, sosyal kaygı üzerinde en büyük doğrudan etkiye sahip değişken olduğu gibi, diğer bağımsız değişkenlerin de hemen hemen hepsinden etkilenecek sosyal kaygı üzerinde etkili olan bir değişkendir. Bu da Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin, daha çok karşılarındaki insanlar tarafından onaylanmayacakları kuşkusu duyduklarında sosyal kaygı yaşadıklarını ortaya koymaktadır.

6. Araştırma bulgularına göre genel ben bilinci, etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde doğrudan bir etkiye sahip değildir. Ancak onay ihtiyacı üzerinden etkileşim ve izlenme kaygısına dolaylı bir etki göstermektedir.

7. Araştırma bulgularından dinleyicilere atfedilen önemin, etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkisi olduğu görülmektedir. Bununla birlikte dinleyicilere atfedilen önem, olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden de etkileşim ve izlenme kaygısını dolaylı olarak etkilemektedir. Bu bulgudan, üniversite öğrencileri için olumsuz değerlendirilme korkusunun önemli bir yere sahip olduğu sonucuna varılmaktadır.

8. Araştırma bulgularına göre olumsuz değerlendirilme korkusunun, etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkisi olduğu görülmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusu, etkileşim ve izlenme kaygısına genel ben bilinci ve onay ihtiyacı üzerinden de etki etmektedir. Bu bulgu bizi üniversite öğrencilerinin, sosyal bir ortamda karşılarındaki kişiler tarafından olumsuz değerlendirileceği yönünde kaygı yaşadıkları sonucuna götürmektedir.

9. Araştırmada elde edilen bulgulara göre algılanan sosyal becerinin, sosyal kaygıyı hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkilediği görülmektedir. Algılanan sosyal beceri, etkileşim ve izlenme kaygısını, benlik saygısı ve genel ben bilinci üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Bu bulgudan yola çıkarak bireylerin, kendilerini sosyal olarak becerikli gördüklerinde sosyal kaygılarının düştüğü, sosyal becerilerini yetersiz algıladıklarında ise sosyal kaygılarının arttığı sonucuna ulaşılmaktadır.

10. Sosyal kaygıyı hem doğrudan hem de dolaylı etkileyen bir diğer değişken ise benlik saygısıdır. Benlik saygısı, etkileşim ve izlenme kaygısını olumsuz değerlendirme korkusu ve onay ihtiyacı üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Bu bulgulara göre benlik saygısı düşük olan üniversite öğrencilerinin etkileşim ve izlenme kaygısı yaşadıkları sonucuna varılmaktadır.

11. Araştırma bulgularına göre, ortamda bulunan yabancıların etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde sadece dolaylı etkisinin olduğu görülmektedir. Ortamda bulunan yabancılar, etkileşim ve izlenme kaygısını genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Bulgulardan hareketle, ortamda bulunan yabancılar, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı yaşamasında etkili olsalar da aslında doğrudan bir etkiye sahip olmadıklarını ortaya koymaktadır

12. Araştırma bulgularından, sosyal kaygı üzerinde sadece dolaylı etkisi olan diğer bir değişkenin de geçmişteki sosyal başarısızlıklar olduğu görülmektedir. Geçmişteki sosyal başarısızlıklar etkileşim ve izlenme kaygısını genel ben bilinci, onay ihtiyacı ve benlik saygısı üzerinden dolaylı olarak etkilemektedir. Araştırma bulgularından, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı yaşamasında, geçmişte yaşadığı sosyal başarısızlıkların, doğrudan değil de dolaylı olarak etkili olduğu sonucu çıkmaktadır.

2. ÖNERİLER

Araştırmacılara Yönelik Öneriler:

1. Bu çalışmada, sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin Türkiye'deki üniversite öğrencilerinde de işlediğine yönelik sonuçlara ulaşılmıştır. Ancak bu konuda daha iddialı konuşabilmek için bu araştırmaya benzer araştırmaların yapılmasında yarar görülmektedir.

2. Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin Türkiye'de ne düzeyde çalıştığını araştıran bu çalışmada veriler, üniversite 2. ve 3. sınıf öğrencilerinden toplanmıştır. Farklı yaş ve mesleklere mensup bireyler üzerinde yapılabilecek yeni araştırmalarla kendini sunma modeli tekrar test edilebilir.

3. Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modelinin test edildiği bu araştırmadaki çalışma grubunda cinsiyet farklılıkları dikkate alınmamıştır. Yapılacak yeni bir çalışmayla Türkiye'de kendini sunma davranışının cinsiyetler arasında farklılaşıp farklılaşmadığı araştırılabilir.

4. Kendini sunma modeliyle ilgili Türkiye'de yapılacak başka bir çalışmada, sosyal kaygı yaşayan bireyle anne-baba ve ailenin sosyo-ekonomik düzeyi karşılaştırılabilir. Böylece kendini sunma davranışı gösteren insanlarda ailenin ve sosyo-ekonomik durumun etkisi belirlenmiş olur.

5. Yapılacak yeni bir çalışmayla, kendini sunma modeline göre insanların eğitim durumlarıyla sosyal kaygı arasında ilişki olup olmadığı araştırılabilir. Böylece insanların kendini sunma davranışı göstermelerinde eğitim durumunun etkisi ortaya konmuş olacaktır.

6. Yurt dışında özellikle de ABD'de, kendini sunma modelinin sosyal kaygı üzerinde etkili olduğunu ortaya koyduğu değişkenler üzerinde, oldukça fazla deneysel çalışma yapıldığı görülmektedir. Böyle çalışmaların Türkiye'de de yapılması bu çalışmanın sonuçlarının desteklenmesi açısından önemlidir.

Uygulamacılara Yönelik Öneriler:

1. Bu araştırma sonucunda, Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı yaşamalarına neden olan değişkenler belirlenmeye çalışılmıştır. Psikolojik danışmanlar sosyal kaygı yaşayan öğrencilere yönelik yapmış oldukları çalışmalarda, bu değişkenler üzerinde durabilirler.

2. Araştırma sonuçlarında sosyal kaygıya en çok onay ihtiyacının etkili olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda okullarda görev yapan psikolojik danışmanların onay ihtiyacına ayrı bir önem vermeleri gerekebilir.

3. Olumsuz değerlendirilme korkusuyla dinleyicilere atfedilen önem de öğrencilerin sosyal kaygı yaşamalarında oldukça önemli bir yere sahiptir. Öğrenciler için iletişim kurdukları birey ya da bireylerin önemli olması ve onlar tarafından olumsuz değerlendirilecekleri korkusu sosyal kaygı yaşamalarına neden olmaktadır. Bu nedenle psikolojik danışmanların sosyal kaygıya yönelik çalışmalarında bu sonuçları göz önünde bulundurmalarında yarar vardır.

4. Öğrenciler için önemli bireyler grubuna giren öğretmen ve okul yöneticilerinin, öğrencileri olumlu yönleriyle değerlendirerek yapıcı olmaları onların daha az sosyal kaygı yaşamalarında etkili olabilir.

KAYNAKÇA

Amerikan Psikiyatri Birliği. (1994). **Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı (DSM-IV)**. Amerikan Psikiyatri Birliği, Washington DC, 1994'ten çeviren E. Koroğlu, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

ARAZ, Arzu. (1998). **Çeşitli Değişkenler Açısından Benlik Sunumu**. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ARKIN, R. M. (1981). *Self-Presentation Styles*. In J. T. Tedeschi (Ed), **Impression Management Theory and Social Psychology Research** (pp. 311-333). New York: Academic Press.

ASHER, H.B. (1976). **Causal Modeling**, London: Sage Publications, Beverly Hills.

AVIA, M. D., SANCHEZ-BERNARDOS, M. L., SANZ, L. CARRILLO, J. & ROJO, N. (1998). *Self-Presentation Strategies And The Five-Factor Model*. **Journal of Research in Personality**, 32, 108-114.

AYVAŞIK, H. Belgin, N.M. ER, Ş.T. KIŞLAK ve A. ERKUŞ. (2000). **Psikoloji Terimler Sözlüğü**. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

BACANLI, Hasan. (1999). **Sosyal Beceri Eğitimi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

_____. (1997). **Sosyal İlişkilerde Benlik: Kendini Ayarlayanın Psikolojisi**, İstanbul: Milli Eğitim Basımevi

_____. (1999). **Duyuşsal Davranış Eğitimi**, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

BAUMEISTER, R. F. (1982a). *Self-Esteem, Self-Presentation, and Future Interaction: A Dilemma of Reputation*. **Journal of Personality**, 50, 29-45.

_____. (1982b). *A Self-Presentational View of Social Phenomena*. **Psychological Bulletin**, 91, 3-26.

BAUMEISTER, R. F. & E. E. JONES (1978). *When Self-Presentation is Constrained By The Target's Knowledge: Consistency and Compensation*. **Journal of Personality and Social Psychology**, 36, 608-618.

BAUMEISTER, R.F., & LEARY, M.R. (1995). *The Need To Belong: Desire for Interpersonal Attachments as A Fundamental Human Motivation*. **Psychological Bulletin**, 117, 497-529.

BECK A.T., EMERY, G. & GREENBERG, R.L. (1985) **Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective**. New York: Basic Books.

BEIDEL, D. C., TURNER, S.M. (1998). **Shy Children, Phobic Adults. Nature and Treatment of Social Phobia**. Washington, DC: American Psychological Association

BRADY, J.P. (1984). *Social Skills Training for Psychiatric Patients: Concept, Methods and Clinical Result*. **The American Journal of Psychiatry**, 141 (3), 333-340.

BRUCH, M.A. & HEIMBERG, R.G. (1994). *Differences in Perceptions of Parental and Personal Characteristics Between Generalized and Nongeneralized Social Phobias*. **Journal of Anxiety Disorders**, 8, 155-168.

BRUCH, M.A., HEIMBERG, R.G., BERGER, P., & COLLINS, T.M. (1989). *Social Phobia And Perceptions of Early Parental and Personal Characteristics*. **Anxiety Research**, 2, 57-65.

CARDUCCI, B.J. & ZIMBARDO, P.G. (1995). *Are You Shy?* **Psychology Today**, November / December, 34, 64-68.

CHEEK, J.M. & BUSS, A.H. (1981). *Shyness and Sociability*, *Journal of Personality and Social Psychology*, **41**, 330-339.

CHIU, Chiyue., HONG, Y., LAM, I., FU, J., TONG, J. & LEE, V. (1998). *Stereotyping and Self-Presentation: Effects of Gender Stereotype Activation*. *Group Processes and Intergroup Relations*, **1**, 81-96.

CLARK, D. M., & WELLS, A. (1995). *A Cognitive Model of Social Phobia*. In. R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment* (pp 41-68). Guilford Press: New York.

CROWNE, D.P., & MARLOWE, D. (1964). *The Approval Motive: Studies in Evaluative Dependence*. New York: Wiley.

CURTIS, R.C. & MILLER, K. (1986). *Believing Another Likes or Dislikes You: Behaviors Making the Beliefs Come True*. *Journal of Personality and Social Psychology* **51**:284-290.

ÇOPUR, Osman. (1995). *Harran Ovası Koşullarına Uygun Pamuk Çeşitlerinin Verim ve Verim Unsurları Arası İlişkilerin Korelasyon ve Path Analizi ile Saptanması Üzerinde Bir Araştırma*. Şanlıurfa: Harran Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

DAĞDELEN, Zelal. (1998). *Çukurova'nın Taban ve Kırac Koşullarında Ekmeklik Buğdayda Verim ve Verim Unsurlarının Korelasyonu ve Path Analizi Yöntemleri İle belirlenmesi*. Adana: Çukurova Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)

DEMİR, Türkay. (1997). *Çocuk ve Ergenlerde Sosyal Fobi: Epidemiyolojik Bir Çalışma*. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi Bilim Dalı (Uzmanlık Tezi).

DUNCAN, O.D., (1966). *Path Analysis: Sociological Examples*. *American Journal of Sociology*, 72, 1-16

EISENBERGER, N.I., LIEBERMAN, M.D. & WILLIAMS, K.D. (2003). *Does Rejection Hurt? An fMRI Study of Social Exclusion*. *Science*, 302, 290-292.

ERDOĞAN, Filiz. (2002). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinde Sosyal Becerilerin Sosyo-Ekonomik Düzey, Cinsiyet ve Yaş ile İlişkisi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

EREN GÜMÜŞ, Aynur. (1997). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

EREN GÜMÜŞ, Aynur. (2002). *Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Grup Programının Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Doktora Tezi).

ERKAN, Zülal. (2002). *Sosyal Kaygı ve Kendilik Sunum Yaklaşımı*. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2 (23), 7-11.

GANGESTAD, S., & M. SNYDER. (1985). *To Carve Nature at Its Joints: On the Existence of Discrete Class in Personality*. *Psychological Review*, 92, 317-349.

GILBERT, P. & TROWER, P. (2001). *Evolution and Process in Social Anxiety*. In W.R. Crozier & L.E. Alden (Eds.), *International Handbook of Social Anxiety: Concept, Research and Interventions Relating to the Self and Shyness*. NEW York: John Wiley & Sons, Inc.

GREENWALD, A. G. & S. J. BRECKLER, (1985). *To Whom is the Self-Presented?* In B. R. Schlenker (Ed.) *The Self and Social Life* (pp. 126-145). New York: McGraw-Hill.

GÜRBÜZ, Fikret., E. BAŞPINAR, S. KESKİN, M. MENDEŞ VE B. TEKİNDAL. (1999). *Path Analizi Tekniği. IV. Ulusal Biyoistatistik Kongresi Bildirileri.*

Ankara.

GÜNGÖR, Abide. (2001). *Utangaçlık Ölçeğinin Geliştirilmesi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 2 (15), 17-22.*

HARRIS, J.R. (1995). *Where is the Child's Environment? A Group Socialization Theory of Development. Psychological Review, 102, 458-489.*

HEATHERINGTON, L., TOWNSEND, L. S. & BURROUGHS, D. P. (2001). *How'd You Do on That Test?: The Effects of Gender on Self-Presentation of Achievement to Vulnerable Men. Sex Roles, 45, 161-177*

HEIMBERG, R.G. & RAPEE, R.M. (1997). *A Cognitive-Behavioral Model of Anxiety in Social Phobia, Behavioral Research Therapy, 35 (8), 741-756.*

HEIMBERG, R.G., STEIN M.B., HIRIRPI E.V.A. & KESSLER R.C. (2000). *Trends in the Prevalence of Social Phobia in the United States: A Synthetic Cohort Analysis of Changes Over Four Decades. European Psychiatry, 15, 29-37.*

HEINE, S. J. & T. TAKATA, (2000). *Beyond Self-Presentation: Evidence for Self Criticism Among Japanese. Personality and Social Psychology Bulletin, 26, 71-78.*

HONOREE, A. L. (2000). *Personality and Impression Management: An Interactionist Perspective. Dissertation Abstracts International Section A: Humanities And Social Sciences, 60, 4506.*

ISHIYAMA, F. (1984). *Shyness: Anxious Social Sensitivity and Self-Isolating Tendency. Adolescence 19, 903-911.*

JACKSON, Todd., FRITCH, A., NAGASAKA, T. & GUNDERSON, J. (2002). *Towards Explaining The Association Between Shyness And Loneliness: A Path*

Analysis With American College Students. Social Behavior and Personality, 30, 263-270.

JOHNSON, R. A. & D. W. WICHERN. (1982). **Applied Multivariate Statistical Analysis.** Prentice-Hall, New Jersey.

JONES, E. E. & T. S. PITTMAN. (1982). *Toward A General Theory of Strategic Self-Presentation. Psychological Perspectives on the Self, 1, 231-262.*

KABAKÇI, Elif. (1998). *Panik ve Yaygın Kaygı Bozukluklarında Bilişsel-Davranışçı Tedaviler.* I. Savaşır, G. Boyacıoğlu, E. Kabakçı (Editörler) **Bilişsel Davranışçı Terapiler** (s.89-109). Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

KAĞITÇIBAŞI, Çiğdem. (1999). **Yeni İnsan ve İnsanlar,** İstanbul: Evrim Yayınevi.

KARACAN, E. Ve ARK. (1996). *Çocukluk ve Ergenlik Çağında Sosyal Fobi.* **3P Dergisi. 4, 28-34.**

KARASAR, Niyazi. (1991). **Bilimsel Araştırma Yöntemi,** Ankara: Sanem Matbaacılık.

KAŞIKÇI, Duygu. (2000). **Path Katsayıları, Kısmi Regresyon Katsayıları ve Korelasyon Katsayılarının Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi.** Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

KENDLER, K.S., KARKOWSKI, L.M. & PRESCOTT, C.A. (1999). *Fears and Phobias: Reliability and Heritability. Psychol Med 29, 539-553.*

KESKİN, Sıddık. (1998). **Path (İz) Katsayıları ve Path Analizi.** Ankara: Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

KOÇAK, Azra. (2001). *Sosyal Kaygıyla Başa Çıkma Programının Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerine Etkisi*. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

KOWALSKI, R. M. & Mark R. LEARY (1990). *Strategic Self-Presentation and The Avoidance of Aversive Events: Antecedents and Consequences of Self-Enhancement and Self-Depreciation*. *Journal of Experimental Social Psychology*, 26, 322-336.

LEARY, Mark R. (1982). *Social anxiety*. In L. Wheeler (Ed.), *Review of Personality and Social Psychology* (Vol. 3). Beverly Hills: Sage.

_____. (1983). *Social Anxiousness: the Construct and Its Measurement*. *Journal of Personality Assessment*, 47, 66-75.

_____. (1986). *Affective and Behavioral Components of Shyness: Implications for Theory, Measurement, and Research*. In W. H. Jones, J. M. Cheek, & S. R. Briggs (Eds.), *Shyness: Perspectives on Research and Treatment* (pp. 27-38). New York: Plenum.

_____. (1993). *The Interplay of Private Self-Processes and Interpersonal Factors in Self-Presentation*. *Psychological Perspectives on The Self*. 4, 127-155.

_____. (1995). *Self -Presentation: Impression Management and Interpersonal Behavior*, Brown & Benchmark Publishers, Madison, WI, USA.

_____. (2001). *Social Anxiety As An Early Warning System: A Refinement and Extension of The Self-Presentational Theory of Social Anxiety*. In S. G.

Hofman & P. M. DiBartolo (Eds.), *Social Phobia and Social Anxiety: An Integration* (pp.321-334). New York: Allyn & Bacon

LEARY, Mark R., & Susan Crites ATHERTON. (1986). *Self-Efficacy, Anxiety, and Inhibition in Interpersonal Encounters*. **Journal of Social and Clinical Psychology**, 4, 256-267.

LEARY, Mark R., & KOWALSKI, R. M. (1990). *Impression Management: A Literature Review and Two-Component Model*, **Psychological Bulletin**, 107, 34-47.

LEARY, M. R., & KOWALSKI, R. M. (1995). **Social anxiety**. New York: Guilford Press.

LEARY, Mark R. TCHIVIDJIAN, L. R. & KRAXBERGER, B. E. (1994). *Self-Presentation can be Hazardous to Your Health Impression Management and Health Risk*, **Health psychology**, 13, 461-470.

LEARY, Mark R., NEZLEK, J.B., DOWNS, D., RADFORD-DAVENPORD, J., MARTIN, J. & McMULLEN, A.. (1994). *Self-Presentation In Everyday Interactions Effects of Target Familiarity and Gender Composition*. **Journal of Personality and Social Psychology**, 67, 664-673.

LEARY, Mark R. LANDEL, J. L. & PATTON, K. M. (1996). *The Motivated Expression of Embarrassment Following A Self-Presentational Predicament*. **Journal of Personality**, 64, 619-636.

LeDOUX, J. (1998). **The Emotional Brain: The Mysterious Underpinnings of Emotional Life**. New York: Simon & Schuster.

LEE, Suk-Jae., BRAIN, M. Q., MITCHELL, S.N., AMY, B.C. & JAMES, T. T. (1999). *Development of A Self-Presentation Tactics Scale*. **Personality and Individual Differences**, 26, 701-722.

LEVESQUE, M. J., LOWE, C. A., & MENDENHALL, C. (2001). *Self-Handicapping As A Method of Self-Presentation: An Analysis of Costs and Benefits. Current Research in Social Psychology*, 6, 221-237.

LI, Qiong. & Dejun GUO. (1999). *The Self-Presentational Features of the Chinese and Their Influential Factors. Psychological Science China*, 22, 488-491.

MARTIN, K. A. & M. R. LEARY. (1999). *Would You Drink After A Stranger? The Influence of Self Presentational Motives on Willingness To Take A Health Risk. Personality & Social Psychology Bulletin*, 25, 1092-1100.

MARTIN, K. A., LEARY, M. A. & REJESKI, W.J. (2000). *Self-Presentational Concerns in Older Adults: Implications for Health and Well-Being. Basic & Applied Social Psychology*, 22, 169-179.

McFALL, R. M. (1982). *A Review and Reformulation of the Concept of Social Skills. Behavioral Assessment*, 4, 1-33.

MERIKANGAS, S., A.VENEVOLI, L. DIERKER & C. GRILLON. (1999) *Vulnerability Factors Among Children at Risk for Anxiety Disorders. Biol Psychiatry* 46, 1523-1535.

MILLER, R. S. (1986). *Embarrassment: Causes and Consequences*, Warren H. Jones (Ed.), *Shyness: Perspectives on Research and Treatment*, 295-311, New York: Plenum Press.

MILLER, R. S. & Mark. R. LEARY, (1992). *Social Sources And Interaction Functions of Emotion: The Case of Embarrassment, Emotion and Social Behavior*, 202-221, Beverly Hills, CA: Sage.

NOWACK, W. & D. KAMMER, (1987). *Self-Presentation: Social Skills and Inconsistency as Independent Facets of Self-Monitoring. European Journal of Personality*, 1, 61-77.

ÖZTÜRK, M. Orhan. (1994). **Ruh Sağlığı ve Bozuklukları**, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

ÖZTAŞ, Tözge. (1996). **A Cross-Cultural Study of Social Anxiety in University Student**. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

PALANCI, Mehmet ve Y. ÖZBAY. (2003). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Anksiyetenin Kontrol Algısı Sosyal Öz Yeterlik İncinebilirlik ve Başaçıkma Davranışları ile Yordanabilirliği*. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bildirileri. Malatya.

PEK, Hülya. (1999). **Nedensel Modeller**. Ankara: Gazi Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).

PIŞKIN, Metin. (2004). *İçedönük ve Dışadönük Kişilik Yapısı*. Y. Kuzgun, D. Deryakulu (Editörler) **Eğitimde Bireysel Farklılıklar** (s.199-238). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

PONTARI, B. A. & SCHLENKER, B. R. (2000). *The Influence of Cognitive Load on Self-Presentation can Cognitive Busyness Help As Well As Harm Social Performance*. **Journal of Personality and Social Psychology**, 78, 1092-1108.

RAPEE, RM. & LIM, L. (1992). *Discrepancy Between Self- And Observer Ratings Of Performance In Social Phobia*. **Journal of Abnormal Psychology**, 101, 728-731

RAPEE, RM. & HEIMBERG, R.G. (1997). *A Cognitive-Behavioral Model of Anxiety in Social Phobia*. **Behavioral Research Therapy**, 35 (8), 741-756.

RAPEE, R.M. & MELVILLE, L.F. (1997). *Recall of Family Factors in Social Phobia and Panic Disorder: Comparison of Mother and Offspring Reports*.

Depression and Anxiety, 5, 7-11

ROSELL, M. C. & Hartman, S. L. (2001). *Self-Presentation of Beliefs About Gender Discrimination and Feminism*. **Sex Roles**, 44, 647-659.

SANZ, J. & J. L. GRANA. (1994). *Auto-observacion en Adolescentes: Los Problemas de la EScale de Auto-Observacion de Snyder en Poblaciones No Adultas*. **Anuario de Psicologia**, 60, 63-79.

SAVAŞIR, Işık ve Nesrin H. ŞAHİN. (1997). **Bilişsel-Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler**. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.

SCHLENKER, B. R. (1980). **Impression Management: The Self-Concept, Social Identity, And Interpersonal Relations**, Monterey, CA: Brooks/Cole.

SCHLENKER, B. R. & WEİGOLD, M. F., (1992). *Interpersonal Processes Involving Impression Regulation and Management*. **Annual Review of Psychology**, 43, 133-168.

SCHNEIDER, D. J. (1981). *Tactical Self-Presentation: Toward a Broader Conception*. In J. T. Tedeschi (Ed.), **Impression Management Theory and Social Psychological Research**, (pp. 23-40). New York: Academic Press.

SCHNEIER, F.R. & WELKOWITZ, L. (1996). **The Hidden Face of Shyness. Understanding & Overcoming Social Anxiety**. New York: Avon Books.

SCHWARTZ, C., SNIDMAN, N. & KAGAN, J. (1999) Adolescent Social Anxiety as an Outcome of Inhibited Temperament In Childhood. **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, 38, 1008-1015.

SNYDER, M. (1974). *The Self-Monitoring of expressive behavior*. **Journal of Personality and Social Psychology**, 30, 526-537.

SPENCE, S.H., DONOVAN, C. & BRECHMAN-TOUSSAINT, M. (1999) *Social Skills, Social Outcomes, And Cognitive Features of Childhood Social Phobia*. **Journal of Abnormal Psychology**, 108, 211-221.

STEIN, M., CHARTIER, M., HAZEN, A., KOZAK, M., TANCER, M., LANDER, S. & ET AL. (1998) *A Direct-Interview Family Study of Generalized Social Phobia*. **American Journal of Psychiatry**, 155, 90-97.

STEMBERGER, Ruth T., TURNER, S. M., BEIDEL, D. C. & ET AL. (1995). *Social Phobia an Analysis of Possible Development Factors*. **Journal of Abnormal Psychology**, 104, 526-531.

SUNGUR, Mehmet Zihni. (1990). *Fobik Hastalarda İki Değişik Şekilde Uygulanmış Yüzleştirme Tedavisinin Karşılaştırmalı Olarak Değerlendirilmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. (Uzmanlık Tezi).

SÜBAŞI, Güzin. (2003). *Etkileşim Kaygısı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışmaları*. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**. 2 (19), 35-40

SÜMER, Nebi., (2000). *Yapısal Eşitlik Modelleri: Temel Kavramlar ve Örnek Uygulamalar*. **Türk Psikoloji Yazıları**, 3 (6), 49-74.

WARREN, S., HUSTON, L., EGELAND, B. & SROUFE, L. (1997) *Child and Adolescent Anxiety Disorders and Early Attachment*. **Child Adolesc Psychiatry**, 36, 637-644.

WRIGHT, Sewall. (1968) *The Method of Path Coefficients*, **Annals of Mathematical Statistics**, 5, 161-215

YÜKSEL, Nevzat. (1995). **Ruhsal Hastalıklar**, Ankara: Hatiboğlu Yayınevi.

XINYIN, C., RUBIN, K.H. & BOSHU, L. (1995). *Social and School Adjustment of Shy and Aggressive Children In China*. **Development and Psychopathology**, 7, 337-349



EKLER

- EK-1 Etkileşim Ve İzlenme Kaygısı Ölçeği (Örnek Maddeler)
- EK-2 Sosyotropi Ölçeği Onaylanmama Kaygısı Faktörleri (Örnek Maddeler)
- EK-3 Ben Bilinci Ölçeği (Örnek Maddeler)
- EK-4 Benlik Saygısı Ölçeği (Örnek Maddeler)
- EK-5 Utangaçlık Ölçeği (Örnek Maddeler)
- EK-6 Kendini Ayarlama Ölçeği (Örnek Maddeler)
- EK-7 Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri (Örnek Maddeler)
- EK-8 Dinleyicilere atfedilen önem, ortamda bulunan yabancılar, geçmişteki sosyal başarısızlıklar, algılanan sosyal beceri eksikliği ve olumsuz değerlendirilme korkusu değişkenlerini ölçülmek için hazırlanmış sorular

EK-1

ETKİLEŞİM VE İZLENME KAYGISI ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

Aşağıda günlük yaşamda ve sosyal ilişkilerde karşılaşılabileceğiniz çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için doğru olan ifadenin altına (X) işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.

Hiç Yansıtmıyor	Çok Az Yansıtmıyor	Kısmen Yansıtmıyor	Çok Yansıtmıyor	Tamamen Yansıtmıyor
--------------------	-----------------------	-----------------------	--------------------	------------------------

Etkileşim Kaygısı Ölçeği

1. Sıradan ortamlarda bile kendimi gergin hissedirim..... () () () () ()
2. Tanımadığım bir grup insanla birlikte iken genelde kendimi rahatsız hissedirim..... () () () () ()
3. Karşı cinsten biriyle konuşurken genelde kendimi rahat hissedirim() () () () ()
4. Bir iş için görüşüyor olsam kendimi gergin hissedirim..... () () () () ()
5. Sosyal ortamlarda kendime daha fazla güvenmeyi isterdim..... () () () () ()

İzlenme Kaygısı Ölçeği

1. Toplum içinde konuşmaktan hoşlanırım..... () () () () ()
2. Bir grup insan önünde konuşurken düşüncelerim birbirine karışır..... () () () () ()
3. Birisinin bir kamera ile beni filme aldığını fark ettiğimde, kendimi ürkmüş ya da gerilmiş hissedirim..... () () () () ()
4. Bir grup insan önünde konuşurken düşüncelerim birbirine karışır..... () () () () ()
5. Keşke bir grubun önünde konuşurken bu kadar gergin olmasam..... () () () () ()

EK-2

SOSYOTROPİ ÖLÇEĞİ
Onaylanmama Kaygısı Faktörleri
(Örnek Maddeler)

Bu ölçek insanların insanlarla olan etkileşim biçimini-tarzını belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Lütfen aşağıdaki cümlelerin her birini okuduktan sonra, o cümlelerin sizin kişiliğinizi ne ölçüde tanımladığını değerlendirin ve yandaki uygun yeri işaretleyin. Bu davranışların “doğru” ya da “yanlış” diye bir değerlendirmesi yoktur. Sözü edilen davranışlar tipik insan davranışlarıdır. Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendirin.

- 0: Hiç tanımlamıyor
 1: Biraz tanımlıyor
 2: Oldukça iyi tanımlıyor
 3: İyi tanımlıyor
 4: Çok iyi tanımlıyor

Sizi ne kadar tanımlıyor?
 Hiç Çok iyi

1. İnsanlar zayıf yönlerimi, hatalarımı bilirlerse, beni sevmeyecekler diye endişelenirim..... 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ()
2. Diğer insanların beni sevmeleri, önemli başarılar elde etmemden daha önemlidir..... 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ()
3. Bir lokantada kendi başıma akşam yemeği yemek beni rahatsız eder..... 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ()
4. Diğer insanların yanıdayken, benden ne beklidiklerinden emin olmazsam rahatsız olurum..... 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ()
5. Eğer bir arkadaşım beni uzun süre aramazsa, beni unuttuğunu düşünerek endişelenirim..... 0 () 1 () 2 () 3 () 4 ()

EK-3

BEN BİLİNCİ ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

Aşağıdaki ifadelerin sizi ne ölçüde tanımladığını düşünerek, bu ifadelere ne ölçüde katıldığınızı aşağıdaki ölçek üzerinde değerlendiriniz. Değerlendirmelerinizi sizi tam olarak yansıtacak şekilde yapınız.

1	2	3	4	5	6	7
Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kararsızım	Kısmen Katılıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum

1. Evden ayrılmadan önce yaptığım son şeylerden biri aynaya bakmaktır..... 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 ()
2. Herhangi bir şey yaparken, tarzımın başkaları tarafından nasıl algılandığına çok önem veririm..... 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 ()
3. Her zaman kendi kendimi anlamaya çalışırım..... 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 ()
4. Kendi kendimi çok tartarım..... 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 ()
5. Kendimi dışarıya nasıl tanıttığıma çok önem veririm..... 1 () 2 () 3 () 4 () 5 () 6 () 7 ()

EK-4

BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ

(Örnek Maddeler)

Aşağıda her insanın zaman zaman hissedebileceği bir takım durumlar maddeler halinde sıralanmıştır. Bu maddelerde belirtilen ifadeler, eğer sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlıyor ve çoğunlukla size uygun geliyorsa ilgili maddenin karşısındaki “EVET” sütununa (x) işareti koyunuz. Bu ifadeler eğer sizin genellikle hissettiklerinizi tanımlamıyor ve çoğunlukla size uygun gelmiyorsa bu durumda da “HAYIR” sütununa (x) işareti koyunuz.

Ölçekte yer alan soruların doğru veya yanlış cevapları yoktur. Bu nedenle yanıtlarınızı verirken mantığınızdan çok duygularınıza kulak vermeyi unutmayınız. Lütfen yanıtlarınızı içinizden geldiği gibi ve dürüst vermeye çalışınız. Kararsız kaldığınız durumlarda bile mutlaka bir seçeneği işaretleyiniz. Herhangi bir maddeye ilişkin her iki seçeneği de işaretlediğinizde ya da her iki seçeneği de boş bıraktığınızda bu soru maddesine ilişkin yanıtınızın geçersiz sayılacağını unutmayınız.

	EVET	HAYIR
1. Çevremde olup bitenlerden genellikle rahatsız olmam.....	()	()
2. Sınıfın önünde konuşma yapmak bana oldukça güç gelir.....	()	()
3. Eğer gücüm yetse kendimle ilgili değiştirmek istediğim pek çok özelliğim var..	()	()
4. Herhangi bir konuda fazla zorlanmadan karar verebilirim.....	()	()
5. İnsanlar benimle birlikte vakit geçirmekten hoşlanırlar.....	()	()

EK-5

UTANGAÇLIK ÖLÇEĞİ (Örnek Maddeler)

Aşağıda verilen ifadelerden size uygun olan ve olmayanları özenle saptadıktan sonra yanıtlarınızı; her ifadenin karşısındaki (Bana hiç uygun değil, Uygun Değil, Kararsızım, Bana Uygun, Bana çok Uygun) seçeneklerinden yalnız biri için (X) işareti koyarak belirtiniz, Lütfen boş bırakmayınız ve her ifade için bir işaretleme yapınız.

Bana Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Kararsızım	Bana Uygun	Bana Çok Uygun
----------------------	-------------	------------	------------	----------------

- | | | | | | |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. İyi tanımadığım kişilerle birlikteyken kendimi tedirgin hissederim..... | () | () | () | () | () |
| 2. Toplumsal ilişkilerde hiç rahat değilim..... | () | () | () | () | () |
| 3. Başkalarından herhangi bir konuda bilgi istemek bana zor gelir..... | () | () | () | () | () |
| 4. Arkadaş toplantıları ve diğer sosyal etkinliklerde genellikle rahat değilimdir..... | () | () | () | () | () |
| 5. Başkaları ile birlikte iken konuşacak uygun konuları bulmakta güçlük çekerim..... | () | () | () | () | () |

EK-6

KENDİNİ AYARLAMA ÖLÇEĞİ
(Örnek Maddeler)

Aşağıda sosyal davranışlarla ilgili bir takım ifadeler bulunmaktadır. Lütfen her ifadeyi dikkatlice okuyun ve kendiniz için doğru olduğunu düşündüğünüz ifadeler için D'nin altındaki boşluğu, yanlış olduğunu düşündüğünüz ifadeler için Y'nin altındaki boşluğu doldurunuz. Boş ifade bırakmayınız.

	D	Y
1. Başkalarının davranışlarını kolaylıkla taklit edebilirim.....	()	()
2. Sosyal toplantılarda başkalarının hoşlanacakları şeyleri söylemeye veya yapmaya çalışmam.....	()	()
3. Başkalarını eğlendirmek veya etkilemek için eğlendirici bir şeyler yapabileceğimi sanıyorum.....	()	()
4. Sosyal durumlarda nasıl davranacağımı bilmediğim zaman, ipucu bulmak için başkalarının davranışlarına bakarım.....	()	()
5. İyi bir aktör / artist olabilirdim.....	()	()

EK-7

SOSYAL DURUMLARDA KENDİNİ DEĞERLENDİRME ENVANTERİ
(Örnek Maddeler)

Aşağıda, günlük hayatta karşılaşılabileceğiniz çeşitli sosyal durumlar verilmiştir. Sizlerden, bu durumlara göre kendinizi değerlendirmeniz istenmektedir. Değerlendirmenizi son bir haftayı dikkate alarak yapınız. Aşağıda belirtilen herhangi bir durum ile son bir hafta içerisinde karşılaşmamış olabilirsiniz. Bu durumla şu anda karşılaşmış olsaydınız verebileceğiniz tepkiye en uygun olan seçeneği daire (O) içine alarak işaretleyiniz. Her madde, hem kaygı düzeyine hem de kaçınma düzeyine göre derecelendirilmiştir.

Kaygı düzeyine göre; a = Hiç Kaygılanmam, b = Kaygılanmam, c = Kaygılanırım, d = Çok Kaygılanırım, seçeneklerinden size en uygun olanı işaretledikten sonra aynı madde için,

Kaçınma düzeyine göre; a = Hiç Kaçınmam, b = Kaçınmam, c = Kaçınırım, d = Her Zaman Kaçınırım, seçeneklerinden de size en uygun olanı işaretleyerek sonraki maddeye geçiniz.

Hiç Kaygılanmam
Kaygılanmam
Kaygılanırım
Çok Kaygılanırım

Hiç Kaçınmam
Kaçınmam
Kaçınırım
Her Zaman Kaçınırım

- | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1. Topluluk içinde telefonla görüşme..... | a | b | c | d | a | b | c | d |
| 2. Küçük bir grupla birlikte bir etkinliğe katılma..... | a | b | c | d | a | b | c | d |
| 3. Topluluk içinde yemek yeme..... | a | b | c | d | a | b | c | d |
| 4. Topluluk içinde bir şeyler içme..... | a | b | c | d | a | b | c | d |
| 5. Herhangi bir konuda yetkili biriyle konuşma..... | a | b | c | d | a | b | c | d |

EK-8

BAZI DEĞİŞKENLERİ ÖLÇÜLMEK İÇİN HAZIRLANMIŞ SORULAR

1. “Dinleyicilere atfedilen önem” değişkeniyle ilgi hazırlanmış soru;

Başkalarıyla ilişki kurarken, ilişki kurduğunuz kişilerin sizin için önemli olup olmamaları sizi ne kadar etkiler?

Hiç etkilenmem

Çok fazla etkilenirim

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. “Ortamda bulunan yabancılar” değişkeniyle ilgi hazırlanmış soru;

İlişki kurduğunuz ortamda sizin için yabancı kişilerin bulunup bulunmaması sizi ne kadar etkiler?

Hiç etkilenmem

Çok fazla etkilenirim

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. “Geçmişteki sosyal başarısızlıklar” değişkeniyle ilgi hazırlanmış soru;

Başkalarıyla ilişki kurarken, daha önce kurmuş olduğunuz ilişkilerdeki başarısızlıklar, yapmış olduğunuz yanlışlıklar ve hatalar (ın bulunup bulunmaması) sizi ne kadar etkiler?

Hiç etkilenmem

Çok fazla etkilenirim

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4. “Algılanan sosyal beceri eksikliği” değişkeniyle ilgi hazırlanmış soru;

Kendinizi başkalarıyla kurduğunuz ilişkilerde, ne kadar becerikli algıyorsunuz (hissedersiniz)?

Oldukça beceriksiz

Oldukça becerikli

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

5. “Olumsuz değerlendirilme korkusu” değişkeniyle ilgi hazırlanmış soru;

Karşınızdakinin ve başkalarının sizi olumsuz değerlendireceklerinden korkup korkmadığınız ve başkalarının sizinle ilgili kötü izlenimler edinebilecekleri ile ilgili kaygılarınız sizi ne kadar etkiler?

Hiç etkilenmem

Çok fazla etkilenirim

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10