

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

SOSYAL KAYGI İLE ÜSTBİLİŞ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN
ÖZEL BİR EĞİTİM KURUMUNDAKİ ÖĞRENCİLERDE
İNCELENMESİ

TEZİ YAZAN
Seyla ÇİÇEKÇİ

Tez Danışmanı : Prof. Dr. Şükrü UĞUZ
Jüri Üyesi : Doç. Dr. Murat KOÇ
Jüri Üyesi : Dr. Soner ÇAKMAK (Çukurova Üniversitesi)

YÜKSEK LİSANS TEZİ
MERSİN / OCAK 2019

T.C
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ' NE

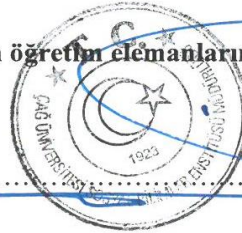
201610016 numaralı öğrencimiz olan Seyla ÇİÇEKÇİ tarafından hazırlanan “Sosyal Kaygı İle Üstbiliş Arasındaki İlişkinin Özel Bir Eğitim Kurumundaki Öğrencilerde İncelenmesi” başlıklı bu tez çalışması jürilerimiz tarafından oy birliği ile Psikoloji Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

.....
Üniv. İçi asıl üye - Tez Danışmanı - Jüri Başkanı: Prof. Dr. Öğr. Üyesi Şükrü UĞUZ

.....
Üniv. İçi – Jüri asıl Üyesi: Doç. Dr. Murat KOÇ

.....
Üniv. Dışı - Jüri asıl Üyesi: Dr. Öğr. Üyesi Soner ÇAKMAK
(Çukurova Üniversitesi)

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylarım.



04 / 01 / 2019

Doç. Dr. Murat KOÇ
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 Sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.

İTHAF

'Sorgulanmamış bir hayat yaşanmaya değmez'

Sokrates



ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
 - Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
 - Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
 - Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
 - Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu,
- bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

04/01/2019

Seyla ÇİÇEKÇİ

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimdeki ve tez aşamamdaki çok önemli katkılarından, sabrından ve desteklerinden dolayı değerli hocam Prof. Dr. Şükrü UĞUZ'a,

Yüksek lisans eğitiminde bilgilerini bizlere aktaran hocalarım Prof. Dr. Gülşah SEYDAOĞLU'na, Dr. Soner ÇAKMAK'a, Doç. Dr. Murat KOÇ'a, Dr. Yunus Emre AYNA'ya,

MCQ-30 ölçeğinin Türkçe formunu araştırmamda kullanmama izin veren Prof. Dr. Metehan IRAK ve Dr. Ahmet TOSUN'a;

Çeviride yardımcı olan Buse ŞAHİNGÖKLÜ'ye ve istatistikte destek veren Ersun ÇIPLAK'a

Tez sürecinde yanımda olan ve bana her zaman destek veren annem, kardeşim ve yiğenim Yağız'a,

Çok teşekkür ederim.

04/01/2019

Seyla ÇİÇEKÇİ

ÖZET

SOSYAL KAYGI İLE ÜSTBİLİŞ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN ÖZEL BİR EĞİTİM KURUMUNDAKİ ÖĞRENCİLERDE İNCELENMESİ

Seyla ÇİÇEKÇİ

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Şükrü UĞUZ

Ocak 2019, 107 sayfa

Sosyal kaygı, kişinin başkaları tarafından değerlendirileceği bir veya birçok sosyal ortamda belirgin bir şekilde kaygı ya da korku duymasıdır. Son dönemlerde yapılan çalışmalarda sosyal kaygıda, üstbilişin önemli olduğu görülmektedir. Üstbiliş; kişinin kendi zihnindeki işlevler ile olayların farkında olması ve bu süreçler üzerindeki aktif kontrolünü kapsayan bir sistemdir (Wells 2009). Bu araştırmada, sosyal kaygı ile üstbiliş arasındaki ilişki, özel bir eğitim kurumundaki öğrenciler ile incelenmektedir.

Araştırma, 2017-2018 eğitim yılında, özel bir eğitim kurumundaki 67 kadın, 39 erkek, toplam 106 öğrenci ile yapılmıştır. Katılımcılara Üstbiliş Ölçeği (ÜBÖ-30), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanmıştır.

Literatüre katkı sağlamanın amaçlandığı bu çalışmada; Liebowitz kaygı alt ölçeği ile Üstbiliş kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçeği arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki; Liebowitz kaçınma alt ölçeği ile Üstbiliş olumlu inançlar ve kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile Üstbiliş olumlu inançlar ile kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile alt ölçekleri olan kaygı ile kaçınmanın, Üstbiliş ölçeği toplam puanı ile ilişkisine bakıldığında düşük düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Sosyal kaygı, biliş, üstbiliş

ABSTRACT**ANALYSIS OF THE RELATION BETWEEN SOCIAL ANXIETY AND
METACOGNITION ON STUDENTS OF A PRIVATE EDUCATIONAL
INSTITUTION****Seyla ÇİÇEKÇİ****Master Thesis, Department of Psychology****Supervisor: Prof. Dr. Şükrü UĞUZ****January 2019,107 pages**

Social anxiety is a notable concern or fear occurs in one or more social situations when one is judged by others. In recent studies, it has been found out that metacognition has an important effect on social anxiety. Metacognition is a system that involves one's awareness of functions and scenes of the mind and his active control over these processes (Wells 2009). In this study, the correlation between social anxiety levels and metacognitions levels with students at a private educational institution will be observed.

The research was carried out with 67 women and 39 men participants- in total 106- at a private educational institution in the 2017-2018 academic year. The participants were given the metacognitive scale (MCQ-30), Liebowitz Social Anxiety Scale and Personal Information Form to fill in.

In this study that aims to contribute to literature; a significant correlation is observed among the anxiety subscale of Liebowitx Social Anxiety Scale, metacognition scale uncontrollability and risk subscale at a low level, in a positive way; and among avoidance subscale, positive beliefs, uncontrollability and risk subscales at a low level in a positive way, and among Liebowitx Social Anxiety Scale, positive beliefs, uncontrollability and risk subscale at a low level positively. Furthermore, when their correlation with the total score of metacognitive scale is taken into consideration, a low level, positive and significant correlation between Liebowitx Social Anxiety Scale and the subscales of anxiety and avoidance was found.

Keywords: Social anxiety, cognitive, metacognitive.

ÖNSÖZ

Sosyal kaygılı bireyler, başkalarının değerlendirebilecek oldukları toplumsal ortamlarda kaygı duyarlar. Karşılıklı konuşma, insanlar arasında yemek yeme, bir konuşma yapma, otorite figürü ile konuşma gibi eylemleri gerçekleştirirken yaşadıkları kaygı, işlevsellik kayıplarına neden olmaktadır. Sosyal kaygıyı anlamaya ve tedavi etmeye yönelik farklı bakış açıları bulunmaktadır Clark ve Wells tarafından, bireyin kendisi ve kendi davranışlarına odaklı olması ve güvenlik davranışında bulunması olarak açıklanan sosyal kaygının, üstbiliş ile ilişkisinde elde edilecek bulguların bu bakış açılarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Üstbiliş kavramı ilk defa Flavell tarafından 1971 yılında, kişinin öğrenmesi ile belleğini kontrol etmesi anlamında kullanılmıştır. Wells (2000) ise üstbiliş ve üstbilişsel inançların patolojinin merkezi olduğunu öne sürmüştür ve üstbilişin zihnin sağlıklı olan ve olmayan yönlerinin kontrolünden sorumlu olduğunu belirtmiştir. Wells; üst bilişi, kişilerin kendi düşünme biçimleri ve düşünceleriyle ilgili bilişleri olarak tanımlamıştır. Gkika ve ark.(2017) ile Gkika ve Wells'e (2016) göre üstbilişsel inançlar sosyal kaygının değerlendirilmesi ve tedavisinde göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca sosyal kaygı tedavisinin, üstbilişsel inançların değerlendirilmesinden ve değişkenliğinden faydalanabileceği ve müdahalelerde bu faktörlerden yararlanabileceği öne sürülmektedir.

Bu çalışmada sosyal kaygı ile üstbiliş arasında ortaya konulacak ilişkinin sosyal kaygı ve üstbilişin anlaşılmasına katkı sağlayarak, sosyal kaygının tedavisinde göz önünde bulundurulabileceği düşünülmektedir.

4 OCAK, 2019

İÇİNDEKİLER

Sayfa No:

KAPAK	I
ONAY SAYFASI	II
İTHAF	III
ETİK BEYANI	IV
TEŞEKKÜR	V
ÖZET	VI
ABSTRACT	VII
ÖNSÖZ	VIII
İÇİNDEKİLER	IX
KISALTMALAR LİSTESİ	XIII
TABLolar LİSTESİ	XIV
ŞEKİLLER LİSTESİ	XVII
EKLER LİSTESİ	XIX

BÖLÜM I

1.GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Arka Planı.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Problemi	3
1.4. Araştırmanın Önemi	3
1.5. Araştırmanın Hipotezleri	4
1.6. Araştırmanın Sayıltıları	5
1.7.Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları.....	6
1.8.Tanımlar	6

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	7
2.1.Sosyal Kaygı.....	7
2.1.1. Sosyal Kaygının Tarihçesi	10
2.1.2.Sosyal Kaygının Alt Tipleri	11
2.1.3.Sosyal Kaygıda Cinsiyet	12
2.1.4.Sosyal Kaygının Yaygınlığı.....	12

2.1.5.Sosyal Kaygının Başlangıç Yaşı.....	13
2.1.6.Sosyal Kaygının Nedenleri	14
2.1.7.Sosyal Kaygının Kuramsal Açıklamaları	15
2.1.7.1.Psikanalitik Kuram	15
2.1.7.2. Davranışçı Kuram.....	16
2.1.7.3. Bilişsel Kuram	16
2.2. Biliş.....	17
2.3. Üstbiliş.....	18
2.3.1. Üstbiliş Modelleri	20
2.3.1.1. Flavell'in Üstbiliş Modeli	20
2.3.1.2. Brown'un Üstbiliş Modeli.....	21
2.3.1.3. Schraw ve Moshman'ın Üstbiliş Modeli.....	21
2.3.1.4. Jacobs ve Paris'in Üstbiliş Modeli	22
2.3.1.5. Tobias ve Everson'un Üstbiliş Modeli.....	22
2.3.1.6. Nelson ve Narens'in Üstbiliş Modeli	22
2.3.1.7. Pintrich ve Arkadaşlarının Üstbiliş Modeli.....	22
2.3.1.8. Wells'in Üstbiliş Modeli	23
2.3.2. Üstbilişsel Süreçlerin Gelişimi	25
2.4. Sosyal Kaygı ve Üstbiliş İle İlgili Çalışmalar	26

BÖLÜM III

3. YÖNTEM	29
3.1. Araştırmanın Amacı	29
3.2. Araştırmanın Modeli	29
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	30
3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedürü)	30
3.5. Veri Toplama Araçları.....	30
3.6. Verilerin Analizi	32

BÖLÜM IV

4. BULGULAR.....	33
4.1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerinin Dağılımı	33
4.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanları ile Üstbiliş Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi	34
4.2.1. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	35

4.2.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesi.....	36
4.2.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre İncelenmesi	36
4.2.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi	37
4.2.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	38
4.2.6. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	39
4.2.7. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi.....	39
4.2.8. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi	40
4.3. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi.....	41
4.3.1. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi.....	41
4.3.2. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesi.....	42
4.3.3. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre İncelenmesi.....	43
4.3.4. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi.....	44
4.3.5. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	45
4.3.6. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi	46
4.3.7. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi.....	49
4.3.8. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi.....	50
4.4. Hipotezlerin Test Edilmesi	51
4.4.1. H ₁ 'e Yönelik Bulgular	51
4.4.2. H ₂ 'ye Yönelik Bulgular	52

4.4.3. H ₃ 'e Yönelik Bulgular.....	53
4.4.4. H ₄ 'e Yönelik Bulgular	54
4.4.5. H ₅ 'e Yönelik Bulgular	56
4.4.6. H ₆ 'ya Yönelik Bulgular	57
4.4.7. H ₇ 'ye Yönelik Bulgular	58
4.4.8. H ₈ 'e Yönelik Bulgular.....	59
4.4.9. H ₉ 'a Yönelik Bulgular	60
4.4.10. H ₁₀ 'a Yönelik Bulgular	61
4.4.11. H ₁₁ 'e Yönelik Bulgular	62
4.4.12. H ₁₂ 'ye Yönelik Bulgular	63
4.4.13. H ₁₃ 'e Yönelik Bulgular	64
4.4.14. H ₁₄ 'e Yönelik Bulgular	65
4.4.15. H ₁₅ 'e Yönelik Bulgular	66
4.4.16. H ₁₆ 'ya Yönelik Bulgular	67
4.4.17. H ₁₇ 'ya Yönelik Bulgular	68
4.4.18. H ₁₈ 'ya Yönelik Bulgular	69
BÖLÜM V	
5. TARTIŞMA VE YORUM.....	70
BÖLÜM VI	
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	73
6.1. Sonuç	73
6.2. Öneriler.....	74
7. KAYNAKÇA.....	75
8.EKLER	84
8.1. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.....	84
8.2. Üstbiliş Ölçeği	85
8.3. Kişisel Bilgi Formu	86
8.4. Etik Kurul Onayı	87
8.5. Kurum Onay Formu	88

KISALTMALAR LİSTESİ

- A.B.D : Amerika Birleşik Devletleri
CFI : Comparative Fit Index
ECA : Epidemiologic Catchment Area
MCQ : Meta-Cognitions Questionnaire
NIMH : Amerikan Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü
OKB : Obsesif Kompulsif Bozukluk
ÜBÖ-30 : Üstbiliş Ölçeği
WHO : Dünya Sağlık Örgütü



TABLOLAR LİSTESİ

	Sayfa No:
Tablo 1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerinin Dağılımı (n: 106)	34
Tablo 2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre U-Testi Sonucu	35
Tablo 3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Yaş ile Korelasyon Sonucu	36
Tablo 4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu	37
Tablo 5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısı ile Korelasyon Sonucu	38
Tablo 6. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu	38
Tablo 7. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu	39
Tablo 8. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu.....	40
Tablo 9. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu.....	41
Tablo 10. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre U- Testi Sonucu.....	42
Tablo 11. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Yaş ile Korelasyon Sonucu	43
Tablo 12. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu	44
Tablo 13. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısı ile Korelasyon Sonucu	45
Tablo 14. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu.....	46
Tablo 15. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu.....	47

Tablo 16. <i>Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeğindeki Farkın Kaynağını Tespit Etmek İçin Uygulanan U-Testinin Sonucu</i>	48
Tablo 17. <i>Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu</i>	49
Tablo 18. <i>Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu</i>	50
Tablo 19. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	51
Tablo 20. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	53
Tablo 21. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	54
Tablo 22. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	55
Tablo 23. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	56
Tablo 24. <i>Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	57
Tablo 25. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	58
Tablo 26. <i>Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	59
Tablo 27. <i>Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	60
Tablo 28. <i>Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	61
Tablo 29. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	62
Tablo 30. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	63
Tablo 31. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	64
Tablo 32. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	65

Tablo 33. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Düşünceleri</i> <i>Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	66
Tablo 34. <i>Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam Puanı</i> <i>Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	67
Tablo 35. <i>Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam Puanı</i> <i>Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	68
Tablo 36. <i>Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam</i> <i>Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri</i>	69



ŞEKİLLER LİSTESİ

Sayfa No:

<i>Şekil 1.</i> Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	52
<i>Şekil 2.</i> Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	53
<i>Şekil 3.</i> Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	54
<i>Şekil 4.</i> Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	55
<i>Şekil 5.</i> Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	56
<i>Şekil 6.</i> Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	57
<i>Şekil 7.</i> Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	58
<i>Şekil 8.</i> Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	59
<i>Şekil 9.</i> Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	60
<i>Şekil 10.</i> Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	61
<i>Şekil 11.</i> Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	62
<i>Şekil 12.</i> Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	63
<i>Şekil 13.</i> Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	64
<i>Şekil 14.</i> Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	65
<i>Şekil 15.</i> Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği.....	66

- Şekil 16.* Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği 67
- Şekil 17.* Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği..... 68
- Şekil 18.* Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği..... 69



EKLER LİSTESİ

	Sayfa No:
8.1. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	84
8.2. Üstbiliş Ölçeği	85
8.3. Kişisel Bilgi Formu.....	86
8.4. Etik Kurul Onayı.....	87
8.5. Kurum Onay Formu	88



BÖLÜM I

1.GİRİŞ

1.1. Araştırmanın Arka Planı

Sosyal kaygı, kişinin başkaları tarafından değerlendirileceği bir veya birçok sosyal ortamda belirgin bir şekilde kaygı ya da korku duymasıdır. İnsanlarla konuşma, tanımadığı kişilerle karşılaşma gibi toplumsal etkileşimler ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme DSM-V’de sosyal kaygı örnekleri arasında verilmektedir. 1900’lü yılların başında ilk kez Janet tarafından sosyal fobi olarak kullanılan kavram, DSM-IV’de sosyal kaygı bozukluğu olarak tanımlanmıştır. Sosyal kaygıda alt tiplerin sınıflandırılması konusu tartışılmalı da olsa, korkulan ortamların sayısının alt tiplerin oluşmasında etkili olduğu söylenebilir. Birçok sosyal ortamda ortaya çıkan korku, kaygı yaygın sosyal kaygı olarak tanımlanırken, bir veya birkaç sosyal ortamda ortaya çıkan sınırlı korku ve kaygılar, özgül sosyal kaygı olarak tanımlanır (Levent, Uğuz, Aydın, 2006)

Sosyal kaygıda, topluluk karşısında konuşmak, yeni insanlarla tanışmak, performans sergilemek, ortak tuvaletleri kullanmak, başkalarının göreceği yerlerde bir iş yapmak ve otorite figürü olan insanlarla konuşmak en yaygın korkulardır. Sosyal kaygısı olan insanların birçoğu, yeteneklerinin daha altında olan, çok memnun olmadıkları fakat az sayıda sosyal taleplerde bulunulan işleri seçerler (Kring, Johnson, Davison, Neale, 2015). Sosyal kaygısı olan bireyler düşük benlik saygısı, eleştiriye karşı hassasiyet, toplumsal ilişki becerisinde zayıflık nedeniyle hayatlarına sınırlamalar koyarlar. Sosyal kaygı, depresyon ve alkol kötüye kullanımı gibi ciddi bozukluklarda da risk faktörü olmaktadır (Schneier ve ark.,1992; Magee ve ark. 1996)

1994 yılında Amerika Birleşik Devletleri’nde (A.B.D) Ulusal Eşanlı Durum Taramasında sosyal kaygı bozukluğunun % 13,3 ile yaşam boyu ve %7,9 ile yıllık yaygınlık oranı ile majör depresif epizotile alkol bağımlılığından sonra en sık rastlanan üçüncü psikiyatrik rahatsızlık olduğu belirtilmiştir. Psikiyatristlerin gördüğü fobik hastaların %25’i sosyal kaygılı hastalardır (Sungur, 1997).

Sosyal kaygının nedenleri incelenirken ailesel faktörler, davranışsal ketlenme, genetik ve nörobiyolojik etmenler üzerinde durulmaktadır.

Flavell'in (1976) kişinin kendi bilişsel süreçleri veya onlarla ilişkili herhangi bir konuda bilgisi olarak tanımladığı üst bilişi; Wells (2009), kişinin kendi zihnindeki işlevlerin ve olayların farkında olması ve bu süreçler üzerindeki aktif kontrolünü kapsayan bir sistem olarak tanımlamıştır. Üstbilişte, bilişin farkında olunup durumlara uygun olarak kullanılması üst bilişin bilişten farkı olarak belirtilir (Brown,1980).

İlk defa Flavell tarafından 1971 yılında kullanılan üstbiliş kavramı daha sonra birçok araştırmacı tarafından incelenmiş ve farklı üstbiliş modelleri ortaya konulmuştur. Wells, ortaya koyduğu üst biliş modelinde üst bilişin, zihnin sağlıklı olan ve olmayan yönlerinin kontrolünden sorumlu olduğunu belirtmiştir. Wells'e (2009) göre bütün insanlar olumsuz düşüncelere sahiptir ama bir kısmı kaygı ve depresyon yaşar. Önemli olan, bireyin kaygı yaratan düşüncelere takılıp kalmasına yol açan düşüncelerin veya bilişsel stratejilerin ne olduğunu belirlemektir. Sosyal kaygıda da sosyal inançların gerekliliği, üstbilişsel model tarafından sorgulanmaktadır.

Gelişmekte olan çalışma alanlarından elde edilen veriler üstbilişin sosyal kaygı için önemli olduğunu göstermektedir. Gkika ve Wells (2016) üstbilişlerin, sosyal kaygı bozukluğunun devam etmesinde önemli bir faktör olduğunu belirtirler. Nordahl ve Wells (2017) çalışmalarında sosyal kaygıya kontrol edilemezlik ve tehlike ile bilişsel güvenilirlik faktörlerinin yüklendiğini belirtip negatif üstbilişsel inançların, rahatsızlıklar boyunca ortaya çıkan en önemli etki alanı olduğunu söylerler. Düşük seviyeli bilişsel güvenilirlik ve öz-odakla ilişkili herhangi bir şey sosyal performansa zarar verme potansiyeline sahiptir çünkü birey, dışa dönük sosyal durumun işlevselliğindeki çabası ve özverisini geri çekilebilir. Nordahl ve Wells (2017) sosyal kaygı da dahil olmak üzere bir çok bozuklukta üstbilişsel inançların etkili olduğunu belirtmişlerdir. Sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusuyla karakterize olmakta ve negatif üstbilişsel inançlarda yaşanan değişim sosyal kaygıda iyileşmeye neden olmaktadır (Nordahl ve Wells, 2018). Gkika, Wittkowski, Wells (2017) ise pozitif ve negatif üstbilişsel inançlar ile birlikte düşünceleri kontrol edebilme konusundaki inançları da olumlu ve önemli ölçüde sosyal kaygı ile ilişkilendirmektedir. Wells ve Matthews'in (1994) üstbiliş modeli ile tutarlı olarak, üstbilişsel inançlar sosyal kaygı üzerinde doğrudan ve dolaylı (bilişsel süreçler yoluyla) yoldan etkilidir (Gkika ve ark. 2017).

Sosyal kaygı üzerindeki bilişsel inançlar ve üstbilişsel inançlara doğrudan katkı sağlamaya ilişkin çalışmaların yürütülmesi gerekmektedir (Gkika ve ark. 2017). Bu araştırmada da sosyal kaygı ve üst biliş kavramlarıyla, sosyal kaygı ve üstbiliş ilişkisi alt faktörler ile birlikte incelenmeye çalışılmıştır. Bu açıklamaların literatüre katkı sağlaması amaçlanmıştır. Ayrıca literatür incelendiğinde ülkemizde sosyal kaygı ve üstbiliş ile ilgili ayrı ayrı çalışmalara rastlanmıştır fakat sosyal kaygı ile üstbiliş ilişkisini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Bu anlamda çalışmamız alanyazında ilk olma özelliğini taşımaktadır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, sosyal kaygı ile üstbiliş arasındaki ilişkinin, özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerde incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda hipotezler oluşturulmuştur.

1.3. Araştırmanın Problemi

Araştırmanın problemini, sosyal kaygı ile üstbiliş puanları arasında ilişkinin özel bir eğitim kurumundaki öğrenciler ile incelenmesi oluşturmaktadır.

1.4. Araştırmanın Önemi

Bu çalışmada incelenen sosyal kaygı ve üstbiliş, birçok araştırmada ayrı ayrı ele alınmış, son yıllarda yapılan çalışmalarda da birlikte incelenmiştir. Bu çalışmalar, sosyal kaygı ve üstbilişi anlamaya yönelik bakış açıları sunmaktadır. Sosyal kaygı ve üstbiliş puanları arasında ortaya konulacak anlamlı ilişkinin, bu bakış açılarına katkı sağlaması beklenmektedir. Ayrıca literatür incelendiğinde ülkemizde sosyal kaygı ile üstbiliş ilişkisini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Bu anlamda çalışmamız alanyazında ilk olma özelliği taşımaktadır.

1.5. Araştırmanın Hipotezleri

Hipotez 1: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 2: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 3: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 4: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 5: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 6: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 7: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 8: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 9: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 10: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 11: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.”

Hipotez 12: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 13: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 14: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 15: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 16: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 17: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

Hipotez 18: Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.

1.6. Araştırmanın Sayıtları

1.Yapılan araştırmada bireylerin Kişisel Bilgi Formunu, Üstbiliş Ölçeğini (ÜBÖ-30) ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğini samimiyetle yanıtladıkları varsayılmıştır.

2.Yapılan araştırmada uygulanan Üstbiliş Ölçeğinin (ÜBÖ-30) ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin araştırmada belirlenen hipotezleri ölçeceği varsayılmıştır.

3.Yapılan araştırmada kullanılan ölçme araçlarının toplanmak istenen veriyi karşılayacağı varsayılmıştır.

1.7.Araştırmanın Kapsam ve Sınırlılıkları

1.Yapılan araştırmada veriler 2017-2018 eğitim yılında özel bir eğitim kurumundaki 67 kadın, 39 erkek, toplam 106 öğrenci ile sınırlıdır.

2.Yapılan araştırmada toplanan veriler Üstbiliş Ölçeği (ÜBÖ-30), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu ile sınırlıdır.

3.Katılımcıların sosyal kaygı tanısı almış bireylerden oluşmaması araştırmanın sınırlılığıdır.

1.8.Tanımlar

Sosyal kaygı: Kişinin başkaları tarafından değerlendirileceği bir veya birçok sosyal ortamda belirgin bir şekilde korku veya kaygı duymasídır (DSM-V).

Biliş: Birçok zihinsel yapının, sürecin ve işlevin bir arada oluşturduğu üst işlem mekanizmasıdır (Akt. Irak, Çapan, Soylu, 2015).

Üstbiliş: Kişilerin kendi düşünme biçimleri ve düşünceleriyle ilgili bilişleridir (Wells, 2000).

BÖLÜM II

2. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.Sosyal Kaygı

Sosyal kaygı, başkaları tarafından görüleceği sosyal ortamlarda olma veya sadece yabancı olan insanlarla karşılaştığında yaşanan akıl dışı, sürekli bir korkudur. Sosyal kaygısı olan kişiler genellikle değerlendirilecekleri durumlardan kaçınmaya çalışırlar. DSM-V'e göre; topluluk karşısında konuşmak, toplantı veya sınıfta konuşmak, yeni insanlarla tanışmak, performans sergilemek, ortak tuvaletleri kullanmak, başkaları tarafından görüleceği yerlerde herhangi bir iş yapmak ve otorite figürü olan insanlarla konuşmak en yaygın korkularıdır.

Stein ve ark.'nın tarama çalışmasına göre; sosyal kaygı yaşayanların en şiddetli korku ve kaçınma davranışını toplum içinde konuşma oluşturur ve bunu tanıdık kişilerden oluşan küçük bir grup önünde konuşmak, otorite sayılan kişilerle görüşmek, sosyal toplantılara katılmak izler (Stein, Walker, Forde, 1994).

Sosyal kaygısı olan kişilerin birçoğu çok memnun olmadıkları fakat daha az sosyal ilişkilerin olduğu işlerde çalışmayı tercih ederler. Kendini eleştirme eğilimi ve kendine yönelik dikkati, kaygı duyulan durumlarda artmıştır. Bu duruma, titreme, çarpıntı, yüz kızarması, terleme gibi fiziksel belirtiler de eklenir. Düşük benlik saygısı, eleştiriye karşı hassasiyet, toplumsal ilişki becerilerinde düşüklük nedeniyle hayatlarına sınırlamalar koyarlar ve birçok şeyden uzak kalarak yaşamayı tercih ederler. Sosyal kaygı yaşayanlar, kendilerini sadece aile yada yakın çevre içerisinde rahat ve güvencede hissederler (Kring ve ark.,2015).

Wallace ve Alden tarafından yapılan bir araştırmada, sosyal kaygısı olan bireylerin sosyal etkileşimleri pozitif olsada, bu etkileşimleri başarısız olarak değerlendirdikleri, bundan sonraki sosyal etkileşimlerinin de başarısız olacağına dair inanca sahip oldukları belirtilmiştir (Wallace ve Alden, 1997). Birçok çalışmada, sosyal kaygı tanımlı kişilerde, ruhsal, fiziksel sağlık ve sosyal alanlardaki işlevselliği kapsayacak biçimde bütün alanlarda, yaşam kaliteleri, sosyal kaygısı olmayan kişilere göre daha düşük bulunmuştur (Gültekin,2008).

DSM -V ‘e Göre Sosyal Kaygının Tanımı ve Tanı Kriterleri;

DSM-V’te Sosyal Kaygı, tanımadık insanlarla karşılaşma veya başkalarının gözünün üzerinde olabileceği, bir veya birden çok toplumsal veya bir eylemi gerçekleştirdiği bir durumdan belirgin ve devamlı bir korku duyma biçiminde tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2016).

a. Kişinin, başkalarınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku veya kaygı duyması. Örnekler arasında toplumsal etkileşimler (örn. Karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (örn. Yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn, bir konuşma yapma) vardır.

Not: Çocuklarda kaygı, yaşlılarının olduğu ortamlarda ortaya çıkmalı ve yalnızca erişkinlerle olan etkileşimler sırasında ortaya çıkmamalıdır.

b. Kişi, olumsuz olarak değerlendirilebilecek bir şekilde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkar (Küçük düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde; başkalarınca dışlanacağı ya da başkalarının kırılmasına yol açacak bir biçimde.)

c. Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur.

Not: Çocuklarda, korku ya da kaygı, ağlama, bağırıp çağırarak tepinme, donakalma, sıkıca sarılma, sinme ya da toplumsal durumlarda konuşamama ile kendini gösterebilir.

d. Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanılır.

e. Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal ortamlarda çekinilen duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.

f. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, 6 ay veya daha uzun sürer.

g. Korku, kaygı ya da kaçınma klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

h. Korku, kaygı ya da kaçınma bir maddenin (örn. Kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyoloji ile ilgili etkilerine bağlanamaz.

i. Korku, kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

j. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa (örn. Parkinson hastalığı, şişmanlık, yanık ya da yaralanmadan kaynaklanan biçimsel bozukluk), korku, kaygı ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir.

ICD-10'a Göre Sosyal Kaygının Tanımı ve Tanı Kriterleri;

ICD-10'daki tanıma göre sosyal kaygı, genellikle ergenlik çağında başlayan, daha çok küçük gruplarda başkalarınca incelenme korkusu olarak gelişen ve sosyal ortamlardan kaçınma davranışına neden olan bir durum olarak tanımlanmıştır. Kişi, küçük duruma düşeceği veya utanç duyacağı bir şekilde davranışlar göstereceğinden korkar ya da kaygı belirtileri gösterir (ICD-10; WHO 1992).

a. Kişide 1. ya da 2. maddeler görülmelidir:

(1) Belirgin dikkat odağı olma korkusu ya da rezil olma veya gülünç duruma düşmeye neden olacak davranışlarda bulunma korkusu;

(2) Belirgin olarak dikkat odağı olmaktan ya da rezil olma ya da gülünç duruma düşmeye neden olacak davranışlarda bulunma korkusunun olduğu durumlardan kaçınma;

b. Bu korkular toplum içinde yemek yemek ya da konuşmak, toplumca tanınan biriyle karşılaşmak ya da parti, toplantı, sınıf gibi küçük gruplara girmek gibi sosyal durumlarda açığa çıkar.

c. Bozukluğun başlangıcından itibaren korkulan durumlarda kaygının en az iki belirtisi ve buna ek olarak aşağıdaki belirtilerden birinin kişide görülmesi:

(1) Yüz kızarması;

(2) Kusma korkusu;

(3) İşeme ya da dışkılama korkusu ya da sıkıştırması.

d. Belirti ya da kaçınmadan dolayı belirgin duygusal sıkıntı;

e. Belirtilerin ya da kaçınmanın aşırı ya da anlamsız olduğunu bilme;

f. Belirtiler, korkulan durumda ya da korkulan durum hakkında düşünürken baskındır ya da bu durumlarla sınırlıdır.

g. En yaygın olarak kullanılan ayırıcı tanı kriteri: A ve B kriteri delüzyon, halüsinasyon ya da organik ruhsal bozukluk, şizofren ve ilgili bozukluklar, duygu durum bozuklukları, obsesif kompulsif bozukluk gibi diğer bozukluk belirtilerine bağlı değildir ve kültürel inançlara yardımcı değildir.

2.1.1. Sosyal Kaygının Tarihçesi

Sosyal kaygıyı Janet ilk defa 1900'lü yılların başında, başkalarının olduğu ortamlarda konuşmak, yazı yazmak veya piyano çalmak gibi durumlardan korku duyan hastaları anlatmak için sosyal fobi olarak kullanmıştır (Akt: Aydın, 2004)

Sosyal kaygı veya sosyal fobi, normal bir insan özelliği olarak değerlendirilirken 1970 yılında Marks tarafından klinik bir sendrom olarak tanımlanmıştır. Temelini başkaları tarafından gülünç görünme korkusunun oluşturduğu, başkalarının yanında yeme, içme, konuşma gibi davranışları gerçekleştirmekten, yüz kızarması, titreme, terleme gibi bedensel belirtilerin ortaya çıkıp başkaları tarafından fark edilmesinden korkmayı Marks sosyal kaygı olarak tanımlamıştır.

DSM-I ve DSM-II'de yer almayan sosyal kaygı,1980'de DSM-III ile fobik nevrozlar başlığı altında psikiyatrik tanı sınıflamasına dahil olmuştur ve kişinin, durumlara karşı duyduğu ısrarlı ve mantıksız korku ve bu durumlardan kaçınmak için duyduğu zorunlu istek olarak tanımlanmıştır.

Liebowitz ve ark.'nın 1985'de "ihmal edilmiş kaygı bozukluğu" başlıklı yayını ile psikiyatridesosyal kaygı ile ilgili çalışmalar artmıştır. DSM-III-R'da sosyal kaygı, başkalarınca değerlendirileceği bir ya da birçok durumdan devamlı ve akılcı olmayan bir şekilde korku duyması ve bu korkuyu doğurannedenden kaçınması, utanç duyacağı veya gülünç duruma düşeceği şekilde davranabileceğinden korkması olarak tanımlanmıştır (APA, 1989). DSM-IV'de kaygı bozuklukları başlığı altında tanımlanan sosyal kaygı, kişinin tanımadığı insanlarla karşılaştığı veya başkaları tarafından görülebileceği toplumsal ortamda, davranışı gerçekleştirdiğinde belirgin ve sürekli bir korku duyması şeklinde tanımlanmıştır. DSM-III-R'deki tanımlanmasına bireyin kaygı belirtileri göstermesi ve bu belirtilerin başkaları tarafından fark edilmesinden korkması, koşulu getirilmiştir.

Sosyal kaygı, uzun bir süre, normal bir kişilik yapısı ya da çekingenlik gibi ele alınmıştır veya kişilik bozuklukları içerisinde değerlendirilmiştir. Bu değerlendirmeler sosyal kaygının gözardı edilmesine neden olmuştur (Gültekin,2008).

2.1.2.Sosyal Kaygının Alt Tipleri

Sosyal kaygının, özgül ve yaygın sosyal kaygı olmak üzere iki alt tipi vardır. Korkulan ortamların sayısı alt tiplerin oluşmasında önemlidir. Yaygın sosyal kaygı, birçok sosyal ortamda ortaya çıkan korkuyu, kaygıyı (örneğin; konuşmayı başlatmak ve konuşmaya devam etmek, küçük topluluklara dahil olmak, karşı cinsle görüşmek, amirleriyle konuşma, davetlere gitme) tanımlarken; özgül sosyal kaygı, bir ya da birkaç sosyal ortamda ortaya çıkan sınırlı korkuları, kaygıları tanımlamaktadır. Yaygın tipin %50-80 oranında olduğu bildirilmektedir. Yaygın sosyal kaygı da ailesel özellikler, yeti yıkımı, direnç, komorbidite, medikal müdahale daha fazla görülmektedir. Yaygın sosyal kaygıda, kaçınan kişilik bozukluğu ile sınırlar daha belirsizdir. Özgül tipinde ise yaşanan kaygı tek bir durumla ilgilidir (Levent ve ark.,2006).

Yaygın ve özgül sosyal kaygı arasındaki farkların araştırıldığı Manuzza ve ark.'nın çalışmasında; yaygın sosyal kaygısı olan bireylerin genellikle bekar oldukları, başlangıç yaşının erken olduğu, kişilerarası ilişkilerden duyulan korkunun yoğun olduğu, atipik depresyon ve alkolizmin daha fazla görüldüğü bulunmuştur (Manuzza, Schneier, Chapman, Liebowitz, Klein, Fyer, 1995). Birçok araştırmada, yaygın sosyal kaygısı olan bireylerin, özgül sosyal kaygısı olan bireylerden sosyal kaygı, depresif belirti, sosyal hayat ve iletişimde işlevsel kayıp ile hayat kalitesinde düşüşü daha fazla yaşadığı sonucuna ulaşılmıştır (Eldoğan, 2012).

Özgül sosyal kaygının travmatik yaşantılarla ilgili olduğu düşünülürken, yaygın sosyal kaygının daha çok çocukluk çağındaki utangaçlıkla ilgili olduğu düşünülmektedir (Stemberg, Turner, Beidel, Calhav, 1995).

Sosyal kaygının alt tiplerinin sınıflandırılması konusu halen tartışmalıdır fakat sosyal kaygıyı alt tiplere ayırma çabalarının her bakımdan önemli olduğu çoğu araştırmacının ortak düşüncesidir. Fenomenolojik olarak farklı olduklarının göz önüne alınması, farklı terapi süreçlerinin planlanması, hastalık şiddetinin saptanması, hastalığın sürekliliğinin belirlenmesi açısından alt tiplerin ayrılması önemli bulunmuştur (Gültekin,2008).

Göker ve ark. kaygı bozukluğu tanısı konulmuş 1910 olguyu örneklem olarak aldıkları çalışmalarında, 910 olguda en az bir kaygı bozukluğu saptamışlardır. Yaygın kaygı bozukluğu % 29 ve sosyal kaygı bozukluğu % 9,7 olarak saptanmıştır (Göker, Güney, Dinç, Hekim, Üneri, 2013).

2.1.3.Sosyal Kaygıda Cinsiyet

Amerikan Ulusal Eştanı Araştırmasında sosyal kaygı bozukluğu kadınlarda, erkeklerden 1,5 kat fazla bulunmuştur; yaşam boyu yaygınlığı ise kadınlarda %15,5 ve erkeklerde %11,1'dir; fakat erkeklerin tedavi arayışı, kadınlardan daha fazladır (Bal, Çakmak, Uğuz, 2013).

Türk ve ark.'larının çalışmalarında; kadınların, sosyal kaygı belirtilerinin erkeklerin belirtilerinden daha şiddetli olduğu belirtilmiştir. Bununla birlikte, kadınlar otorite karşısında konuşmakta, dinleyici kitlesi karşısında performans sergilemekte, gözlenirken çalışmakta daha fazla korku yaşamaktadırlar. Çalışmalardan sosyal kaygının, kadınlarda daha kronik bir seyir gösterdiği, belirti şiddetinin ve işlevsellikteki bozulmanın daha fazla olduğu sonucu çıkarılabilir (Bal ve ark., 2013).

İzgiç ve ark.'nın, ülkemizde sosyal kaygının yaygınlığı ile ilgili olarak yaptığı araştırmaya göre, sosyal kaygı kadınlarda, erkeklerden daha fazladır (İzgiç, Akyüz, Doğan, Kuğu, 2000).

Alan çalışmalarına bakıldığında sosyal kaygı, kadınlarda, erkeklerden daha sık görülür, fakat (% 62,7-%70) klinik çalışmalara bakıldığında sosyal kaygının görülmesi erkeklerde daha yüksektir. Kadınların daha çok sosyal kaygı bildirmelerine karşılık destek alma ve tedavi arayışlarının, erkeklere göre daha düşük olması, bu durumun nedeni olarak belirtilebilir (Dilbaz, 1997).

2.1.4.Sosyal Kaygının Yaygınlığı

Sosyal kaygı psikiyatristlerin gördüğü fobik hastaların %25'ini oluşturmaktadır (Sungur, 1997). 1994 yılında A.B.D.'de yapılan Ulusal Eştanılı Durum taramasında sosyal kaygının %13,3 ile yaşam boyu ve %7,9'luk yıllık yaygınlık oranı ile majör depresif epizot (% 17,1) ve alkol bağımlılığından(%14,1) sonra en sık rastlanan üçüncü psikiyatrik rahatsızlık olduğu saptanmıştır. Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) Fransa'da

yaptığı çalışmada sosyal kaygının %14,4'lük yaygınlık oranıyla en sık görülen üçüncü ruhsal rahatsızlık olduğunu belirtilmiştir (Lecrubier, 1998). Amerikan Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsü (NIMH) tarafından yapılan Epidemiologic Catchment Area (ECA) alan çalışmasında da sosyal kaygının bir aylık yaygınlık oranı %1,3, altı aylık yaygınlık oranı %1,5, ömür boyu yaygınlık oranı %2,8 olarak bildirilmiştir (Akt: Aydın, 2004).

Kessler ve ark.'ları, ortalama 10 yıl arayla iki farklı çalışma yapmışlar ve bir yıllık yaygınlığı %7,4 ve %7,1, yaşam boyu yaygınlığı ise %13,3 ve %12,1 olarak belirtmişlerdir. Acartürk ve ark.'ları ise, 12 aylık yaygınlığı %4,8 olarak belirtmişlerdir (Akt. Binbay ve Koyuncu, 2012). Memik ve ark., sosyal kaygının yaygınlığı ile ilgili yayınlanmış 22 toplum tabanlı araştırmanın sonuçlarını değerlendirmişler ve yaygınlık oranlarının %0,4 ile %12,1 arasında değiştiğini belirtmişlerdir (Memik, Yıldız, Tural, Ağaoğlu, 2011).

Faravelli ve ark., İtalya'da rastgele seçtikleri 2500 kişilik örneklem grubunda yaptıkları çalışmada, sosyal kaygının yaygınlığını % 3 olarak bulgulamışlardır (Faravelli, Zucchi, Viviani, 2000). Grand ve ark., 18 yaş ve üzeri 43.093 Amerikalı yetişkini örneklem olarak almışlar ve sosyal kaygının yaşam boyu yaygınlığını %5 olarak belirtmişlerdir (Grand, Hasin, Blanco, 2002). İzgiç ve ark.'nın (2004) da üniversite öğrencisi olan 1003 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada sosyal kaygı yaygınlığı % 9,6 olarak bulgulanmıştır.

Sosyal kaygı psikopatolojisinin doğası gereği ya da sosyal kaygı belirtileri deneyimleyen bireylerin yaşadıkları kültürel ortam sebebiyle, tedavi arayışına girememeleri, yaygınlık çalışmalarında göz ardı edilmiş bireyler olabileceğini düşündürmektedir (Eldoğan, 2012).

2.1.5.Sosyal Kaygının Başlangıç Yaşı

Sosyal kaygının başlangıcı, çoğunlukla sosyal etkileşimlerin önem kazandığı ergenlik dönemidir, ancak belirtiler erken çocukluk döneminde de görülebilir.Sosyal kaygı, birey tedavi olmazsa kronik olma eğilimindedir (Kring ve ark., 2015).

Sosyal kaygının başlangıcı, 13-24 yaş arasında değişmektedir. Sosyal kaygısı olanların bir kısmının, rahatsızlıklarının hayatları boyunca sürdüğünü ifade ettikleri göz önüne alındığında, ortalama başlangıç yaşının gerçek verileri yansıtmadığı

düşünülmektedir. Tedaviye başvurma yaşıyla çoğunlukla rahatsızlığın başlangıcından 15-20 yıl sonra olmaktadır (Dilbaz, 1997).

Schneider ve ark. (1992) ise, 18 yaş üzeri 13000 yetişkinle gerçekleştirdikleri çalışmalarında, sosyal kaygının ortalama başlama yaşını 15,5 olduğunu, 25 yaşından sonra başlamasının ise nadir olduğunu belirtmişlerdir.

2.1.6.Sosyal Kaygının Nedenleri

Sosyal kaygının nedenleri incelenirken; ailesel faktörler, davranışsal ketlenme, genetik ve nörobiyolojik etmenler üzerinde durulduğu görülmektedir.

Mancini ve ark., sosyal kaygıyı ortaya çıkaran risk faktörlerini incelediklerinde, sosyal kaygı bozukluğu tanısına sahip anne-babası olan çocuklarda, sosyal kaygı gelişme riskinin arttığını belirtmişlerdir (Mancini, Vanamaringen, Szatmari, Fugere, Boyle, 1996). Lieb ve ark. da, 14-17 yaşlarındaki 3000 ergen ve ebeveynlerini inceleyerek yaptıkları çalışmalarında, ailedeki psikopatolojiler ile ebeveynin çocuk yetiştirme biçimlerinin, çocuklardaki sosyal kaygıyı etkilediğini belirtmişlerdir. Sosyal kaygı görülme ihtimali, annesi ve babası sosyal kaygıya sahip olan bireylerde daha fazladır. Çocuklarına karşı aşırı koruyucu ya da reddedici davranan ebeveynlerin çocuklarında, sosyal kaygı bozukluğu görülme ihtimalinin fazla olduğu belirtilmiştir (Lieb ve ark. 2000). Peleg-Popko ve ark. da yaptıkları araştırmada, birlikte olmaya çok önem verip çocuğun bireysel gelişimini kısıtlayan aşırı koruyucu ailelerde yetişen bireylerin, sosyal kaygılarının daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir (Peleg-Popko ve Dar, 2001).

Cartier ve ark., 15-64 yaş grubundaki 8000'den fazla katılımcıyla yaptıkları sosyal kaygı araştırmasında, ailesel etkenleri de içeren risk faktörlerini incelemişlerdir. Ailesinde zihinsel gerilik bulunma, sağlık yardımına ihtiyaç duyma, ebeveynler ile yakın ilişki kuramama, fiziksel ve cinsel istismara uğramış olma, evden kaçma davranışı sergilemiş olma, liseden atılma, okul başarısızlığı, çocukluk çağında üçten çok yer değiştirmiş olmanın sosyal kaygı ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir (Cartier, Walker, Stein, 2001).

İzgiç ve ark. 1003 üniversite öğrencisini örneklem olarak aldıkları çalışmalarında, ailesinde psikiyatrik rahatsızlık bulunan kişilerde sosyal kaygı yaygınlığının daha sık olduğunu belirtmişlerdir. Sosyal kaygı, 21-24 yaş grubundaki

kişilerde, ekonomik durumu kötü olanlarda, kırsalda doğanlarda daha sık görülmektedir (İzgiç ve ark., 2000).

Grand ve ark., 18 yaş ve üzeri 43093 Amerikalı yetişkin üzerinde yaptıkları çalışmada Kızılderili, genç ve düşük gelirli olmanın, risk faktörleri arasında olduğunu bildirmişlerdir (Grand ve ark., 2002). West ve Newman (2007), çocukluk dönemindeki davranışsal ketlenmenin, ergenlik döneminde yaşanabilecek sosyal kaygı riskini arttırdığını belirtmişlerdir.

Yapılan çalışmalarda, sosyal kaygıda, amigdalada, metabolik değişiklikler olabileceğini gösteren bulgulara da rastlanmıştır. Sosyal kaygıda önce korku oluşmakta, ardından kaygı ve bilişsel çarpıtmalar oluşmakta ve noradrenerjik ve serotonerjik sistemin düzensizliği sonucunda da klinik tablo ortaya çıkmaktadır. Tek yumurta ikizlerinde sosyal kaygı görülme oranının, çift yumurta ikizlerine göre daha yüksek olduğu bildirilmektedir (Levent ve ark., 2006). Kendler ve ark., 2000'den fazla ikiz kadın ile araştırma yapmışlardır. Bu araştırmaya göre, sosyal kaygı ve fobiler üzerinde, kalıtım etmeni ile birlikte çevre etmeninin de etkili olduğu ve sosyal kaygıda %21 oranında kalıtımın etkili olduğu belirtilmiştir (Kendler, Neale, Kessler, Heath, Eaves, 1992).

Yılmaz, 12-18 yaş arasında 60 psikiyatrik rahatsızlığı olan, 30 psikiyatrik rahatsızlığı bulunmayan bireyleri örneklem olarak almıştır. Araştırma sonucunda problemlili internet kullanımı olan çocuk ve ergenlerin depresyon ve kaygısı, sağlıklı olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Aynı zamanda problemlili internet kullanımı olan gönüllülerin sosyal kaygısı sağlıklı ve problemlili internet kullanımı olmayanlara göre anlamlı olarak yüksek bulunmuştur (Yılmaz, 2010). Haspolat, 750 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, sosyal kaygı üzerinde benlik saygısı ile beden imajının anlamlı yordayıcılar olduğunu belirtmiştir (Haspolat, 2017).

2.1.7.Sosyal Kaygının Kuramsal Açıklamaları

2.1.7.1.Psikanalitik Kuram

Freud'a göre fobiler, insanların bilinç dışı güduları ve arzuları karşısında duyduğu kaygının, bu güduları ya da arzuları simgeleyen nesnelere yer değiştirmesi sonucu ortaya çıkmıştır (Smith, Hoeksema, Fredrickson, Loftus, 2016). Psikanalitik

kuram, sosyal kaygıda, utanç yaşantılarının, suçluluk duygularının ve ayrılma kaygısının üzerinde durmaktadır.

Sosyal kaygısı olan kişiler, bilinçdışı bir şekilde, dikkat çekmek, çevreden onaylayan davranışlar almak isterler. Bu beklenti, onaylayan davranışlar sergilemeyen ebeveynler tarafından, utandırılma ya da eleştirilme duygusunu ortaya çıkarır. Sosyal kaygısı olan kişiler, bu hayali aşağılanmadan kaçınabilmek için, onaylama göremeyeceklerini düşündükleri durumlar ile ortamlardan kaçınma davranışı sergilerler. Bazı bireylerde, bilinçdışı olarak, ilişkilerinde mükemmel bir ilgi için saldırganca istemcilik gösterirler. Bu istemciliğin yanında rakipleri kaçırma ya da ortadan kaldırma isteği de vardır. Suçluluk duygusu, çoğunlukla bu rakiplerin yerini alabilmek konusundaki yetersizlik nedeniyle ortaya çıkan utanç ile birbirine karışır. Birçok kişi de, bağımsız olarak yeni insanlarla kaynaşarak yakınlarının sevgisini yitireceğinden korkar. Anne ve bebek ile yapılan çalışmalarda, bazı zamanlarda çocukta, anne hiçbir eylemde bulunmamasına rağmen, annesinin onu terk etmesi korkusu ile birdenbire ortaya çıkan kaygı tepkileri görülmektedir (Türkçapar, 1999).

2.1.7.2. Davranışçı Kuram

Bu kurama göre fobiler, klasik ve işlemsel şartlandırmalardan kaynaklanmaktadır ve birçoğu travmatik yaşantılardan sonra ortaya çıkmaktadır. Bu yaklaşıma göre, daha önce karşılaşılan nötr bir uyaran, travmatik olayla eşleştirilir ve bu durum da kaygıya yol açar. Klasik şartlanma yoluyla, daha önce nötr olan uyaran kaygı tepkisini oluşturur. Bu korkuları taşıyan çoğu kişi, fobik nesneden kaçınır. Böylece fobik davranış işlemsel şartlandırma aracılığıyla sürdürülmüş olur. Bazı fobiler de gözlem aracılığıyla öğrenilir. Ürkek anne babalar, ürkek çocuklar yetiştirir. Anne babasının çeşitli durumlara verdiği tepkileri gören çocuk, bu durumlara aynı tepkiyi geliştirir (Smith ve ark., 2016)

2.1.7.3. Bilişsel Kuram

Bu kuram, kaygı bozukluklarını, işlevsel ve rasyonel olmayan düşünce ve inançlarla açıklamaktadır. Bireylerin, çevrelerindeki uyaranları hatalı yorumlamaları ve

yanlış çıkarımlarda bulunmaları sosyal kaygının ortaya çıkmasında önemli rol oynamaktadır.

Beck, Emery, Greenberg'in (1985) 'İşlevsel olmayan inançlar' modeline göre, sosyal kaygı, bireylerin kendileri ve sosyal ortamlarda nasıl davranacaklarıyla ilgili işlevsel olmayan inançları sonucu ortaya çıkar. Bu işlevsel olmayan inançlar, bireylerin, sosyal performans göstermeleri gereken ortamlarda, kendilerine yüksek standartlar koymaları, insanların kendilerini nasıl değerlendireceklerine yönelik olumsuz düşünceleri, kendileriyle ilgili olumsuz düşünceleri şeklindedir.

Clark ve Wells ise sosyal kaygıyı, bireyin kendisi ve kendi davranışlarına odaklı olması ve güvenlik davranışlarında bulunması ile açıklar. Sosyal kaygısı olan insanlar, diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirildiklerine yönelik bir uyarı aldıklarında, kendilerine yönelirler ve kendilerini detaylı incelemeye başlarlar. Bu durum, yaşadıkları kaygının artmasına ve sosyal ortamlarda performanslarının düşmesine neden olarak korktukları durumu yaşamalarına yol açar. Clark ve Wells'e göre, sosyal kaygılı birçok kişi, kendi değeriyle ve önemiyle ilgili, olumsuz inançlara sahiptir; fakat bu inançlar sürekli değildir, başkalarından tehdit algılamadıkları zamanlarda veya yalnız oldukları zamanlarda, benlik ile ilgili olumlu düşüncelere dönüşürler (Akt. Gümüş, 2006).

Rapee ve Heimberg'e göre (1997), sosyal kaygısı olan birey, sosyal bir ortamda bulunduğu veya olumsuz değerlendirileceğini düşündüğünde, kendisi ile ilgili zihinsel temsiller oluşturur. Bireyin, kendisi ile ilgili oluşturduğu zihinsel temsiller olumsuzdur ve sosyal ortamdaki diğer insanların kendisinden yüksek performans beklediklerini varsayar. Olumsuz zihinsel temsilleriyle birlikte, performans beklentisi düşüncesinin artması, kaygıyı arttıracaktır.

2.2. Biliş

Biliş; birçok zihinsel yapının, sürecin ve işlevin bir arada oluşturduğu üst işlem mekanizmasıdır (Akt. Irak ve ark.,2015). Kelime anlamı olarak ise biliş; canlının, nesnenin ya da olayın varlığı ile ilgili bilgili, bilinçli bir biçime gelmesidir. Biliş kavramı, bilgiyi işleme, anlama, çıkarım yapabilme, karar alabilme ve öğrenme gibi ussal yetilere vurgu yapan bir kavramdır. Ayrıca bilişle ilgili çalışmalar psikolojinin yanında, felsefe, dilbilim, antropoloji, eğitim ve sinirbilim gibi farklı disiplinleri de kapsamaktadır (Özaslan ve Bilgin, 2017).

2.3. Üstbilgi

‘Kişilerin, kendi düşünme biçimleri ve düşünceleriyle ilgili bilişleri’ (Wells, 2000) olarak tanımlanan, üstbilgi kavramı; 17. yy.’da Spinoza’nın (1632-1677) ‘kişi bir şeyi biliyorsa, ‘o şeyi bildiğini bilir’ ve bununla birlikte ‘o şeyi bildiğini de bilir’ (Karakelle ve Saraç,2010) sözü ile felsefi bir ifade olarak karşımıza çıkmıştır.

Üstbilgi kavramı, psikoloji alanında, ilk defa Flavell tarafından 1971 yılında, kişinin, öğrenmesi ile belleğini kontrol etmesini anlatmak için kullanılmıştır.

Üstbilgi kavramı, bilişsel psikoloji, eğitim psikolojisi ve öğretim tasarımı alanlarında kullanılmıştır. Wells ise, üstbilginin ve üstbilgisel inançların, patolojinin merkezi olduğunu öne sürmektedir. Flavell (1976), üstbilgi kavramını ‘kişinin kendi bilişsel süreçleri veya onlarla ilişkili herhangi bir konuda bilgisi’ olarak; Brown (1987) ise, bireyin bilişsel sisteminin durumuyla ilgili bilgi sahibi olması ile bu sistemi kontrol edebilmesi olarak tanımlamıştır. Crick, Dienes ve Perner ise üstbilgi, bireyin, zihnindeki olaylar ile işlevlerifarketmesi ve zihin olaylarıyla, işlevleri amaçlıbir şekilde kullanabildiği üst sistem olarak ele almaktadırlar (Irak,2012).

Veenman ve ark.’na (2004) göre üstbilgi, bilişsel sistemi yukarıdan gören, bu sistemi yöneten ve bu sistemin parçası olan, üst düzey yapıdır. Kuhn ise (2000) üst bilgi, birinci düzey bilgi hakkında derinlemesine düşünen, onu izleyip denetleyen ve düzenleyen bir bilgi olarak tanımlamıştır.

Schraw ve Dennison’a göre (1994) ise, üstbilgi, bireyin öğrenmesi üzerine derinlemesine düşünmesi, öğrenmesini anlaması ve kontrol edebilmesidir. Gavelek ve Raphael’e (1985) göre ise üstbilgi; bireyin düşünme süreçlerinin çeşitli yönlerine ilişkin bilgisi ve kişinin bilişsel etkinliklerini düzenleme yeteneğidir. Üstbilgi, Wellman, düşünme hakkında düşünme olarak tanımlarken; Hacker ise, bireyin, bilgisinin, süreçlerinin ve bilişsel, duygusal durumlarının bilgisi ve bunları, amaçlı biçimde izleme ve düzenleme olarak tanımlar (Hacker;1998). Hanten üstbilgi, var olan görüşlerin farkında olarak, bu görüşleri değerlendirebilmek ve düzenlemenin gerekli olduğu durumlarda yeniden düzenleyebilmek olarak tanımlamıştır (Hanten, 2004).

Livingston ‘a göre üstbilgi;

‘Üstbilgi kavramı bilişsel süreçlerin, bu süreçlerin özelliklerinin, mevcut yapısının ve olanaklarının yani bilişsel kaynakların bilinmesi, bütünbu kaynakların etkili, verimli biçimde nasıl kullanılabileceğinin farkında olunmasıdır’ (Akt. Hıdıroğlu, 2015)

Wells' e göre üstbilis, kişinin kendi zihnindeki işlevlerin ve olayların farkında olması ve bu süreçler üzerindeki aktif kontrolünü kapsayan bir sistemdir (Wells, 2009).

Biliş; kişinin, kendisi ile kendisi dışındakileri farketmesi ve bunları bilmesidir; birçok zihinsel, ruhsal, fizyolojik, kültürel değişken ile ilişkili dinamik bir süreçtir (Akpunar, 2011).Üstbilişte, bilişin farkında olunur ve biliş durumlara göre kullanılır (Brown, 1980). Biliş; algılama, anlama, hatırlama ve bunun gibi zihinsel süreçleri içerirken; üstbilis insanın algılamasını, anlamasını, hatırlamasını ve bunun gibi zihinsel süreçler ile ilgili düşünmesini içermektedir (Garner ve Alexander, 1989).

Irak, 72 üniversite öğrencisi ile yaptığı araştırma sonucunda, üstbilis ve yönetici işlevlerin, benzer süreçler olabileceği sonucuna varmış; bilme hissini, belleğin türlerine göre farklılaştığı ve hatırlama performansından etkilendiğini belirtmiştir (Irak, 2005). Irak'ın, 931 kişi ile yaptığı çalışma sonunda ise bellek ile ilgili var olan inançlar, üstbilişsel süreçler ile benlik saygısı arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Çalışma, bellek ile ilgili var olan inançların, bilişsel güven ve benlik saygısına göre değiştiğini, yüksek bilişsel güven ve benlik saygısının, bellek hakkında, olumlu inançların var olmasında, önemli bir belirleyici olduğunu göstermiştir (Irak, 2012).

Altıntaş ve ark., 400 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, kaçınan yakın ilişki yaşantılar düzeyinin artmasına, üstbilis işlevlerinden kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutu düzeyinin artmasının neden olacağını bulgulamışlardır (Altıntaş, Durmaz, Çiftçi, 2017).

Özsoy ve ark., DSM-IV-TR'ye göre, majör depresif bozukluk ile panik bozukluk hastası 50 kişi ile 50 sağlıklı kişiden oluşan kontrol grubu üzerinde araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda, majör depresif bozukluk ile panik bozukluk hastalarında, üstbilis puanları, kontrol grubundakilere göre anlamlı bir şekilde yüksek bulunmuştur. Majör depresif bozukluk hastalarında, üstbilişin, bilişsel güven ile kontrol edilmezlik ve tehlike alt boyutları; panik bozukluk hastalarında ise kontrol edilmezlik ve tehlike ile kontrol ihtiyacı alt boyutları, kontrol grubuna göre anlamlı yüksek bulunmuştur (Özsoy ve Kuloğlu, 2017).

2.3.1. Üstbiliş Modelleri

Flavell, 1976 yılında yayımladığı makalesinde, üstbiliş kavramına yer vermiş ve üstbilişin unsurlarını belirtmiştir. Flavell'in çalışmaları ile birlikte üstbiliş incelenmiş ve farklı üstbiliş modelleri ortaya konulmuştur.

2.3.1.1. Flavell'in Üstbiliş Modeli

Flavell'a göre üstbiliş; üstbilişsel bilgi, üstbilişsel deneyimler, amaçlar (görevler), faaliyetler (stratejiler) yapılarının etkileşimiyle meydana gelmektedir.

Üstbilişsel bilgi; bilişsel işlemlerimizin nasıl gerçekleştiğine dair sahip olduğumuz bilgidir ve kişi, görevler ve strateji alt başlıklarında ele alınır. Kişi değişkeni, kişinin kendisi ile diğer kişilerin bilişsel süreçlerin niteliği ile ilgili bildikleridir (Şahin,2010). Kişi değişkeni; kişisel (intraindividual), kişilerarası (interindividual) ve evrensel bilgi olarak üç kategoriye ayrılır. Kişinin 'Görsel algım işitsel algımdan daha iyidir.' diyebilmesi kişisel; bunu diğer insanlarla karşılaştırabilmesi kişilerarası; kişinin 'görsel ve işitsel algı' ile ilgili bilgisi ise evrensel bilgiye sahip olmasıdır.

Kişinin, bir görevin kendisi, gerekleri ve görevin zorluğuyla ilgili sahip olduğu bilgisi görev değişkenidir. Strateji değişkeni ise, kişinin değişik amaçları başarmak için kullanabileceği, bilişsel ve üstbilişsel stratejilerin farklı tipleri ile ilgili bilgisini ele almaktadır. Strateji değişkeni; planlama, karar verme, düşünme gibi bilişsel ya da üst bilişsel stratejilerden hangilerinin hedefe ulaşmada etkili olacağını bilmesi ve stratejilerin nerede, ne zaman kullanılacağını bilinebilmesini içerir. Flavell'e göre bilişsel stratejiler, bilişsel süreci oluşturmayı isterken; üstbilişsel stratejiler, onu izlemeyi istemektedir. Üstbilişsel strateji, amaca yönelik süreci değerlendirmek için kullanılır (Flavell, 1979).

Flavell'in modelindeki diğer bir değişken üstbilişsel deneyim, bilişsel etkinliklerin izlemesi ile düzenlemesini sağlayan yönetsel becerileri anlatmaktadır (Karakelle, Saraç, 2007). Üstbilişsel deneyimler, bir kişinin bilişsel sürecini ve kendi düşünme bilincini aktif bir şekilde izlemesi gibi kontrol ve düzenleme süreçleri olarak ele alınmaktadır (Özkaya, 2013). Üstbiliş deneyimleri, yeni hedeflerin oluşturulması veya eski hedeflerin düzenlenmesi konusunda bireye yol gösterirler. Ayrıca üstbiliş

deneyimleriyle sahip olunulan bilgiler, kişinin üstbilgi bilgilerini; bunlara eklenerek, bunların yerine geçerek ya da yeniden düzenleyerek etkilemektedir (Şahin, 2010). Üstbilgi deneyimler, bilişsel bir aktivitenin öncesinde, esnasında ve sonrasında ortaya çıkabilir (Özkaya, 2013).

2.3.1.2. Brown'un Üstbilgi Modeli

Brown üstbilgi modelinde, biliş yönetimini amaçlı ve duygu içermeyen bir unsur olarak ele almıştır. Bu modele göre biliş yönetimi, bilişin bilgisi ve bilişin düzenlenmesi kategorilerine ayrılır. Bilişin bilgisi; bireyin bilişsel yetenek ve eylemleri hakkında bilinçli biçimde düşünmesini içerir. Bilişin düzenlenmesi ise bireyin, zihinsel süreçleri hakkında düşünmesi, bu süreçleri izlemesi ve kontrol etmesidir. Bu unsurlar birbirleriyle yakın ilişkilidir ve birbirlerini desteklerler (Brown, Bransford, Ferrara, Campione, 1983).

Bilişin bilgisi, insanın, kendi bilişsel süreçleri hakkında sahip olduğu sabit, açıklanabilir, yanılabilir ve yaş ile birlikte gelişen bilgidir ve bize, neyi bilmemiz gerektiği hakkında bilgi verir. Öğrenmenin düzenlenmesinde, denetlenmesinde kullanılan planlama, izleme ve kontrol etme gibi faaliyetler, bilişin düzenlenmesidir. Bu faaliyetler, kişiden kişiye değişir ve çocuklar ile yetişkinlerde aynı seviyede değildir. Bireyin, bildiklerini nasıl kullanacağı, bilişin düzenlenmesidir (Brown, 1987).

2.3.1.3. Schraw ve Moshman'ın Üstbilgi Modeli

Schraw ve Moshman, Brown'un üstbilgi modelinde ortaya koyduğu, biliş bilgisi ile bilişin düzenlenmesini daha ayrıntılı olarak ele almışlardır. Bu modele göre bilişin bilgisi açıklayıcı, yöntemsel ve koşulsal olarak üç çeşit üstbilgi farkındalığı içerir. Açıklayıcı bilgi; bireyin kapasitesi ile ilgili, neyi bileceğine ilişkin bilgisidir. Yöntemsel bilgi; nasıl bileceğimize ilişkin bilgisidir. Koşulsal bilgiyse, ne zaman ve niçin bileceğimizin bilgisidir (Schraw, Moshman, 1995).

Bilişin düzenlenmesi; bilişin bilgisinin kontrolü ile kullanımını sağlayan davranışlardır ve planlama, izleme ve değerlendirme olarak ayrılan üstbilgi etkinlikleri içerir. Bilişsel kaynakları ortaya koyarak amaç belirlemek, planlamadır. Ortaya konulan performansı analiz etmek ve önceki deneyimler ile karşılaştırmak,

izlemedir. Ortaya konulan performansın verimliliğinin analizinin yapılması ise değerlendirmedir (Schraw,1998).

2.3.1.4. Jacobs ve Paris'in Üstbiliş Modeli

Jacobs ve Paris üst biliş modellerinde; üstbilişi öz değerlendirme ve öz yönetim olarak ele alır. Öz değerlendirme; kişinin yetenekleri ve bilgisi hakkındaki kişisel düşünceleridir. Öz yönetim; eylem halindeki bilişin yönetimidir. Öz değerlendirme ve öz yönetim karşılıklı ilişkilidir (Jacobs ve Paris, 1987).

2.3.1.5. Tobias ve Everson'un Üstbiliş Modeli

Tobias ve Everson modellerinde üstbilişi; üstbiliş hakkında bilgi, bireyin öğrenme süreçlerini izlemesi ve kontrol etmesi olarak incelemişlerdir (Tobias ve Everson, 2002). Tobias ve Everson'a (2002) göre bireyler, öz düzenleme yapabilmek için neleri bildikleriyle, neleri bilmeleri gerektiğinin ayrımını yapabilmelidirler.

2.3.1.6. Nelson ve Narens'm Üstbiliş Modeli

Nelson ve Narens, üstbiliş kavramını, üst düzey ve nesne düzeyi olarak iki yapıda ele almışlardır. Bu modele göre, üst düzey, nesne düzeyindeki süreçleri izler ve izlenen süreçleri değerlendirerek geribildirimiyle nesne düzeyini kontrol eder. Bilgi, üst düzeyden, nesne düzeyine geçer ve nesne düzeyinde hareketi başlatmak, sürdürmek ya da sonlandırmak şeklinde bir hareket üretir. Üstbiliş, üst düzey ile nesne düzeyi arasındaki dinamik bilgi akışını temsil eder (Nelson, Narens, 1990).

2.3.1.7. Pintrich ve Arkadaşlarının Üstbiliş Modeli

Pintrich ve arkadaşlarına göre üstbiliş; üstbilişsel bilgi, üstbilişsel muhakeme ile izleme, öz düzenleme, kontrol bileşenlerinden oluşmaktadır. Üstbilişsel bilgi, bireyin nasıl öğrendiğine ilişkin kendilik bilgisi ve biliş ile bilişsel stratejilerin bilgisi, görev ile bağlamın bilgisi ve bunların bilişi nasıl etkilediğine dair bilgiden oluşur. Üstbilişsel

muhakeme ve izleme; görev süresince performansını izleyip değerlendirmesi ve kazandığı farkındalık ile tepkilerini değerlendirmeyi içerir. Bilişin öz düzenlemesi ve kontrolü, amaca ulaşmak için, hangi stratejilerin etkili olacağını belirleyerek, amaca uygun şekilde zamanı, hızı ve gücü bölüştürmedir (Pintrich, Wolters, Baxter, 2000).

2.3.1.8. Wells'in Üstbiliş Modeli

Wells üstbilişi, üstbilişsel bilgi ve inançlar, üstbilişsel yaşantılar ve üstbilişsel stratejiler olmak üzere üç farklı bölüme ayırmıştır. İnsanların kendi düşünceleri hakkındaki inanç ve kuramları üstbilişsel bilgidir. Üstbilişsel bilgi, kişinin konsantrasyon gücü veya bellek süreçlerinin yeterliliği konusundaki inançlarını da kapsar. Üstbilişsel inançlar ise, kişinin düşünceye göstereceği tepkiyi ve düşüncesini nasıl yöneteceğini göstermektedir (Wells,2009).

Wells kuramında, üstbilişsel bilgiyi, açık üstbilişsel bilgi ve örtük üstbilişsel bilgi olarak ayırır. Açık üstbilişsel bilgi; kişinin, çoğu zaman, sözel olarak da ifade edebildiği, zihnindeki endişe ve olumsuz düşüncelere ilişkin çeşitli yollardan edindiği bilgilerdir. 'Endişelenmek kalp krizine neden olur.', 'kötü düşünceler insanın zayıf biri olduğunu gösterir.' biçimindeki inançlar örnek verilebilir. Örtük üstbilişsel bilgi, sözel olarak ifade edilmezler ve bireyin düşünme tarzını ifade ederler. Örtük üstbilişsel bilgi, düşünceye rehberlik etme, dikkati bölüştürme, belleği araştırma, yargılama sırasında sezgilerini kullanma gibi birçok faktörü içeren kurallar ya da planlardır (Wells, 2009).

Wells ve Mathews'e göre; üstbilişsel inançlar, kişinin kendi bilişi ile iç durumlarıyla ilgilibilgi ve ikisini etkileyebilecek başat stratejileridir (Wells ve Mathews,1994). Wells, üstbilişsel inançları, pozitif ve negatif üstbilişsel inançlar olarak açıklar. Pozitif üstbilişsel inançlar, 'tehlikelere dikkat etmek iyidir', 'düşüncelerimi kontrol edebilirsem kötü şeyler yapmam' inançlarında olduğu gibi bilişsel aktivitenin yararlı olduğu şeklindeki inançlardır. Negatif üstbilişsel inançlar; 'düşüncelerim üzerinde hiçbir kontrolüm yok', 'düşüncelerimle zihnime zarar veriyorum' gibi düşünce ve bilişsel yaşantıların tehlikeli ve kontrol edilemez olduğuna ilişkin inançlardır (Wells, 2009). Üstbilişsel inançlar, neye dikkat ettiğimizi ve nelerin bilince dahil olduğunu belirler, düşünce ve duyguların düzenlenmesinde kullanılan yöntemleri etkiler. Bu nedenle, üstbilişsel modele göre psikolojik bozukluklar, bilişler hakkındaki işlevsel

olmayan, pozitif ve negatif üstbilişsel inançlarla ilişkilidir (Wells, 2000; Fisher ve Wells, 2009).

Üstbilişsel yaşantılar, bireylerin zihin durumları hakkındaki değerlendirmelerini ve duygularını içermektedir. Düşünce ve inançları yaşantılarken, nesne ve üstbilişsel yaşantılama şeklinde farklı iki biçim ortaya konmuştur. Düşünce ve inançların, kendimize ve dünyaya ilişkin, doğrudan yaşantılar olarak algılanması, nesne biçimidir. Kişinin, bilinçli olarak düşüncelerini kendinden ve dış dünyadan ayırabilmesi ise üstbilişsel yaşantılama biçimidir (Wells, 2009).

Üstbilişsel stratejiler, duygusal ve bilişsel kendini düzenleme için kullanılan düşünce kontrolü ve değişimine yönelik tepkilerdir. Seçilen stratejiler, bilişsel bakış açısını değiştirerek negatif duyguları azaltmayı amaçlar (Wells, 2009).

Wells'in modeli, üstbilişsel inançların, evrensel olarak patolojinin merkezi olduğunu öne sürmektedir (Nordahl ve ark., 2017). Wells'e göre üstbiliş, zihnin sağlıklı olan ve olmayan yönlerinin kontrolünden sorumludur. Bütün insanlar, olumsuz düşüncelere sahiptir ama sadece bir kısmı kaygı ve depresyon yaşar. Wells'e göre; kaygı ve depresif rahatsızlıkların oluşmasına ve sürmesine yol açan şey, kişinin zihninden geçen olumsuz düşünceleri hakkındaki düşünceleri, inançları ve bu düşünceleriyle baş edebilmek için kullandığı yollardır ve önemli olan bireyin bu kaygı yaratan düşüncelere takılıp kalmasına yol açan düşüncelerin veya bilişsel stratejilerin ne olduğunu belirlemektir (Wells, 2009).

Wells ve Matthews'in modeli, duygusal bozuklukların üstbiliş modelidir ve Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevler Modeline dayanır. Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevler Modelinin, düşüncelerin kişisel anlamının ve öneminin değerlendirildiği üstbilişsel bir işlevi vardır.

Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevlerin üç düzeyi vardır. Birinci düzey, otomatik olarak devreye giren, farkındalık düzeyinde olmayan uyaran süreçlerine bağlı olan düzeydir. İkinci düzey, davranışların, düşüncelerin kontrolünü içeren olayların bilinçli değerlendirildiği düzeydir. Üçüncü düzey, uzun süreli bellekte kendine yönelik bilgi ve inançların depolanması düzeyidir. Modele göre, kişinin olumsuz düşünceler, duygular ve stres ile düşünme veya başa çıkma biçimleri, duygusal sıkıntıyı açığa çıkarmaktadır. Psikolojik bozukluklar da düşüncelerle, tehditle ve duygularla başa çıkmada kullanılan, kontrollü ve bilinçli süreçler ile ilişkilidir (Fisher ve Wells, 2009). Kendini düzenleme yürütücü işlevler modeli, bilinç düzeyinde işlev gösterdiğinden

dikkat kaynakları ön plandadır ve birey kendi bilgi dağarcığıyla çelişen bilgileri göz ardı etmektedir (Purdon ve Clark, 1999). Psikolojik bozukluklarda kişiler, başa çıkma yolu olarak dikkati tehdit kaynaklarına odaklayıp endişe temelli işleme sürecinde bulunurlar.

Bireylerin, sahip olduğu düşünme ve başa çıkma biçimi, kendini düzenleme yürütücü işlevler modelinde Bilişsel Dikkat Sendromu olarak adlandırılmıştır (Fisher ve Wells, 2009). Bilişsel Dikkat Sendromu, işlevsel olmayan üstbilişsel inançlardan oluşup psikolojik bozuklukların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Wells, 2009). Bilişsel Dikkat Sendromu, endişe ve ruminasyon temelli düşünce biçimlerini, dikkati tehdit içeren uyarılara odaklamayı ve düşüncelerin ve duyguların etkili bir şekilde düzenlenmesini önleyen, işlevsel olmayan düşünce kontrol yöntemlerini ve başa çıkma davranışlarını içermektedir (Wells, 2009). Yanlış üst bilişsel inançlar, bilişsel dikkat sendromunu kontrol eder (Wells ve Matthews, 1994). Bilişsel dikkat sendromu, pozitif ve negatif üstbilişlerin aktive olması sonucunda devreye girmekte ve kişinin olumsuz benlik ve tehdit algısını sürdürmesine neden olmaktadır (Wells, 2009).

Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevler Modeli, üstbilişlerin, duygusal bozukluklardaki merkezi rolüne ilişkin, çeşitli önermeler içermektedir. Bunlar: (1) bilişlerin düzenlenmesi ve yorumlanmasına ilişkin üstbilişsel inançlar (örn., endişeye ilişkin olumlu inançlar) duygusal bozukluklarla ilişkilidir, (2) üstbilişsel inançlar duygusal bozukluklarda görülen işlevsel olmayan başa çıkma yöntemleriyle pozitif yönde ilişkilidir, (3) duygusal bozukluklar işlevsel olmayan üstbilişsel düşünce kontrol yöntemleriyle (örn.,endişelenmek) ilişkilidir, (4) endişelenmenin başa çıkma yöntemi olarak kullanılması bilişsel süreçler ve kendini düzenleme üzerinde olumsuz etkilere neden olur biçimindedir (Wells, 2000)

2.3.2. Üstbilişsel Süreçlerin Gelişimi

Swartz ve Perkins (1989), üstbilişsel gelişimi, dört evreye ayırarak ele almışlardır. Birinci evre, bireyin, verdiği kararları söyleyebildiği ve bunu düşünmeden yaptığı, sessiz kullanım evresidir. İkinci evre, bireyin, bilinçli olarak düşünebildiği ve nedenini sorgulayabildiği, farkında olarak kullanım evredir. Üçüncü evre, bireyin düşüncelerini daha etkili hale getirebilmek için bilinçli bir şekilde seçtiği stratejileri kullanabildiği stratejik kullanım evresidir. Dördüncü evre, bireyin, daha önceki

deneyimleriyle ilişki kurduğu, sürecin başında, ortasında veya sonunda düşüncelerini sorgulayabildiği yansıtıcı kullanım evredir.

Flavell'e göre (1992), üstbiliş, gelişimsel bir öge olarak ele alınmalıdır. Ona göre, üstbilişin ortaya çıkışı ergenlik dönemine kadar mümkün olmamaktadır. Flavell, üstbilişi, Piaget'nin formal işlemler evresi ile ilişkilendirmektedir. Çocuklardaki benmerkezcilik, onları içe bakıştan alıkoyarak üstbilişin, formal işlemler evresinden sonra ortaya çıkmasına neden olur. Yalçın ve ark., 39 kız, 41 erkek çocuk ile yaptığı çalışmada yetişkinlerden ayrı olarak, çocuklardaki yönetici işlevler ile üstbilişin benzer olmakla birlikte farklarının da olduğunu; bunların Piaget'nin gelişim dönemlerine tam denk gelmediğini belirtmişlerdir (Yalçın, Karakaş, 2008).

Bruning ve ark'na göre., 3-5 yaşları arasındaki çocuklarda, üstbilişsel bilgi ve üst bellek gelişmeye başlar ve bu gelişim yaşam boyu devam eder. 8-10 yaşlarındaki çocuklarda ise üstbilişsel düzenleme becerileri ortaya çıkar ve gelişmeye devam eder (Bruning, Schraw, Norby, Ronning, 2004).

Irak ve ark.,8-74 yaş aralığındaki 1816 birey ile üstbilişsel inançların, yaşa göre nasıl değiştiğini incelemek için çalışma yapmışlardır. Çalışma sonucunda, yaşın, bilişsel farkındalık, kontrol edilemezlik ve tehlike ile düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçekleri; eğitimin, olumlu inançlar, bilişsel farkındalık ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçekleri; yaş ve eğitim düzeyi ortak etkisinin ise bilişsel farkındalık ve kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu belirtmişlerdir (Irak ve ark., 2015).

2.4. Sosyal Kaygı ve Üstbiliş İle İlgili Çalışmalar

Tosun ve Irak, Türkiye'deki çeşitli üniversitelerden seçilen 850 öğrenciyi örneklem olarak aldıkları çalışmaları sonucunda üstbilişin, obsesif kompulsif semptomlar ile kaygı arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini belirtmişlerdir. Sürekli kaygı ve obsesif kompulsif semptomların, farklı üstbilişsel belirleyicilere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bulgular ÜBÖ-30'un, ülkemizde, üstbilişi değerlendirmek için uygun olduğunu göstermiştir (Tosun ve Irak,2008).

Wong ve ark., çalışmalarında, sosyal kaygının yüksek düzeylerinin tekrarlayıcı düşünceler hakkındaki güçlü pozitif üstbilişsel inançlar ile pozitif olarak ilişkili olabileceğini öngördüler. 250 lisans öğrencisi ile yaptıkları çalışmada, sosyal kaygı

ölçüsünü tekrarlayıcı düşünceler hakkındaki pozitif üstbilişsel inançların bir ölçüsü ile pozitif korelasyon göstermiştir. 124 lisans mezunu ile yaptıkları ikinci çalışmada tekrarlayıcı düşünceler hakkındaki pozitif üstbilişsel inançların, sosyal kaygı ile sürekli tekrarlayıcı düşünceler arasındaki ilişkiye kısmen aracılık ettiğini bulguladılar (Wong, Kalıpları, 2010).

Normann ve ark., ruhsal bozukluğu olan hastalarda üstbilişsel tedavinin etkinliğini incelemek için yaptıkları çalışmada, kaygı veya depresyon tanısı almış 384 katılımcı hakkında rapor vermektedirler. Çalışma sonucu, üstbilişsel tedavinin kaygı ve depresyon bozukluklarını tedavi etmede etkili olduğunu göstermektedir (Normann, Emmerik, Morina, 2014).

Nordahl ve Wells., 505 katılımcı ile yaklaşık 8 hafta süren bir çalışma yapmışlardır. Bilişsel davranışçı tedaviler, sosyal kaygı belirtileri için altta yatan neden olarak sosyal inançları vurgularken, üstbilişsel model düşünme ile ilgili üstbilişsel inançların, sosyal kaygı ile birlikte birçok bozuklukta yer aldığını ileri sürmektedir. Sosyal kaygının, daha iyi anlaşılması ve tedavinin ilerlemesi için, kontrol edilemezlik ve düşüncelerin tehlikesi ile bilişsel güven faktörleri hakkındaki negatif üst bilişsel inançları içeren tam bir üstbilişsel teoriye geçmenin faydalı olabileceğini belirtirler. Nordahl ve Wells bu çalışma ile sosyal kaygının tedavisini sorgulamaktadırlar ve üstbilişsel modele destek sunmaktadırlar (Nordahl ve Wells, 2017).

Nordahl ve ark., negatif bilişsel ve negatif üstbilişsel inançlarda, kanıt temelli tedaviler geçiren 46 sosyal kaygı bozukluğu hastasında, semptomlardaki düzelmeleri incelemişlerdir. Tedavi sırasında, her iki inanç tipinin de azaldığı görülmüştür. Sosyal kaygı tedavisi sırasında bilişsel ve üstbilişsel inançlar azalmıştır. Üstbilişteki değişim, bilişteki değişim üzerinde semptom gelişimini tahmin etmiştir ve üstbilişteki değişim, bilişteki değişimden daha güvenilir bir tahmin edicidir (Nordahl, Nordahl, Vogel, Wells, 2017).

Gavric ve ark., sosyal kaygısı olan 24, kaygılı 24 ve sağlıklı 25 kontrol grubundan oluşan katılımcılara, laboratuvarında, standart bir sosyal performans görevini tamamlatmışlardır. Sosyal kaygısı olan bireyler, sosyal bir görevde performanslarını olumsuz olarak değerlendirmişler ve diğer gruplardaki katılımcılara göre, olay sonrası işlem hakkında, daha fazla sayıda, pozitif üstbilişsel inancı onaylamıştır. Çalışmanın sonucunda, sosyal kaygının, bilişsel ve üstbilişsel model ile uyumlu olduğu ve bu modellerin, sosyal kaygıda, negatif düşünme kalıplarını başlatmaya ve sürdürmeye

yarayan bilişsel süreçleri anlamamıza yardımcı olduğunu belirtirler (Gavric, Moscovitch, Rowa, McCabe, 2017).

Gkika ve ark., klinik ve klinik dışı örnekler de dahil edilerek 23 makaleyi anlatı sentezi kullanarak gözden geçirmişlerdir. Buna göre, sosyal kaygıdaki inançları bilişsel davranışçı ve üstbilişsel yaklaşımlar ortaya çıkarır fakat inanç türleri yaklaşımlar arasında farklılık gösterir. Bilişsel modele göre, benlik hakkındaki sosyal inançlar yani yüksek standartlar, koşullu ve koşulsuz inançlar, sosyal kaygının nedeni iken üst bilişsel modele göre, bozukluğun nedeni, üstbilişsel inançlar yani düşünmeye ilişkin pozitif ve negatif inançlardır. Üstbilişsel inançların, bilişsel süreçlerle doğrudan ve dolaylı olarak sosyal kaygıya pozitif yönde katkı sağladığı belirtilmiştir (Gkika ve ark., 2017).

Nordahl ve Wells, sosyal kaygı bozukluğunun farklı biçimlerine sahip 3 hastayı çalışma grubu olarak almışlardır. Çalışma sonunda, sosyal kaygıda, üstbilişsel tedavi uygun bir tedavi olarak görülmekte ve farklı sosyal kaygısı olan hastalar için olumlu sonuçlarla ilişkilendirilmektedir. Tedavi kazanımlarının 6 aylık takipte korunduğu görülmüştür (Nordahl ve Wells, 2018).

BÖLÜM III

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın amacı, araştırmanın modeli, evreni ve örneklemini, prosedürü (yapılışı), veri toplama araçları ve verilerin analizi hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Amacı

Son yıllarda Obsesif Kompulsif Bozukluk (OKB), Travma Sonrası Stres Bozukluğu, depresyon, madde kullanımı, yaygın kaygı bozukluğu gibi birçok psikolojik problem ile birlikte sosyal kaygı ile de ilgili üstbilişsel modelleri araştıran araştırmalar yapılmaktadır. Gelişmekte olan çalışma alanlarından elde edilen veriler üst bilişin sosyal kaygıda önemli olduğunu göstermektedir (Nordahl ve Wells, 2017). Bu çalışmada, sosyal kaygı ile üstbiliş arasındaki ilişki, özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerde incelemek amaçlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, sosyal kaygı ve üstbiliş değişkenleri arasındaki ilişkinin kesitsel olarak değerlendirildiği, ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin kaygı ve kaçınma bölümleri ve ölçek toplam puanı ile Üstbiliş Ölçeğinin olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık olmak üzere beş alt boyutu ve toplam puanının ilişkisine bakılmıştır.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmada çalışma evreni, özel bir eğitim kurumundaki öğrenciler olarak belirlenmiş ve evrenin tümüne ulaşılması amaçlanmıştır. Evren 126 kişidir ve ölçekler, 126 kişiye uygulanmıştır, fakat 20 öğrencinin ölçekleri uygun yanıtlamadığı görülmüştür. 106 katılımcıdan toplanan bilgiler analiz edilmiştir.

Katılımcıların 67'si kadın, 39'u erkektir; 16'sı (%15,1) 17 yaşında, 55'i (%51,9) 18 yaşında, 27'si (%25,5) 19 yaşında, 2'si (%1,9) 20 yaşında, 4'ü (%3,8) 21 yaşında, 1'i (%0,9) 22 yaşında ve 1'i de (%0,9) 25 yaşındadır.

3.4. Araştırmanın Yapılışı (Prosedürü)

Araştırmaya katılan öğrencilere Üstbilis Ölçeği (ÜBÖ-30), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu birebir uygulanmıştır. Analiz sırasında ölçekleri uygun dolduran 106 öğrencinin verileri kullanılmıştır. Araştırma için belirlenen ölçme araçlarıyla elde edilen verilerin analizinde SPSS 22,0 programı kullanılmıştır.

3.5. Veri Toplama Araçları

Üstbilis Ölçeği: Cartwright-Hatton ve Wells'in (1997) geliştirdiği "Meta-Cognitions Questionnaire (MCQ) ölçeğinin kısa formu olan 30 maddelik MCO-30 ölçeğini yine Wells ve Cartwright-Hatton (2004) oluşturmuştur. MCQ-30 ölçeğinin Türkçe geçerlilik ile güvenilirlik çalışmalarını Tosun ile Irak(2008) yapmıştır. ÜBÖ-30 ölçeği, bireyin kendi kendisini, "(1) kesinlikle katılmıyorum" ile "(4) kesinlikle katılıyorum" uçlarına sahip dört derecelendirmeli likert tipi cevaplar ile değerlendirmesine dayanan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçekten alınabilecek puanlar, 30-120 arasında değişir, ölçek puanının artması, olumsuz biçimde üstbilişsel faaliyetinin arttığını belirtir (Tosun ve Irak, 2008; Irak ve ark. 2015).

MCQ-30'un Türkçe formunun; olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık olmak üzere beş alt boyutu vardır. Olumlu inançlar faktörü, endişelenmenin, plan yapma veya problem çözmeye yardımcı olduğuna dair, endişelenmeye yönelik olumlu inançları içermektedir.

Olumlu inançlar faktörüne göre endişe, kişiliğin istenen bir özelliğidir. Kontrol edilemezlik ve tehlike faktörü, ‘insanın işlevlerini yerine getirebilmesi ve güvende kalabilmesi için endişelerini kontrol etmesi gereklidir’ ile ‘endişenin kontrol edilemeyeceğine dair inanç’ olmak üzere iki boyuttan oluşur. Bilişsel güven faktörü, kişinin kendi bellek ve dikkat yeteneklerine ne kadar güven duyduğuyla ilgilidir. Düşünceleri kontrol ihtiyacı faktörü, batıl inanç, cezalandırılma ve sorumlu olmayı içeren olumsuz inançları kontrol altına alma ihtiyacını içerir. Bu inançlar, birey bunları kontrol edemezse ortaya çıkacak zarar veren sonuçlardan kişinin sorumlu olacağına ve cezalandırılacağına ilişkindir. Bilişsel farkındalık faktörü ise bireyin, düşünce süreçleriyle sürekli uğraşması ve gözden geçirmesi ile ilgili üstbilişsel süreçleri belirtir (Tosun ve Irak, 2008; Irak ve ark., 2015).

Tosun ve Irak’ın (2008) yaptığı çalışmada, ölçeğin beş faktörünün Cronbach Alpha güvenilirliği .72 ile .89 arasında olduğu belirtilmiştir. Ölçeğin tüm olarak iç tutarlılık Cronbach Alpha değeri .93’dür ve faktörler için Alpha değerleri .72 ile .93 aralığındadır. Alt ölçekler arası korelasyonların tümü anlamlı bulunmuştur ve bu korelasyonlar ÜBÖ-30’un uzun versiyonundakilerle tutarlıdır. Yapı geçerliği için yapılan karşılaştırmalı uyum indeksi comparative fit index (CFI) .90’dır ve yapı modelinin iyi bir uyum gösterdiğine işaret eder. Ölçeğin 1, 7, 10, 20, 23 ve 28. maddeleri (1) Olumlu inançlar faktörüdür. 6, 13, 15, 21, 25 ve 27. maddeler (2) Kontrol edilemezlik ve tehlike faktörüdür.. 8, 14, 18, 24, 26 ve 29. maddeler (3) Bilişsel Güven faktörüdür. 2, 4, 9, 11, 16, 22. maddeler (4) Düşünceleri Kontrol ihtiyacı faktörüdür. 3, 5, 12, 17, 19 ve 30. maddeler (5) Bilişsel farkındalık faktörüdür (Tosun ve Irak, 2008).

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği: Sosyal kaygılı kişilerin, korku ile kaçınma davranışı gösterdikleri performans ve sosyal ilişkilerini değerlendirmek için Liebowitz tarafından 1987 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, dört derecelendirmeli Likert tipindedir. Kaygı ve kaçınma alt başlıkları 24’er maddede değerlendirilir. Ölçekten alınabilecek puan 0-144 arasında değişmektedir. Puanın artması belirtilerin şiddetlendiği anlamındadır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirlik çalışmasını Dilbaz (2001) yapmıştır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin yapılan istatistiksel analizi sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayıları; ölçeğin bütün toplamı için $r = 0,94$; kaygı puanları için $r = 0,91$; kaçınma puanları için $r = 0,91$ olarak bulunmuştur (Dilbaz, 2001).

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmanın katılımcıları olan öğrencilerin sosyo-demografik bilgilerini toplamak amacıyla hazırlanmış bilgi formudur. Öğrencilerin yaş, cinsiyet, anne-babanın eğitim düzeyi, anne-babanın medeni durumu ile kardeş sayısını belirlemek amacıyla hazırlanmış 8 sorudan oluşan bir formdur.

3.6. Verilerin Analizi

Araştırmanın amacına göre, katılımcıların doldurduğu ölçeklerden elde edilen veriler toplanmış ve kodlanarak bilgisayara aktarılmıştır. Verileri çözümlerken IBM SPSS Statistics 22,0 paket programı kullanılmıştır. İlk olarak toplanan verilerin normal dağılım sayılıtısını karşılayıp karşılamadığını tespit etmek amacıyla, verilere Shapiro-Wilkstesti uygulanmıştır. Elde edilen değerlerin; kaygı alt ölçeği için 0,95 ($p<0,05$), kaçınma alt ölçeği için 0,95 ($p<0,05$), olumlu inançlar alt ölçeği için 0,96 ($p<0,05$), bilişsel güven alt ölçeği 0,92 ($p<0,05$), kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçeği için 0,94 ($p<0,05$), bilişsel farkındalık alt ölçeği için 0,97 ($p<0,05$), düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçeği için 0,98 ($p>0,05$) olduğu görülmüştük. Bu sonuçlar, elde edilen verilerin, normaldağılım sayılıtısını karşılamadığını göstermektedir. Büyüköztürk'e (2011) göre, bu durumda parametrik istatistiksel tekniklerin kullanılması uygun değildir. Bu nedenle verilerin analizinde parametrik olmayan istatistik tekniklerinin kullanılmasına karar verilmiştir. Demografik değişkenlere ilişkin verilerin analizinde frekans, yüzde, Mann Whitney-U testi ve Kruskal Wallis-H testi kullanılmıştır. Hipotezlerin test edilmesinde ise Spearman Brown sıra farkları korelasyon katsayısı tekniklerinden faydalanılmıştır. Elde sonuçların yorumlanmasında $p<0,05$ anlamlılık düzeyi kabul edilmiştir.

BÖLÜM IV

4. BULGULAR

Bu bölümde ölçeklerden elde edilen verilerin analizi sonucu ulaşılan bulgular ve bu bulgulara yönelik açıklamalar yer almaktadır.

4.1. Öğrencilerin Demografik Özelliklerinin Dağılımı

Örnekleme yer alan öğrencilerin cinsiyetlerine bakıldığında 67'sinin (%63,2) kadın, 39'unun (%36,8) de erkek olduğu görülmektedir. Öğrencilerin yaşlarına bakıldığında 16'sının (%15,1) 17 yaşında, 55'inin (%51,9) 18 yaşında, 27'sinin (%25,5) 19 yaşında, 2'sinin (%1,9) 20 yaşında, 4'ünün (%3,8) 21 yaşında, 1'inin (%0,9) 22 yaşında ve 1'inin de (%0,9) 25 yaşında olduğu görülmektedir. 83 (%78,3) öğrencinin anne ve babasının evli olduğu, 16 (%15,1) öğrencinin anne ve babasının ayrı olduğu ve 7 (%6,6) öğrencinin de babasının vefat etmiş olduğu saptanmıştır. 15 (%14,2) öğrencinin tek kardeş, 55 öğrencinin (%51,9) 2 kardeş, 24 (%22,6) öğrencinin 3 kardeş, 6 (%5,7) öğrencinin 4 kardeş, 3 (%2,8) öğrencinin 5 kardeş, 1 (%0,9) öğrencinin 6 kardeş, 1 (%0,9) öğrencinin 7 kardeş, son olarak 1 (%0,9) öğrencinin de 8 kardeş olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin 21'inin (%19,8) annesi ilkokul mezunu, 18'inin (%17,0) annesi ortaokul mezunu, 49'unun (%46,2) annesi lise mezunu ve 18'inin (%17,0) annesi de üniversite mezunudur. 14 (%13,2) öğrencinin babası ilkokul mezunu, 19 (%17,9) öğrencinin babası ortaokul mezunu, 45 (%42,5) öğrencinin babası lise mezunu ve 28 (%26,4) öğrencinin babası da üniversite mezunudur. Öğrencilerden 38'inin (%35,8) annesi bir işte çalışmaktadır, 68'inin (%64,2) annesi ise çalışmamaktadır. Öğrencilerden 92'sinin (%86,8) babası bir işte çalışmaktadır, 14'ünün (%13,2) babası ise bir işte çalışmamaktadır.

Tablo 1.
Öğrencilerin Demografik Özelliklerinin Dağılımı (n: 106)

		f	%
Cinsiyet	Kadın	67	63,2
	Erkek	39	36,8
Yaş	17	16	15,1
	18	55	51,9
	19	27	25,5
	20	2	1,9
	21	4	3,8
	22	1	0,9
	25	1	0,9
Ebeveyn medeni durumu	Evli	83	78,3
	Ayrı	16	15,1
	Baba vefat etmiş	7	6,6
	1	15	14,2
Kardeş sayısı	2	55	51,9
	3	24	22,6
	4	6	5,7
	5	3	2,8
	6	1	0,9
	7	1	0,9
	8	1	0,9
	İlkokul	21	19,8
Anne eğitim durumu	Ortaokul	18	17,0
	Lise	49	46,2
	Üniversite	18	17,0
	İlkokul	14	13,2
Baba eğitim durumu	Ortaokul	19	17,9
	Lise	45	42,5
	Üniversite	28	26,4
Anne çalışma durumu	Çalışıyor	38	35,8
	Çalışmıyor	68	64,2
Baba çalışma durumu	Çalışıyor	92	86,8
	Çalışmıyor	14	13,2

4.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanları ile Üstbilis Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanları ile Üstbilis Ölçeği Puanlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde sunulmuştur.

4.2.1. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi

Örneklemede yer alan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak, bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin sıra ortalaması (59,63) erkek öğrencilerin sıra ortalamasından (42,96) daha yüksektir.

Aynı zamanda bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Tablo incelendiğinde kadın öğrencilerin sıra ortalamasının (60,02) erkek öğrencilerin sıra ortalamasından (42,29) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ayrıca öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanlarının da cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur ($p<0,05$). Bu alt boyutta da kadın öğrencilerin sıra ortalaması (58,81) erkek öğrencilerin sıra ortalamasından (44,37) daha yüksek bulunmuştur. Değerler Tablo 2 ile gösterilmiştir.

Tablo 2.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre U-Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	Ort. Puan	Toplam Puan	U	P
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	Kadın	67	59,63	3995,50	895,50	0,01
	Erkek	39	42,96	1675,50		
Liebowitz Kaygı AÖ	Kadın	67	60,02	4021,50	869,50	0,01
	Erkek	39	42,29	1649,50		
Liebowitz Kaçınma AÖ	Kadın	67	58,81	3940,50	950,50	0,02
	Erkek	39	44,37	1730,50		

AÖ. Alt ölçek

4.2.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesi

Öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları ile Üstbiliş Ölçeği puanlarının yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır.

Elde edilen değerler, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olmadığını ortaya koymuştur ($p>0,05$). Ayrıca Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Son olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile yaş değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanamamıştır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 3 ile gösterilmektedir.

Tablo 3.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Yaş ile Korelasyon Sonucu

	Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam		Liebowitz Kaygı AÖ		Liebowitz Kaçınma AÖ	
	r_s	p	r_s	p	r_s	p
Yaş	0,04	0,63	0,06	0,48	0,04	0,68

AÖ. Alt ölçek

4.2.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının da ebeveyn medeni durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma

Alt Ölçeği puanları da ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 4 ile gösterilmiştir.

Tablo 4.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Ebeveyn durumu	medeni	N	Ort. Puan	Sd	X^2	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	Evli		83	52,95	2	0,13	0,93
	Boşanmış		16	54,97			
	Baba vefat etmiş		7	56,64			
Liebowitz Kaygı AÖ	Evli		83	52,58	2	0,37	0,82
	Boşanmış		16	56,00			
	Baba vefat etmiş		7	58,64			
Liebowitz Kaçınma AÖ	Evli		83	53,11	2	0,06	0,96
	Boşanmış		16	55,09			
	Baba vefat etmiş		7	54,50			

AÖ. Alt ölçek

4.2.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi

Öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları ile Üstbilmiş Ölçeği puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki olup olmadığını görmek amacıyla Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı hesaplanmıştır.

Elde edilen değerler, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olmadığını ortaya koymuştur ($p>0,05$). Ayrıca Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanı ile kardeş sayısı değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Son olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile kardeş sayısı değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanamamıştır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 5 ile gösterilmiştir.

Tablo 5.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısı ile Korelasyon Sonucu

	Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam		Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği		Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	
	r _s	p	r _s	p	r _s	p
Kardeş sayısı	0,02	0,83	0,01	0,98	0,04	0,68

4.2.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının annenin eğitim durumu ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının da anne eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları da anne eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 6 ile gösterilmiştir.

Tablo 6.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Anne Eğitim Durumu	N	Ort. Puan.	Sd	X ²	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	İlkokul	21	60,57	3	4,70	0,19
	Ortaokul	18	42,03			
	Lise	49	52,05			
	Üniversite	18	60,67			
Liebowitz Kaygı AÖ	İlkokul	21	57,88	3	4,11	0,24
	Ortaokul	18	42,81			
	Lise	49	52,36			
	Üniversite	18	62,19			
Liebowitz Kaçınma AÖ	İlkokul	21	62,26	3	4,56	0,20
	Ortaokul	18	42,44			
	Lise	49	52,08			
	Üniversite	18	58,19			

AÖ: alt ölçek

4.2.6. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının babanın eğitimi ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının da babanın eğitimine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları da baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 7 ile gösterilmiştir.

Tablo 7.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Baba Eğitim Durumu	N	Ort. Puan	Sd	X ²	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	İlkokul	14	55,25	3	1,94	0,58
	Ortaokul	19	50,71			
	Lise	45	57,62			
	Üniversite	28	47,89			
Liebowitz Kaygı AÖ	İlkokul	14	54,68	3	1,30	0,72
	Ortaokul	19	51,13			
	Lise	45	56,94			
	Üniversite	28	48,98			
Liebowitz Kaçınma AÖ	İlkokul	14	54,07	3	2,51	0,47
	Ortaokul	19	52,61			
	Lise	45	58,10			
	Üniversite	28	46,43			

AÖ: alt ölçek

4.2.7. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak

anlamli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak, bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Aynı zamanda bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Belirtileri Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanlarının da annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Değerler Tablo 8 ile gösterilmiştir.

Tablo 8.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu

	Annenin Çalışma Durumu	N	Ort. Puan.	Toplam Puan	U	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	Çalışıyor	38	52,04	1977,50	1236,50	0,71
	Çalışmıyor	68	54,32	3693,50		
Liebowitz Kaygı AÖ	Çalışıyor	38	54,00	2052,00	1273,00	0,90
	Çalışmıyor	68	53,22	3619,00		
Liebowitz Kaçınma AÖ	Çalışıyor	38	50,49	1918,50	1177,50	0,45
	Çalışmıyor	68	55,18	3752,50		

AÖ. Alt ölçek

4.2.8. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak, bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Aynı zamanda bireylerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamli düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanlarının da babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Değerler Tablo 9 ile gösterilmiştir.

Tablo 9.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu

	Babanın Çalışma Durumu	N	Ort. Puan	Toplam Puan	U	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam	Çalışıyor	92	53,87	4956,00	610,00	0,75
	Çalışmıyor	14	51,07	715,00		
Liebowitz Kaygı AÖ	Çalışıyor	92	53,69	4939,50	626,50	0,87
	Çalışmıyor	14	52,25	731,50		
Liebowitz Kaçınma AÖ	Çalışıyor	92	54,07	4974,00	592,00	0,62
	Çalışmıyor	14	49,79	697,00		

AÖ: alt ölçek

4.3. Üstbilis Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerinin Üstbilis Ölçeği toplam puan ile alt ölçek puanlarının demografik değişkenler için incelenmesi sonucunda elde edilen bulgular bu bölümde sunulmuştur.

4.3.1. Üstbilis Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak, bireylerin Üstbilis Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkeni için istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir ($p<0,05$). Kadın öğrencilerin sıra ortalaması (58,66) erkek öğrencilerin sıra ortalamasından (44,64) daha yüksektir.

Bununla birlikte öğrencilerin Üstbilis Ölçeği toplam puanlarının cinsiyet değişkeni için istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Aynı zamanda öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği

puanlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Son olarak Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanlarının da cinsiyete göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Değerler Tablo 10 ile verilmiştir.

Tablo 10.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Cinsiyete Göre U-Testi Sonucu

	Cinsiyet	N	Ort. Puan	Toplam Puan	U	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	Kadın	67	54,34	3641,00	1250,00	0,71
	Erkek	39	52,05	2030,00		
Olumlu İnançlar AÖ	Kadın	67	50,16	3361,00	1083,00	0,14
	Erkek	39	59,23	2310,00		
Bilişsel Güven AÖ	Kadın	67	54,64	3661,00	1230,00	0,61
	Erkek	39	51,54	2010,00		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	Kadın	67	58,66	3930,00	961,00	0,02
	Erkek	39	44,64	1741,00		
Bilişsel Farkındalık AÖ	Kadın	67	56,13	3761,00	1130,00	0,24
	Erkek	39	48,97	1910,00		
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	Kadın	67	50,84	3406,50	1128,50	0,24
	Erkek	39	58,06	2264,50		

AÖ. Alt ölçek

4.3.2. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Yaşa Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının yaş değişkeni ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olup olmadığını görmek için Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

Sonuç olarak, öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puanlarıyla yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Aynı zamanda öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanamamıştır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarıyla yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki tespit edilememiştir ($p>0,05$). Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları ile yaş değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak

Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları ile yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki açığa çıkarılmamıştır ($p>0,05$). Son olarak Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları ile yaş değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki yoktur ($p>0,05$). Değerler Tablo 11 ile gösterilmektedir.

Tablo 11.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Yaş ile Korelasyon Sonucu

	Üstbiliş Ölçeği toplam		Olumlu İnançlar AÖ		Bilişsel Güven AÖ		Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ		Bilişsel Farkındalık AÖ		Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	
	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p
Yaş	0,17	0,07	0,07	0,46	0,12	0,19	0,09	0,32	0,07	0,46	0,03	0,75

AÖ. Alt ölçek

4.3.3. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta Üstbiliş Ölçeği toplam puanlarının ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanlarının ebeveyn medeni durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulgulanmıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının da ebeveyn medeni durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının ebeveyn medeni durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Son olarak öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları da ebeveyn medeni durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 12’de yer almaktadır.

Tablo 12.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Ebeveyn Medeni Durumuna Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Ebeveyn Medeni Durumu	N	Ort. Puan	Sd	X²	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	Evli	83	54,29	2	0,93	0,62
	Boşanmış	16	54,16			
	Baba vefat etmiş	7	42,64			
Olumlu İnançlar AÖ	Evli	83	53,30	2	0,75	0,68
	Boşanmış	16	57,84			
	Baba vefat etmiş	7	45,93			
Bilişsel Güven AÖ	Evli	83	53,82	2	1,26	0,53
	Boşanmış	16	57,03			
	Baba vefat etmiş	7	41,64			
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	Evli	83	54,19	2	1,22	0,54
	Boşanmış	16	55,31			
	Baba vefat etmiş	7	41,21			
Bilişsel Farkındalık AÖ	Evli	83	54,76	2	0,66	0,71
	Boşanmış	16	48,50			
	Baba vefat etmiş	7	50,00			
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	Evli	83	54,91	2	1,90	0,38
	Boşanmış	16	44,00			
	Baba vefat etmiş	7	58,50			

AÖ. Alt ölçek

4.3.4. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısına Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının kardeş sayısı değişkeni ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkili olup olmadığını görmek amacıyla Spearman Brown Sıra Farkları Korelasyon katsayısı hesaplanmıştır.

Sonuç olarak, öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Aynı zamanda öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişki saptanamamıştır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarıyla kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki saptanamamıştır ($p>0,05$). Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde

bir ilişki açığa çıkarılmamıştır ($p>0,05$). Son olarak Üstbilis Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları ile kardeş sayısı değişkeni arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki yoktur ($p>0,05$). Elde edilen değerlere Tablo 13’da yer verilmiştir.

Tablo 13.

Üstbilis Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Kardeş Sayısı ile Korelasyon Sonucu

	Üstbilis Ölçeği Toplam		Olumlu İnançlar AÖ		Bilişsel Güven AÖ		Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ		Bilişsel Farkındalık AÖ		Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	
	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p	r_s	p
Kardeş sayısı	0,01	0,98	0,05	0,58	0,02	0,81	-0,06	0,53	0,11	0,22	-0,07	0,45

AÖ. Alt ölçek

4.3.5. Üstbilis Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının anne eğitim durumu için istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta Üstbilis Ölçeği toplam puanlarının anne eğitim durumu için istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanlarının anne eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbilis Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının da annenin eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının annenin eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Son olarak öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları da annenin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 14 ile gösterilmiştir.

Tablo 14.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Anne Eğitim Durumu	N	Ort. Puan	Sd	X ²	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	İlkokul	21	65,90	3	4,57	0,20
	Ortaokul	18	49,53			
	Lise	49	49,47			
	Üniversite	18	53,97			
Olumlu İnançlar AÖ	İlkokul	21	62,60	3	3,17	0,36
	Ortaokul	18	45,56			
	Lise	49	52,15			
	Üniversite	18	54,50			
Bilişsel Güven AÖ	İlkokul	21	50,45	3	0,29	0,96
	Ortaokul	18	54,61			
	Lise	49	53,78			
	Üniversite	18	55,19			
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	İlkokul	21	59,07	3	3,07	0,38
	Ortaokul	18	43,86			
	Lise	49	52,65			
	Üniversite	18	58,94			
Bilişsel Farkındalık AÖ	İlkokul	21	66,50	3	5,37	0,14
	Ortaokul	18	55,08			
	Lise	49	49,58			
	Üniversite	18	47,42			
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	İlkokul	21	67,24	3	5,82	0,12
	Ortaokul	18	54,00			
	Lise	49	50,03			
	Üniversite	18	46,42			

AÖ. Alt ölçek

4.3.6. Üstbiliş Ölçeği Toplam ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre İncelenmesi

Örnekleme oluşturan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığına Kruskal Wallis Testi ile bakılmıştır.

Sonuçta öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir ($p < 0,05$).

Bununla birlikte öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puanlarının babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p > 0,05$). Öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanlarının babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p > 0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da

babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının da babanın eğitim durumun değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Son olarak öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları da babanın eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır ($p>0,05$). Sonuçlar Tablo 15 ile gösterilmiştir.

Tablo 15.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Eğitim Düzeyine Göre Kruskal Wallis Testi Sonucu

	Baba Eğitim Durumu	N	Ort. Puan	Sd	X^2	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	İlkokul	14	60,57	3	2,97	0,39
	Ortaokul	19	57,76			
	Lise	45	47,68			
	Üniversite	28	56,43			
Olumlu İnançlar AÖ	İlkokul	14	58,96	3	1,10	0,77
	Ortaokul	19	50,68			
	Lise	45	51,21			
	Üniversite	28	56,36			
Bilişsel Güven AÖ	İlkokul	14	53,25	3	0,07	0,99
	Ortaokul	19	52,21			
	Lise	45	54,39			
	Üniversite	28	53,07			
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	İlkokul	14	50,54	3	5,56	0,13
	Ortaokul	19	63,89			
	Lise	45	46,54			
	Üniversite	28	59,11			
Bilişsel Farkındalık AÖ	İlkokul	14	72,43	3	8,41	0,03
	Ortaokul	19	46,29			
	Lise	45	48,03			
	Üniversite	28	57,71			
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı AÖ	İlkokul	14	61,75	3	5,61	0,13
	Ortaokul	19	64,87			
	Lise	45	50,70			
	Üniversite	28	46,16			

AÖ. Alt ölçek

Tablo 15 incelendiğinde öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının babanın eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Öğrencilerin baba eğitim durumuna göre Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarındaki farkın hangi gruplar arasındaki istatistiksel olarak anlamlı düzeydeki farktan kaynaklandığı, Kruskal Wallis testi detaylı

bir analize izin vermediği için ikili kombinasyonlar halinde Mann Whitney U-testi kullanılarak incelenmiştir.

Sonuçta babaları ilkokul mezunu olan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları ile babaları ortaokul mezunu olan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Babaları ilkokul mezunu olan öğrencilerin sıra ortalaması (21,82), babaları ortaokul mezunu olan öğrencilerin sıra ortalamasından daha yüksektir (13,45).

Ayrıca babaları ilkokul mezunu olan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları ile babaları lise mezunu olan öğrencilerin Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Babaları ilkokul mezunu olan öğrencilerin sıra ortalaması (39,86), babaları lise mezunu olan öğrencilerin sıra ortalamasından daha yüksektir (26,93).

Tablo 16’de görüldüğü gibi diğer grupların Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Değerler Tablo 16 ile gösterilmiştir.

Tablo 16.

Üstbilis Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeğindeki Farkın Kaynağını Tespit Etmek İçin Uygulanan U-Testinin Sonucu

	Babanın Eğitim Durumu	N	Ort.Puan.	ToplamPuan	U	p
Bilişsel farkındalık	İlkokul	14	21,82	305,50	65,50	0,01
	Ortaokul	19	13,45	255,50		
Bilişsel farkındalık	İlkokul	14	39,86	558,00	177,00	0,01
	Lise	45	26,93	1212,00		
Bilişsel farkındalık	İlkokul	14	25,75	360,50	136,50	0,11
	Üniversite	28	19,38	542,50		
Bilişsel farkındalık	Ortaokul	19	32,13	610,50	420,50	0,91
	Lise	45	32,66	1469,50		
Bilişsel farkındalık	Ortaokul	19	20,71	393,50	203,50	0,17
	Üniversite	28	26,23	734,50		
Bilişsel farkındalık	Lise	45	34,44	1550,00	515,00	0,18
	Üniversite	28	41,11	1151,00		

4.3.7. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puanlarının annenin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Aynı zamanda öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanlarının annenin çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının annenin çalışma durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Son olarak da Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanlarının annenin çalışma durumu değişkenine göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Değerler Tablo 17 ile gösterilmiştir.

Tablo 17.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Annenin Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu

	Annenin Çalışma Durumu	N	Ort. Puan	Toplam Puan	U	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	Çalışıyor	38	51,38	1952,50	1211,50	0,68
	Çalışmıyor	67	53,92	3612,50		
Olumlu İnançlar AÖ	Çalışıyor	38	50,13	1905,00	1164,00	0,46
	Çalışmıyor	67	54,63	3660,00		
Bilişsel Güven AÖ	Çalışıyor	38	54,63	2076,00	1211,00	0,67
	Çalışmıyor	67	52,07	3489,00		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	Çalışıyor	38	56,71	2155,00	1132,00	0,34
	Çalışmıyor	67	50,90	3410,00		
Bilişsel Farkındalık AÖ	Çalışıyor	38	49,87	1895,00	1154,00	0,42
	Çalışmıyor	67	54,78	3670,00		
Düşünceleri Kontrol AÖ	Çalışıyor	38	45,45	1727,00	986,00	0,06
	Çalışmıyor	67	57,28	3838,00		

AÖ. Alt ölçek

4.3.8. Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre İncelenmesi

Örnekleme yer alan öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla veriler Mann Whitney-U testi ile analiz edilmiştir.

Sonuç olarak öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği toplam puanlarının babanın çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Aynı zamanda öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanlarının babanın çalışma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı açığa çıkarılmıştır ($p>0,05$). Ayrıca öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanlarının da babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur ($p>0,05$). Öğrencilerin Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Buna ek olarak Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanlarının babanın çalışma durumuna göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Son olarak da Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanlarının babanın çalışma durumu değişkenine göre farklılaşmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Elde edilen değerler Tablo 18’de yer almaktadır.

Tablo 18.

Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan ve Alt Ölçek Puanlarının Babanın Çalışma Durumuna Göre U-Testi Sonucu

	Babanın Çalışma Durumu	N	Ort. Puan	Toplam Puan	U	p
Üstbiliş Ölçeği Toplam	Çalışıyor	92	53,57	4928,50	637,50	0,95
	Çalışmıyor	14	53,04	742,50		
Olumlu İnançlar AÖ	Çalışıyor	92	54,01	4968,50	597,50	0,66
	Çalışmıyor	14	50,18	702,50		
Bilişsel Güven AÖ	Çalışıyor	92	53,99	4967,00	599,00	0,67
	Çalışmıyor	14	50,29	704,00		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike AÖ	Çalışıyor	92	53,93	4962,00	604,00	0,70
	Çalışmıyor	14	50,64	709,00		
Bilişsel Farkındalık AÖ	Çalışıyor	92	52,97	4873,50	595,50	0,64
	Çalışmıyor	14	56,96	797,50		
Düşünceleri Kontrol AÖ	Çalışıyor	92	51,70	4756,00	478,00	0,12
	Çalışmıyor	14	65,36	915,00		

AÖ. Alt ölçek

4.4. Hipotezlerin Test Edilmesi

Bu bölümde öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları ile Üstbilis Ölçeği toplam puanları ve alt ölçek puanları arasındaki ilişkiyi açığa çıkarmak amacıyla uygulanan analiz sonucunda elde edilen korelasyon katsayılarına yer verilmiştir.

4.4.1. H₁'e Yönelik Bulgular

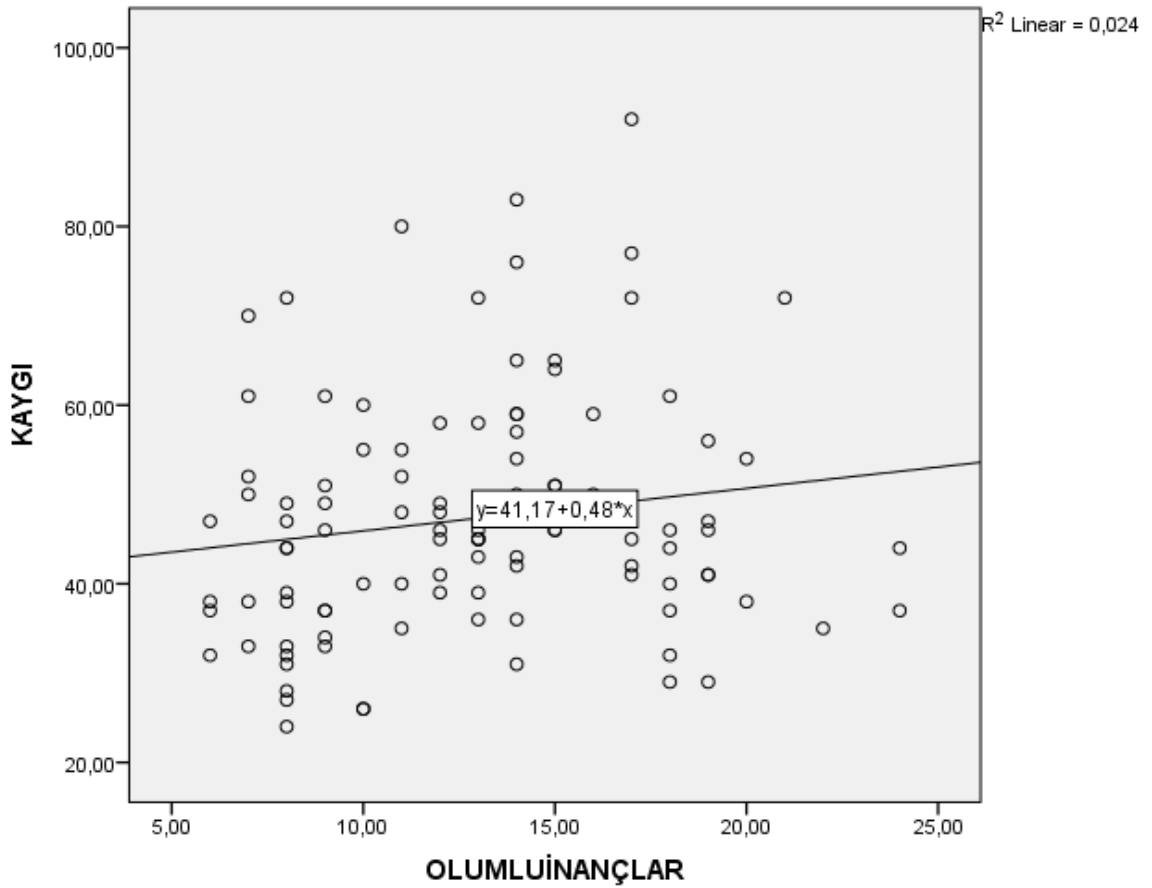
Bu çalışmanın birinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbilis Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 19’da görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbilis Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Fakat bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbilis Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan birinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Sonuçlar Tablo 19’da gösterilmiştir.

Tablo 19.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbilis Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbilis Olumlu İnançlar Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği	0,17	0.07

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 1. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.2. H₂'ye Yönelik Bulgular

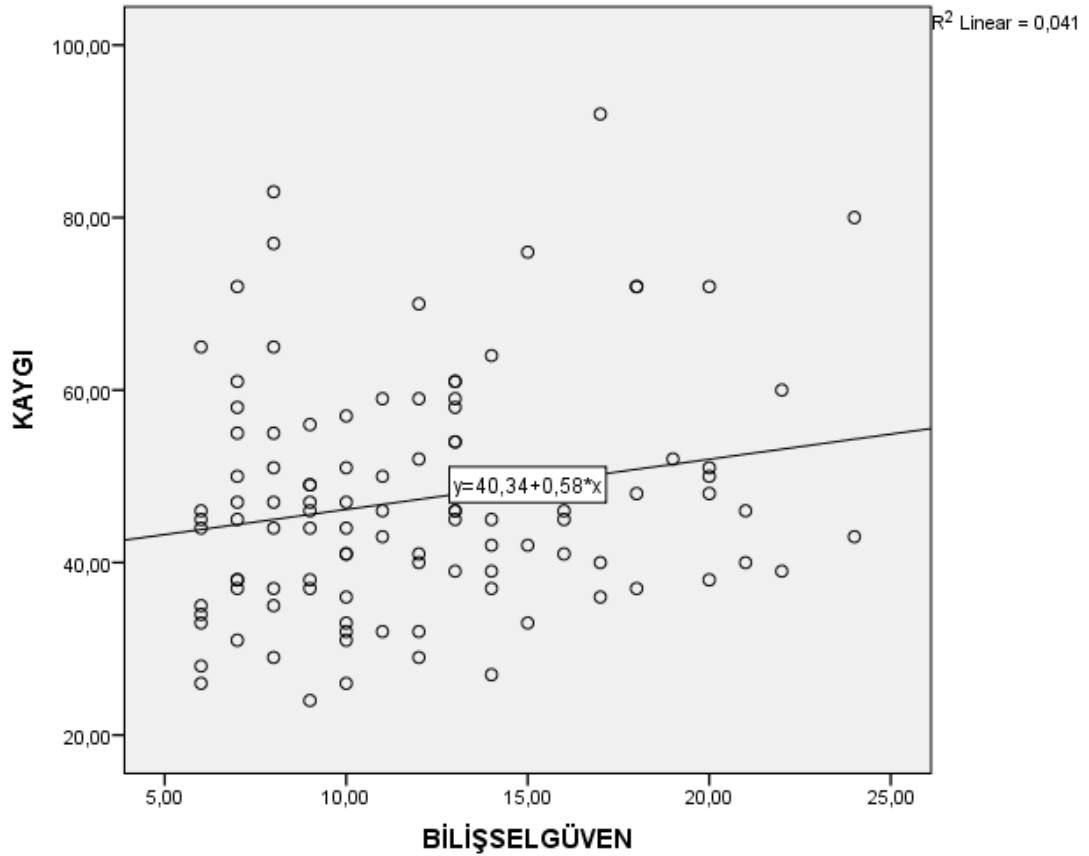
Bu çalışmanın ikinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 20’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p > 0,05$). Fakat bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan ikinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Sonuçlar Tablo 20’de yer almaktadır.

Tablo 20.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği	0,17	0,07

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 2. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.3. H₃'e Yönelik Bulgular

Bu çalışmanın üçüncü hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 21’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim

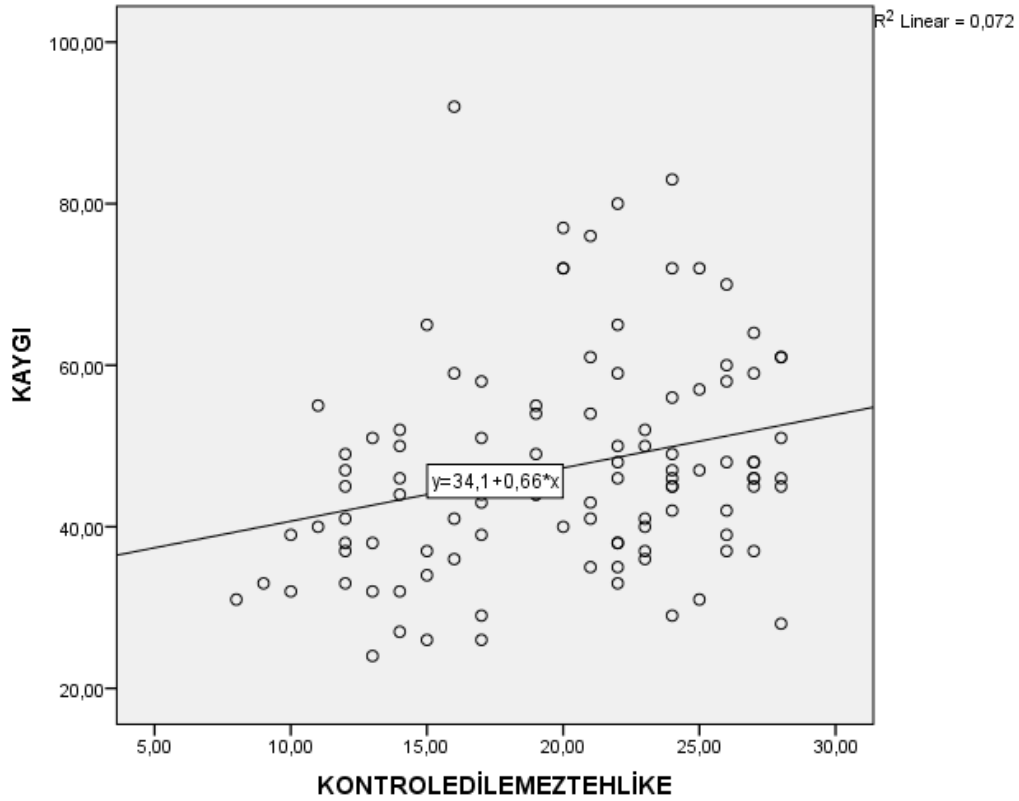
kurumundaki öğrencilerin Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan üçüncü hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 21.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği	Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği	
	r_s	p
	0,28**	0,01

*p<0,05, **p<0,01



Şekil 3. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.4. H₄'e Yönelik Bulgular

Bu çalışmanın dördüncü hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo

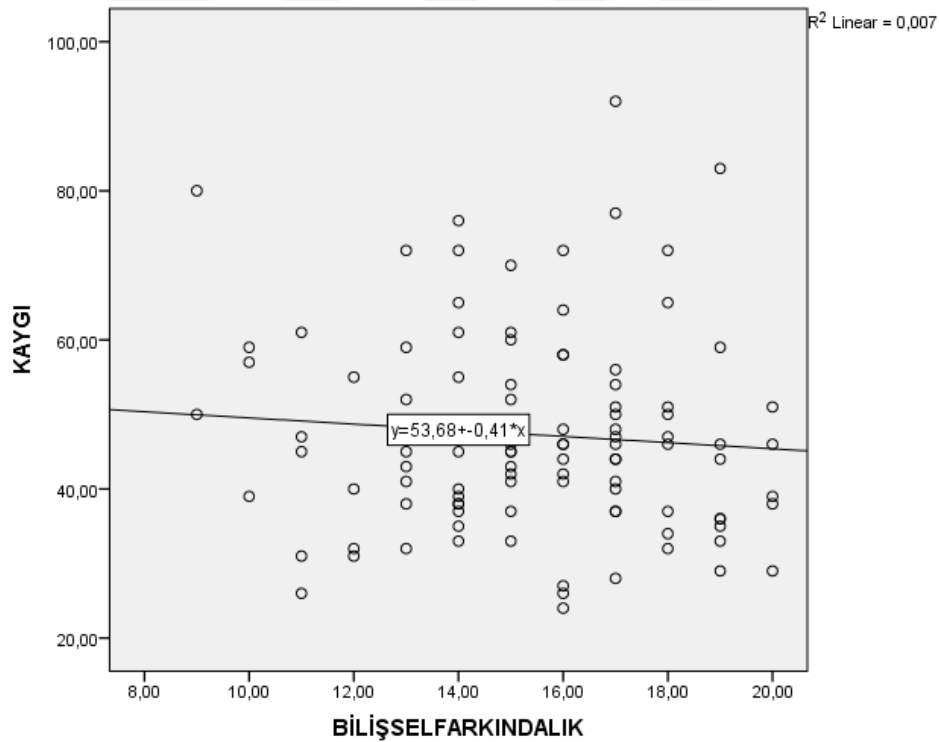
22’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında çok düşük düzeyde ve negatif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Fakat bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan dördüncü hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Sonuçlar Tablo 22’de sunulmuştur.

Tablo 22.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği	
Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği	r_s	p
	-0,08	0,39

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 4. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.5. H₅'e Yönelik Bulgular

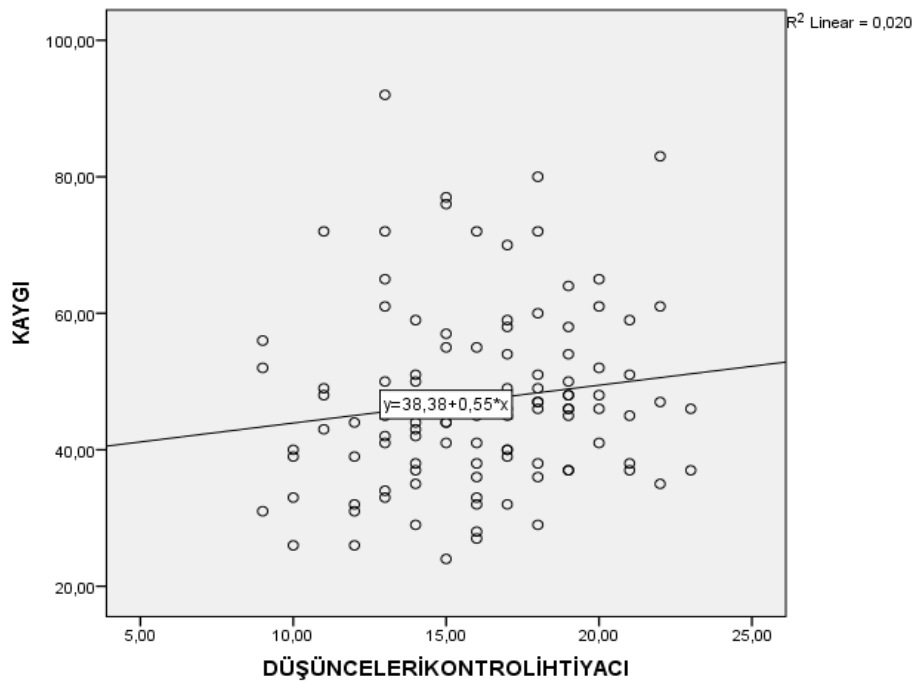
Bu çalışmanın beşinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 23’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Fakat bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmamızın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan beşinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir. Sonuçlar Tablo 23’de gösterilmiştir.

Tablo 23.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Kaygı Ölçeği	0,18	0,053

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 5. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.6. H₆'ya Yönelik Bulgular

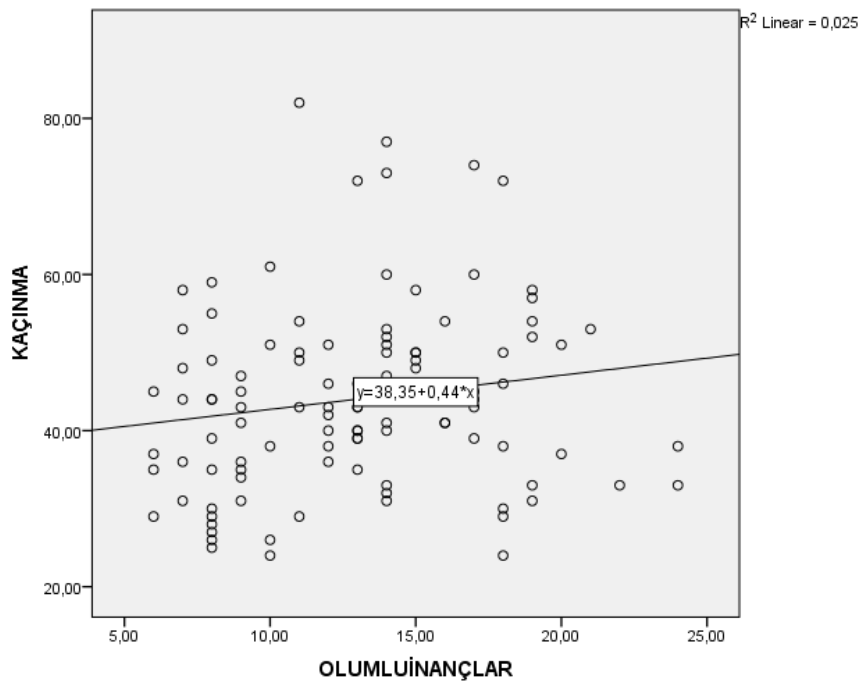
Bu çalışmanın altıncı hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 24’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan altıncı hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 24.

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	0,19*	0,04

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 6. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.7. H₇'ye Yönelik Bulgular

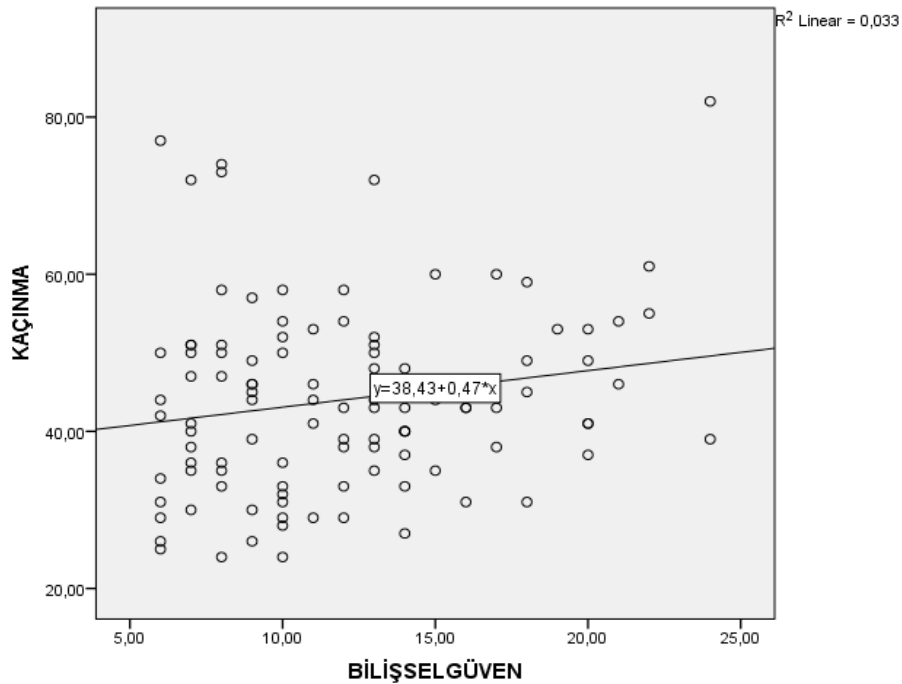
Bu çalışmanın yedinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 25’de görüldüğü gibi Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan yedinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 25.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği	
	r_s	p
	0,16	0,09

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 7. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.8. H₈ 'e Yönelik Bulgular

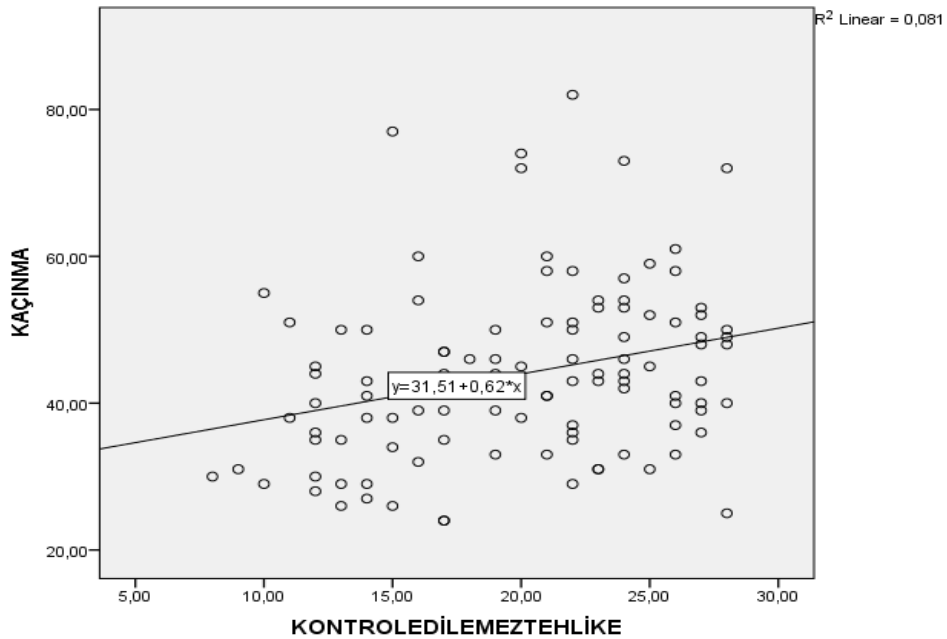
Bu çalışmanın sekizinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 26’da görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan sekizinci hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 26.

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	0,30**	0,01

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 8. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.9. H₉'a Yönelik Bulgular

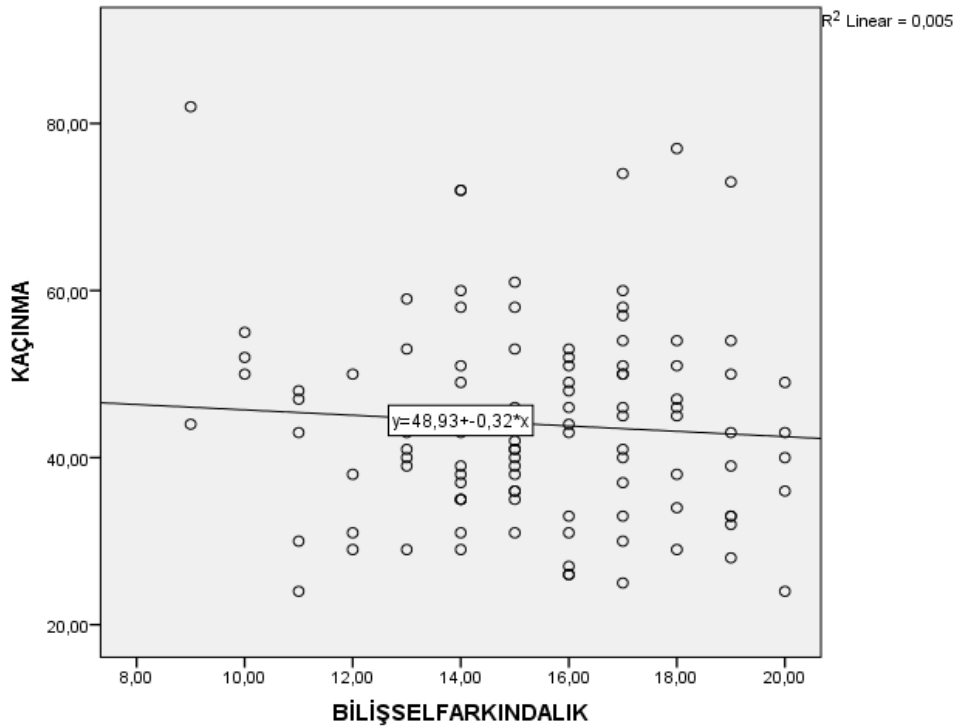
Bu çalışmanın dokuzuncu hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 27’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında çok düşük düzeyde ve negatif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan dokuzuncu hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 27.

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği	
	r_s	p
	-0,03	0,74

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 9. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.10. H₁₀'a Yönelik Bulgular

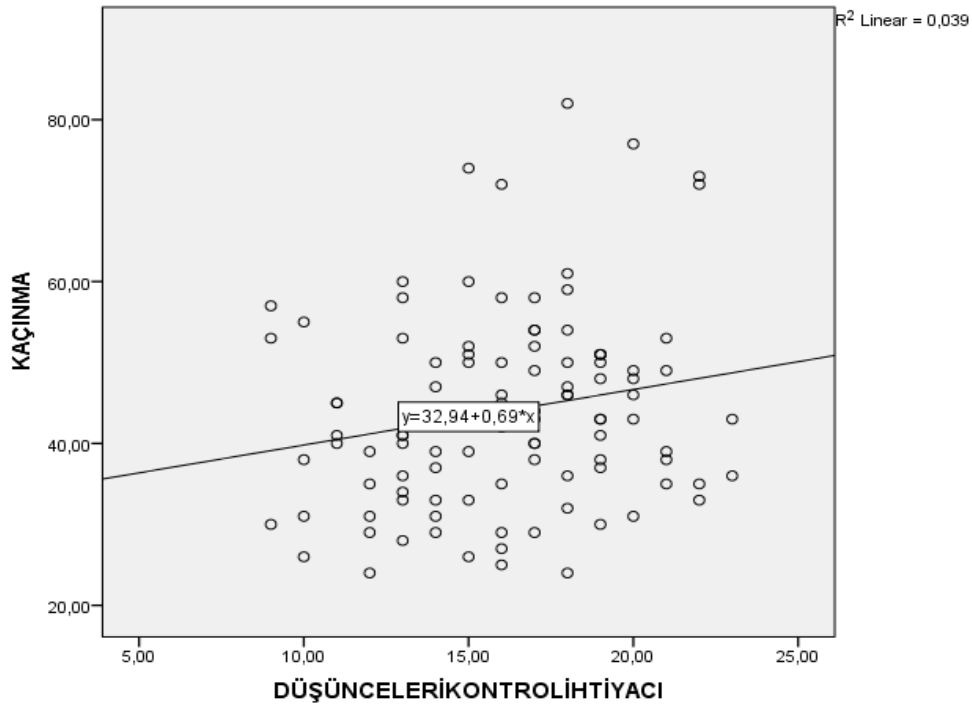
Bu çalışmanın onuncu hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbilmiş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 28’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbilmiş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmamızın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbilmiş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onuncu hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 28.

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçek Puanı ile Üstbilmiş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbilmiş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği	
Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği	r_s	p
	0,18	0,06

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 10. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbilmiş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.11. H₁₁'e Yönelik Bulgular

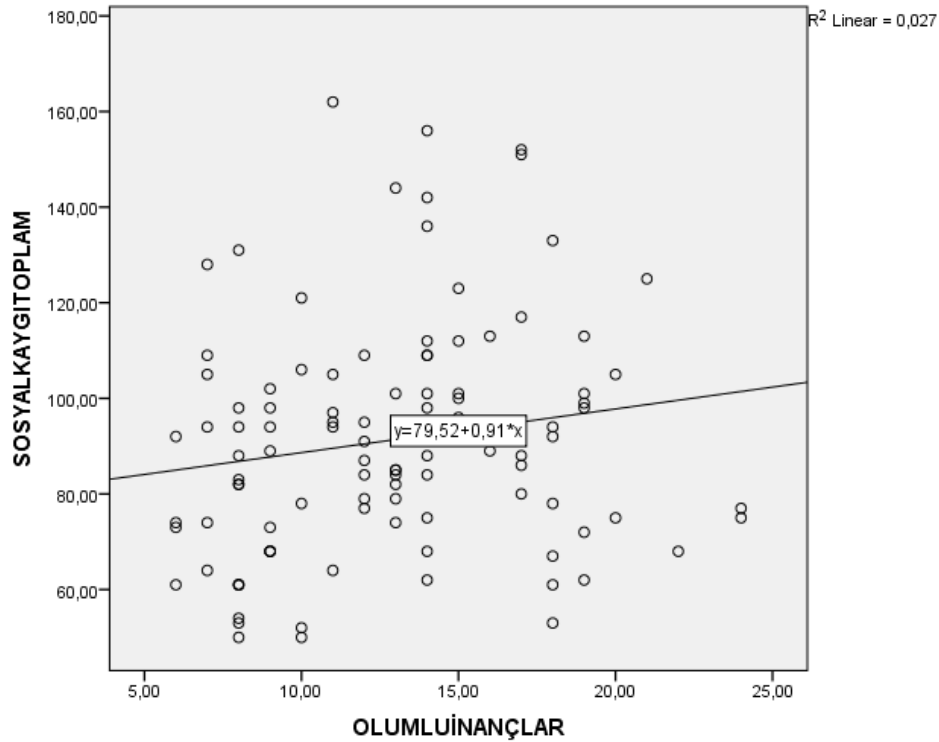
Bu çalışmanın onbirinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 29’da görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onbirinci hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 29.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçek Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	0,20*	0.03

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 11. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Olumlu İnançlar Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.12. H₁₂'ye Yönelik Bulgular

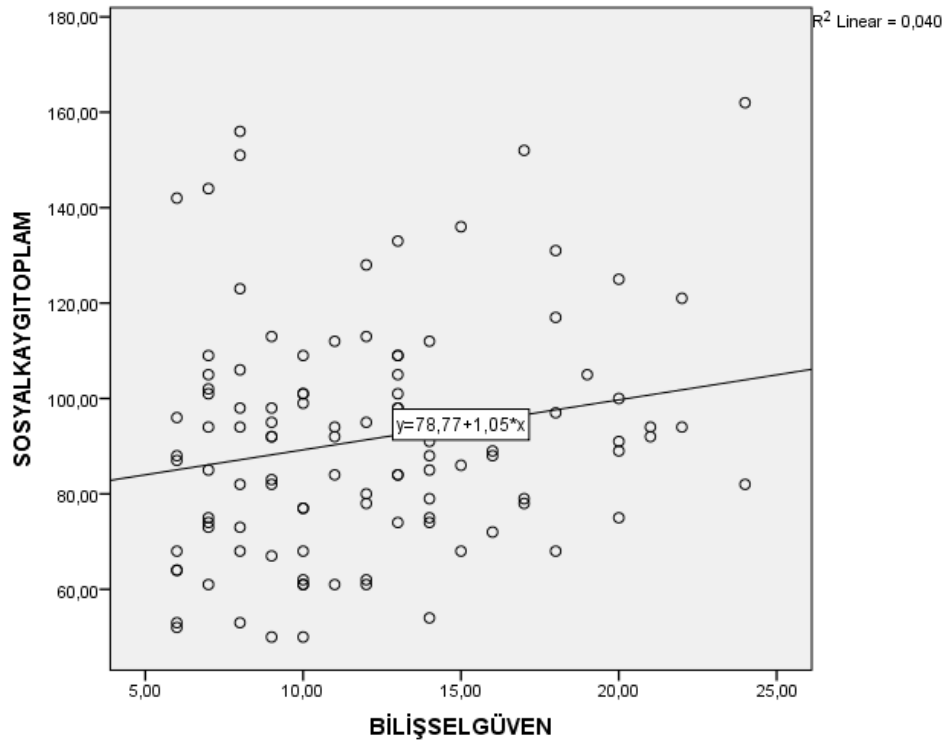
Bu çalışmanın onikinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 30’da görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmamızın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onikinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 30.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	0,16	0,08

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 12. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Bilişsel Güven Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.13. H₁₃ 'e Yönelik Bulgular

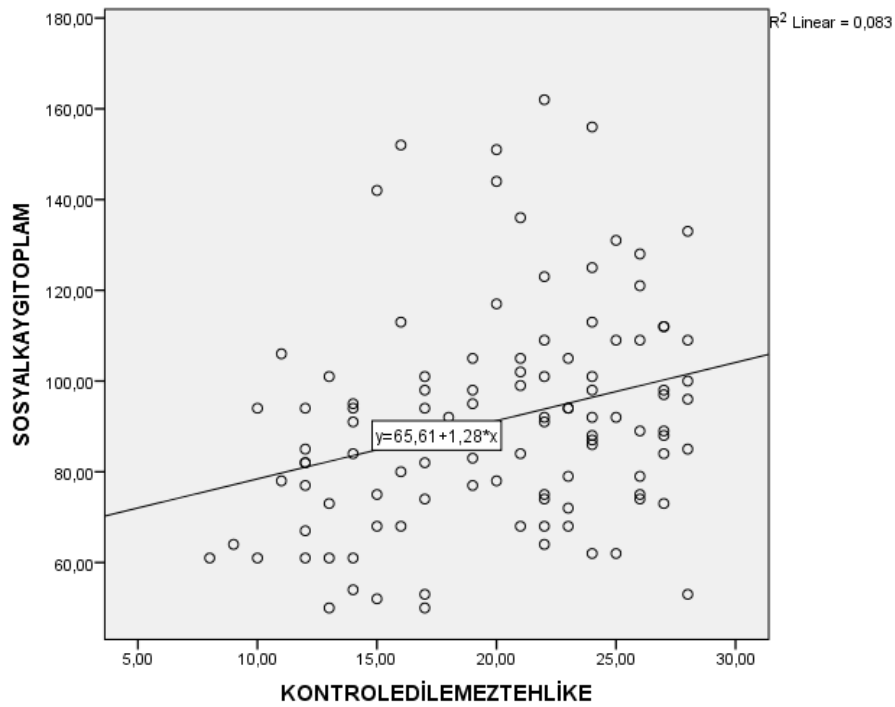
Bu çalışmanın onüçüncü hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 31’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onüçüncü hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 31.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	0,30**	0,01

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 13. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.14. H₁₄'e Yönelik Bulgular

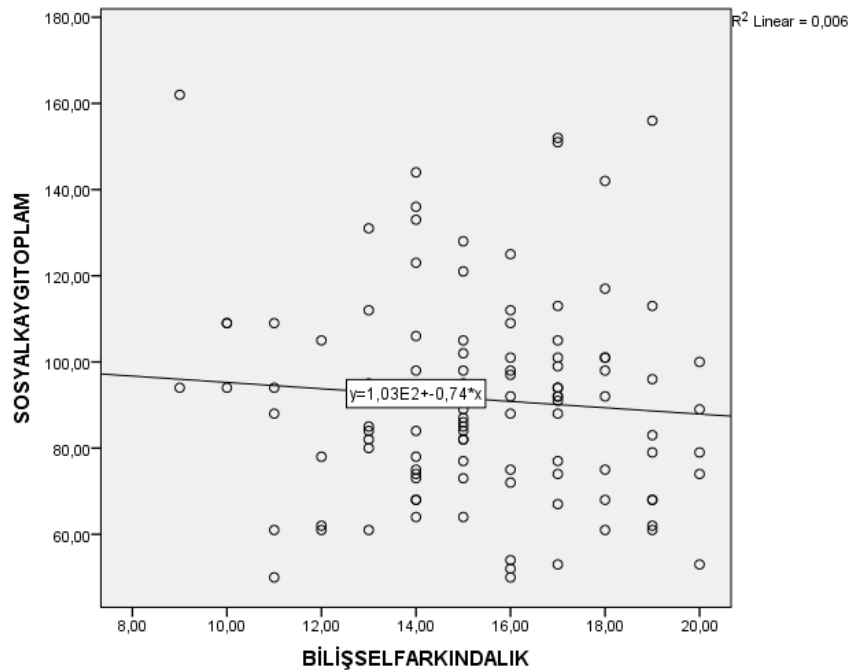
Bu çalışmanın ondördüncü hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 32’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında çok düşük düzeyde ve negatif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan ondördüncü hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 32.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği	
	r_s	p
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	-0,05	0,58

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 14. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.15. H₁₅'e Yönelik Bulgular

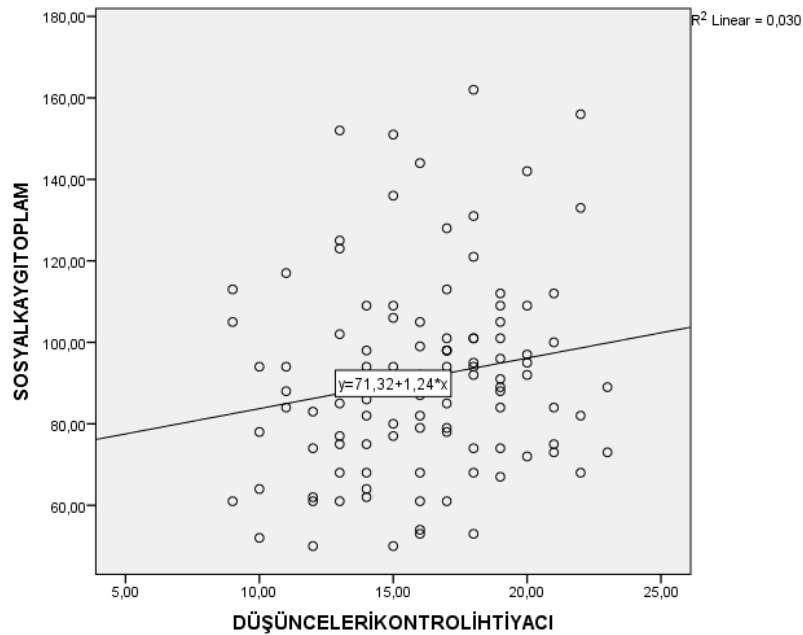
Bu çalışmanın onbeşinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 33’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p>0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeyde değildir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onbeşinci hipotezinin desteklenmediği görülmektedir.

Tablo 33.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

	Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği	
Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	r_s	p
	0,18	0,06

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 15. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.16. H₁₆'ya Yönelik Bulgular

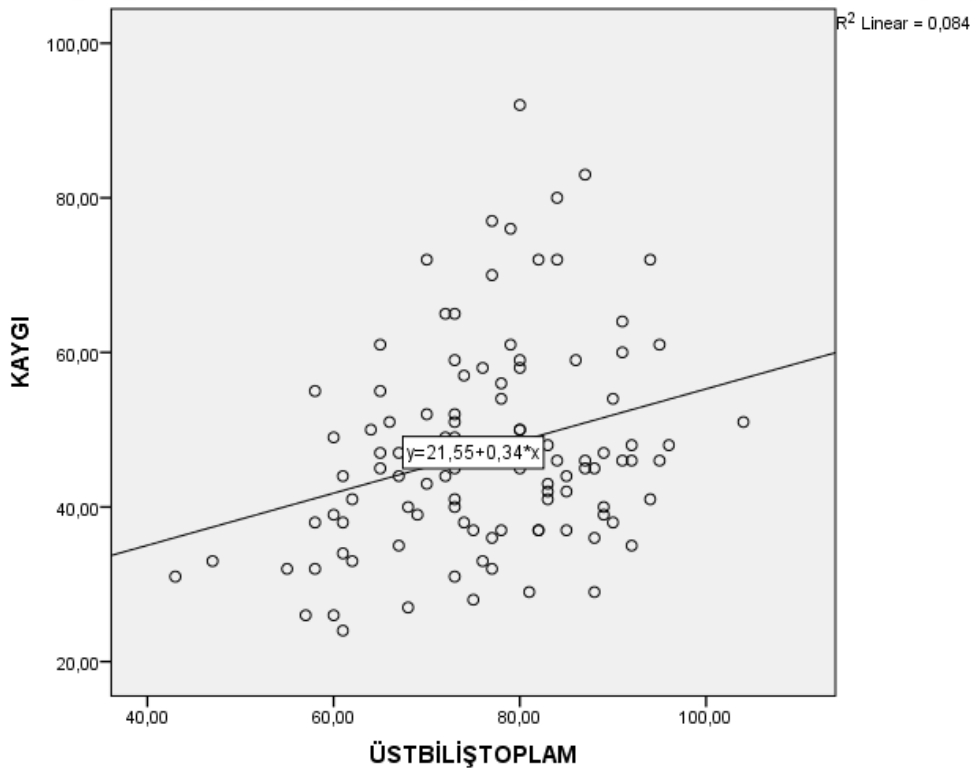
Bu çalışmanın onaltıncı hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 34’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onaltıncı hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 34.

Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği Puanı	Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan	
	r_s	p
	0,26**	0,01

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 16. Liebowitz Kaygı Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.17. H₁₇'ya Yönelik Bulgular

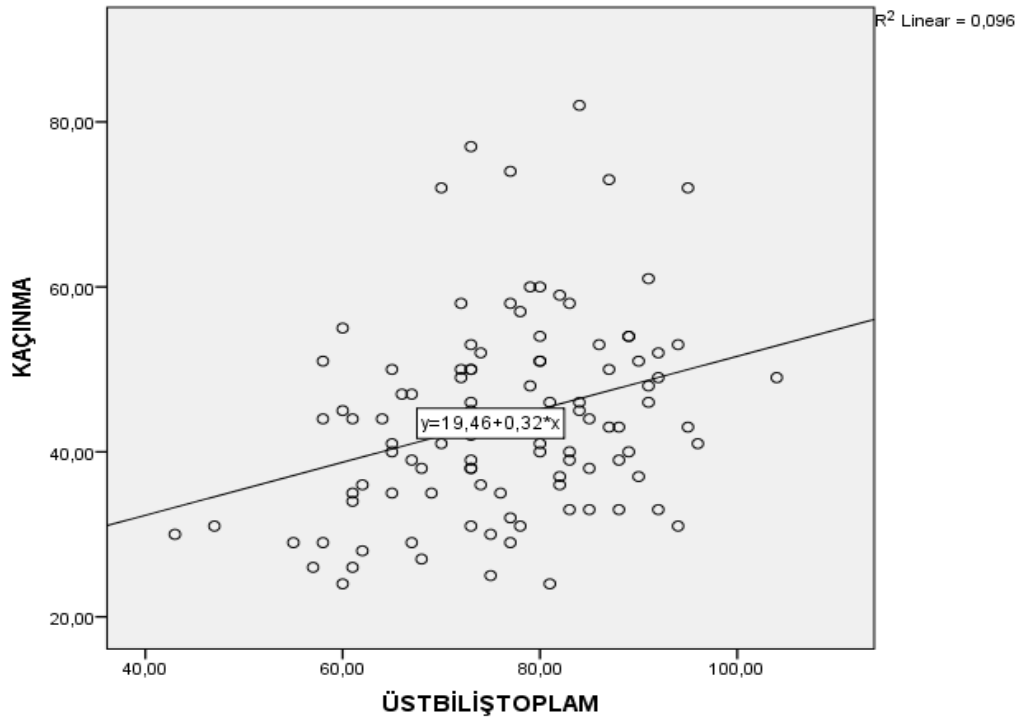
Bu çalışmanın onyedinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 35’de görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p<0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onyedinci hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 35.

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği Puanı	Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan	
	r_s	p
	0,26**	0,01

* $p<0,05$, ** $p<0,01$



Şekil 17. Liebowitz Kaçınma Alt Ölçeği puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

4.4.18. H₁₈'ya Yönelik Bulgular

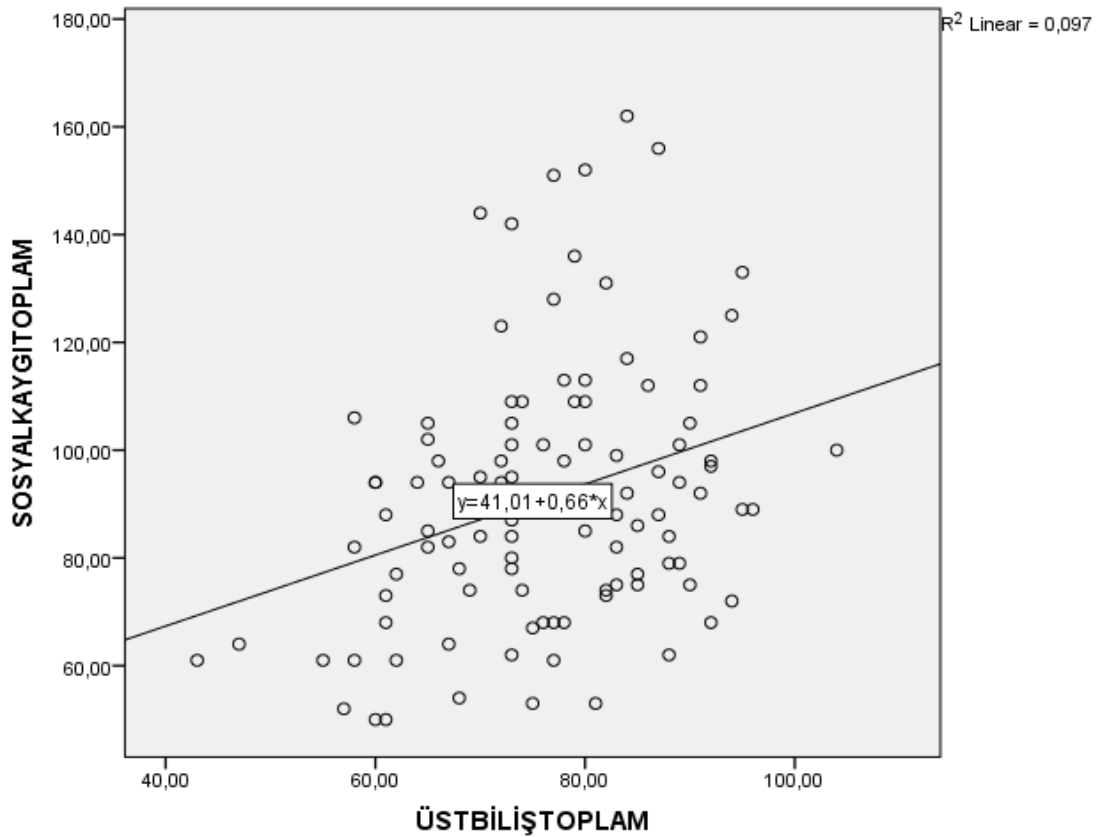
Bu çalışmanın onsekizinci hipotezi, “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” olarak kurulmuştur. Tablo 36’da görüldüğü gibi Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında düşük düzeyde ve pozitif yönde korelasyon vardır ($p < 0,05$). Bu sonuç istatistiksel olarak anlamlı düzeydedir. Buna bağlı olarak araştırmanın “Özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerin Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanları ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki vardır.” şeklinde ifade edilmiş olan onsekizinci hipotezinin desteklendiği görülmektedir.

Tablo 36.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı ile Üstbiliş Ölçeği Toplam Puanı Arasındaki Korelasyon Değerleri

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puan	Üstbiliş Ölçeği Toplam Puan	
	r_s	p
	0,29**	0,01

* $p < 0,05$, ** $p < 0,01$



Şekil 18. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı ile Üstbiliş Ölçeği toplam puanı arasındaki korelasyonun saçılım grafiği

BÖLÜM V

5. TARTIŞMA VE YORUM

Sosyal kaygı ile üstbiliş arasındaki ilişkinin, bir grup öğrenci ile incelenmesi bu çalışmanın amacıdır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile Üstbiliş Ölçeğini, alt boyutları ile birlikte karşılaştırıp, sosyal kaygı ile üstbiliş ilişkisini saptamaya çalışmak araştırmanın odağını oluşturmaktadır.

Çalışmada, sosyal kaygı ile ilgili demografik değerlendirmeler incelendiğinde; Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt ölçekleri olan kaygı ile kaçınma boyutları ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı kadın öğrencilerde, erkek öğrencilerden yüksek bulunmuştur. İzgiç ve ark.'nın (2000) ülkemizde yaptıkları araştırma sonucunda da sosyal kaygının, kadınlarda, erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bal ve ark.'da (2013) sosyal kaygının kadınlarda daha kronik bir seyir gösterdiğini, belirti şiddetinin ve işlevsellikteki bozulmanın daha fazla olduğunu belirtirler. Çalışmamız bu konudaki literatür ile uyumludur.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt ölçekleri olan kaygı ile kaçınma boyutları ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği toplam puanı yaşa, kardeş sayısına, anne ile babanın eğitim düzeyine ve medeni durumuna, anne ile babanın çalışma durumuna göre incelendiğinde anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Çalışmada, üstbiliş ile ilgili demografik değerlendirmeler incelendiğinde; Üstbiliş Ölçeği toplam puanı ve alt ölçek puanlarında kontrol edilemezlik ve tehlike alt faktörünün kadınlarda, erkeklerden anlamlı derecede yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Sosyal kaygı düzeyinin kadınlarda yüksek olması ile üstbiliş kontrol edilemezlik ve tehlike alt faktörünün kadınlarda yüksek olması, sosyal kaygıda, kontrol edilemezlik ve tehlike faktörünün etkili olabileceğini düşündürmektedir Üstbiliş ölçeği toplam puanı ve olumlu inançlar, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı, bilişsel farkındalık alt ölçekleri cinsiyete göre anlamlı bulunmamıştır.

Üstbiliş ölçeği toplam puan ve alt ölçek puanları yaşa, anne-babanın medeni durumuna, kardeş sayısına, anne eğitimine, anne-baba çalışma durumuna göre incelendiğinde anlamlı bir sonuca ulaşılamamıştır. Ancak Üstbiliş ölçeği bilişsel farkındalık alt ölçeği, babanın eğitim durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Çalışmamızda; kişinin kendi düşünce süreçleri ile sürekli uğraşması ve gözden geçirmesi ile ilgili üstbilişsel süreçleri ifade eden bilişsel farkındalık faktörü; ilkökul mezunu babaları olan öğrencilerde, babaları ortaokul mezunu olanlardan yüksek; babaları ilkökul mezunu olan öğrencilerin puanları da babaları lise mezunu olan öğrencilerden yüksek bulunmuştur.

Liebowitz kaygı alt ölçeği ile Üstbiliş olumlu inançlar, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçekleri ile düşük düzeyde, pozitif yönde ilişki bulunmuştur; fakat bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Liebowitz kaygı alt ölçeği ile Üstbiliş bilişsel farkındalık alt ölçeği arasında düşük düzeyde, negatif yönde ilişki bulunmuştur; fakat bu ilişki de istatistiksel olarak anlamlı değildir. Liebowitz kaygı alt ölçeği, Üstbiliş kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçeği arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır.

Liebowitz kaçınma alt ölçeği ile Üstbiliş bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı ile düşük düzeyde, pozitif yönde ilişki bulunmuştur fakat bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Liebowitz kaçınma alt ölçeği ile Üstbiliş bilişsel farkındalık alt ölçeği ile düşük düzeyde, negatif yönde ilişki bulunmuştur; fakat bu ilişki de istatistiksel olarak anlamlı değildir. Liebowitz kaçınma alt ölçeği ile Üstbiliş olumlu inançlar ile kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaçınma alt ölçeği ile pozitif yönde ve anlamlı ilişki bulunan olumlu inançlar faktörü; endişelenmenin, plan yapma ya da problem çözmeye yardımcı olduğuna dair, endişelenmeye yönelik olumlu inançları içerir. Bu faktöre göre endişenin, arzu edilir bir kişilik özelliği olması sosyal kaygılı bireylerin başkalarınınca değerlendirilebilecek oldukları ortamlarda bulunmaktan, başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirmekten ya da küçük düşeceğini düşündüğü için davranışı yapmaktan kaçınmalarının nedeni olabileceğini düşündürmektedir. İnsanın işlevlerini yerine getirebilmesi ve güvende kalabilmesi için endişelerini kontrol etmesi gerektiği ile endişenin kontrol edilemeyeceğine dair inanç ise kontrol edilemezlik ve tehlike faktörüdür (Tosun ve Irak, 2008).

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile Üstbiliş bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt ölçekleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü ilişki bulunmuştur; fakat bu ilişki istatistiksel olarak anlamlı değildir. Gkika ve ark. (2017) çalışmalarında, düşünceleri kontrol ihtiyacının sosyal kaygı ile pozitif ve önemli ölçüde ilişkilendirilebileceğini belirtmişlerdir. Çalışmamızda, Gkika ve ark.'nın (2017)

çalışmasından farklı sonuçlara ulaşılmıştır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile Üstbiliş olumlu inançlar ile kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri arasında düşük düzeyde, pozitif yönlü, anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Nordahl ve Wells (2017), çalışmalarında, kontrol edilemezlik ve tehlike ile bilişsel güvenilirlik alt ölçeklerinin sosyal kaygı ile bağlantılı olabileceğini göstermişlerdir. Nordahl ve ark.'da (2017) kontrol edilemezlik ve tehlike boyutuna ulaşmış düşünceler ile belleğe olan güvenliliğin sosyal kaygı ile bağlantılı olabileceğini belirtmişlerdir. Çalışmamız kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçeği için Nordahl ve Wells'in (2017) ve Nordahl ve ark.'nın (2017) çalışmaları ile uyumludur; fakat bilişsel güven ve olumlu inançlar alt ölçeği için çalışmamızda farklı sonuçlara ulaşılmıştır.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ile alt ölçekleri olan kaygı ve kaçınmanın, Üstbiliş ölçeği toplam puanı ile ilişkisine bakıldığında düşük düzeyde, pozitif yönde, anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Gkika ve ark. (2017) çalışmalarında, üstbilişsel inançların, sosyal kaygı üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı olarak etkileri bulunduğunu belirtirler. Nordahl ve ark.'da (2017), sosyal kaygı da üstbilişsel inançların önemli bir belirleyici olduğunu belirtirler. Bu anlamda çalışmamız, Gkika ve ark.'nın (2017) ve Nordahl ve ark.'nın (2017) çalışmaları ile uyumludur.

BÖLÜM VI

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Wells üstbiliş modelinde, üstbilişsel inançların, evrensel olarak patolojinin merkezi olduğunu öne sürmektedir (Nordahl ve ark., 2017). Bütün insanlar, olumsuz düşüncelere sahiptir ama sadece bir kısmı kaygı ve depresyon yaşar. Wells'e göre; kaygı ve depresif rahatsızlıkların oluşmasına ve sürmesine yol açan şey, kişinin zihninden geçen olumsuz düşünceleri hakkındaki düşünceleri, inançları ve bu düşünceleriyle baş edebilmek için kullandığı yollardır. Önemli olan ise bireyin bu kaygı yaratan düşüncelere takılıp kalmasına yol açan düşüncelerin veya bilişsel stratejilerin ne olduğunu belirlemektir (Wells, 2009). Gkika ve ark.'da (2017), üstbilişsel inançların, sosyal kaygının değerlendirilmesi ve tedavisinde göz önünde bulundurulmasının önemli olduğunu belirtirler. Gkika ve Wells'e göre de (2016), sosyal kaygı ile ilişkilendirilebilecek üstbilişsel inançların araştırılması gerekmektedir.

Sosyal kaygı tedavisinde, üstbilişsel inançların değerlendirilmesinden ve değişkenliğinden faydalanılabileceği ve müdahalelerde bu faktörlerden yararlanabileceği öne sürülmektedir (Gkika ve Wells, 2016) . Bu çalışma sonucunda da Liebowitz kaygı alt ölçeğinin üstbiliş kontrol edilemezlik ve tehlike faktörü ile, kaçınma alt ölçeğinin olumlu inançlar ile kontrol edilemezlik ve tehlike faktörü ile ve sosyal kaygı toplam puanının üstbiliş toplam puanı, olumlu inançlar ve kontrol edilemezlik ve tehlike alt ölçekleri ile anlamlı ilişkisinin bulunması sosyal kaygının değerlendirilmesi ve tedavisinde göz önünde bulundurulabilir ve bireyin kaygı yaratan düşüncelere takılıp kalmasına yol açan düşüncelerin ne olduğunun anlaşılmasına katkı sağlayabilir.

6.2. Öneriler

Çalışmamızda katılımcıların sosyal kaygı tanısı almış hastalardan oluşmaması çalışmamızı kısıtlamaktadır. Bu durumda tanı almış katılımcılar ile çalışma yapılmasına ihtiyaç duyulmaktadır. Sosyal kaygı tanısı almış bireylerle, üstbiliş ve alt faktörlerine yönelik yapılacak çalışmanın alanyazına katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.



7. KAYNAKÇA

- Akpınar, B., (2011), Biliş ve Üstbiliş (Metabiliş) Kavramlarının Zihin Felsefesi Açısından Analizi, *Turkish Studies International Periodical For The Languages Literature and History of Turkish*, 6(4), 353-365.
- Aktürk, A.O., (2010), Bilgisayar Dersinde Üstbiliş Öğretim Stratejilerinin Etkisi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Konya.
- Altuntaş, M., Durmaz, E., Çiftçi, F., (2017), Yakın ilişkilerde üst biliş işlevleri ve kişilik yapıları, *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3 (5).
- Amerikan Psikiyatri Birliği. 2014, DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı, Çev.:E. Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 116.
- Aydın, A.T., (2004), Sosyal Fobi Olgularında Aile İçi Yaşantıların İncelenmesi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, İstanbul.
- Bal, U., Çakmak, S., Uğuz, Ş., (2013), Anksiyete Bozukluklarında Cinsiyete Göre Semptom Farklılıkları, *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 22(4), 441-459.
- Beck, A.T., Emery, G., & Greenberg, R.L., (1985), *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. Basic Books, New York.
- Binbay, Z., Koyuncu, A., (2012), Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Duygudurum Bozuklukları Birlikteliği, *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 1-13.
- Boyd, J.H., D.S., RAE, J.W., Thampson, B.J., Burns, K., Bourdon, B.Z., Locke, D.A., (1990), *Rgier Social Psychiatric Epidemiology*, 25, 314-323.
- Brown, A. L., Bransford, J., Ferrara, R. And Campione, J., (1983), *Learning, remembering and understanding*, In P.H. Mussen (Series Ed.) ve J. Flavell ve E. Markman (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology*, Vol. 3. Cognitive development, 77-166, New York, Wiley.
- Brown, A., (1987), *Metacognition, executive control, self-control and other mysterious mechanisms*, In F. Weinert and R. Kluwe (Ed.), *Metacognition, Motivation and Understanding*, 65-116, Hillsdale, NJ: Erlbaum
- Bruning, R. H., Schraw, G. J., Norby, M. M. ve Ronning, R. R. (2004). *Cognitive psychology and instruction* (4. baskı). Pearson Prentice Hall.

- Bulut, Ç., (2016), 12-14 Yaş Aralığındaki Öğrencilerin Bilişsel Çarpıtmaları İle Sosyal Fobi Belirti düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Adana İli Örneği, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Mersin.
- Büyüköztürk, Ş., (2011), *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, Ankara, Pegem Akademi.
- Cartier, M.J., Walker, J.R., ve Stein, M.B. (2001), 'Social phobia and potential childhood risk factors in a community sample', *Psychological Medicine*, 31, 307-315.
- Clark, D.M., Wells, A., (1995), *A cognitive model of social phobia*. Heimberg, R.G., Liebowitz M.R., Hope, D.A., Schneier F. R. (ed) *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment* New York, Guilford Press, 69-93.
- Clark, D.M.,(2001), *Cognitive Perspective On Social Phobia Chapter:18. International Handbook of Social Anxiety: Concepts, research and Interventions Relating To The Self And Ahyness*. Ed.:Crozier, W.R. and Alden, L.,John Wiley and Sons Ltd.,405-427.
- Demir, G.Ö., (2009), Sosyal Fobinin Etiyolojisinin İncelenmesi Amacıyla Gerçekleştirilen Araştırmalara Genel Bir Bakış, *Akademik İncelemeler*, 4(1),
- Dilbaz, N.,(1997), Sosyal Fobi, *Psikiyatri Dünyası*, 1, 18-24.
- Dilbaz, N.,(2001), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Geçerlik ve Güvenilirliği, *Ulusal Psikiyatri, Kongresi Özet Kitabı*, 132.
- Dönmez, A., Bilişsel Sosyal Şemalar, (1992), *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih Coğrafya Fakültesi, dergiler.ankara.edu.tr*.
- Eldoğan, D., (2012), Üniversite öğrencilerindeki erken dönem uyumsuz şemalar ve sosyal fobi belirtileri ilişkisinde duygu düzenleme güçlüğüünün aracı rolünün incelenmesi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
- Eriş, Y., İkiz, F.E., Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel değişkenlerin Etkileri, *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Farvelli, C., Zucchi, T., Viviani, B., (2000), Epidemiology of social phobia: a clinical approach, *Eur Psychiatry*, 15,17-24.
- Flavell, J.H., (1979), Metacognitive and Cognitive Monitoring, *American Psychologist*, 34 (10), 906-911.
- Flavell, J.H., (1985), Cognitive Development, *Englewood Cliffs, NJ-Prentice-Hall*.

- Garner, R., ve Alexander, P.A., (1989), Metacognition: Answerwd and unanswered questions, *Educational Psychologist*, 24 (21), 143-158.
- Gavelek, J.R., Paphael, T.E.,(1985), *Metacognition, instruction and questioning*, Forresst-Pressley DL(ed). *Metacognition, Cognition and Human Performance*, Orlando: Academic Pres, 191.
- Gavric, D., Moscovitch, D.A., Rowa, K., McCabe, R.E., (2017), Post-event processing in social anxiety disorder: Examining the mediating roles of positive metacognitive beliefs and perceptions of performance, *BehaviourResearch and Therapy*,91, 1-12.
- Gkika, S., and Wells, A., (2016), The impact of metacognitive beliefs and anticipatoryprocessing on state anxiety in high socially anxiousindividuals in a speech task, *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(4), 588-600.
- Gkika, S., Wittkowski, A., Wells, A., (2017), Social cognition and metacognition in social anxiety: A systematic review, wileyonlinelibrary.com/journal/cpp.
- Göker, Z., Güney, E., Dinç, G., Hekim, Ö., Üneri, Ö.Ş., Çocuk ve Ergenlerde Anksiyete ile İlişkili Bozuklukların Klinik ve Demografik Özellikleri: Bir Yıllık Kesitsel Bir Örneklem, *Klinik Psikiyatri*, 18, 7-14.
- Görgü, N.S., (2014), Üstbilişsel inançlar ve Algılanan Ebeveyn Tutumlarının Endişe ve Obsesif Düşünceler Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Grant, B.F., Hasin, D.S., Blanco,C., (2005), The epidemiology of social anxiety disorder in the United States: Results from the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions, *J. Clin Psychiatry*, 66, 1351-1361.
- Gültekin, B.K., (2008), Adnan Menderes Üniversitesi Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı, Yaşam Kalitesi ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri, Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Tıpta Uzmanlık Tezi, Aydın.
- Gümüş, A.E., (2016), Sosyal Kaygının Benlik Saygısına ve İşlevsel Olmayan Tutumlara Göre Yordanması, *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26).
- Hacker, D.J., (1998), *Metacognition: definitions and empirical foundations*, DunloskyJ(ed), *Metacognition in Educational Theory and Practice*, Orlando, Academic Pres, 1-24.

- Hanten, G., Dennis, M., Zhang, L., Barnes, M., Roberson, G., Archibald, J., Song, J., Levin, S.H., (2004) Childhood head in jury and metacognitive processes in language and memory, *Develop Nevropsychol*, 25, 85-106.
- Haspolat, N.K., Kağan, M.,(2017), Sosyal Fobinin Yordayıcısı Olarak Beden İmajı ve Benlik Saygısı, *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (2), 139-152.
- Hıdıroğlu, Ç.N., (2015), Teknoloji Destekli Ortamda Matematiksel Modelleme Problemlerinin Çözüm Süreçlerinin Analizi: Bilişsel ve Üstbilişsel Yapılar Üzerinde Bir Açıklama, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, İzmir.
- Irak, M., (2012), Üstbiliş Ölçeği Çocuk ve Ergen Formunun Türkçe Standardizasyonu, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 23(1), 47-54.
- Irak, M., (2012), Üstbiliş ve Benlik Saygısının Bellek Hakkındaki İnançlar Üzerindeki Etkisi, *Türk Psikoloji Dergisi*, 27(69), 35-46.
- Irak, M., Çapan, D., Soylu, C., (2015), Üstbilişsel Süreçlerde Yaşa Bağlı Değişiklikler, *Türk Psikoloji Dergisi*, 30(75), 64-75.
- Irak, M., Tosun, A., (2008), Exploring the role of metacognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms, *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1316-1325.
- Irak, M.,(2005), Üstbiliş Mi? Yönetici İşlevler Mi?: Bilme Hissinin Nöropsikolojik Testlerle Ölçülen Dikkat Süreçlerinden Yordanması, *Türk Psikoloji Dergisi*, 20(56), 97-116.
- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O., Kuğu, N.,(2000), Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi Yaygınlığı, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(4), 207-214.
- Jacobs, J.E., ve Paris, S.G.,(1987), 'Children's metacognition about reading: Issues in definition, measurement and instruction', *Educational Psychologist*, 22, 255-278.
- Karagün, E., (2008), Sosyal Fobi Özellikleri Gösteren Üniversite Öğrencilerinde Rekreatif Aktivitelerin Fobik Tutumlar Üzerine Etkisinin Araştırılması, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Kocaeli.
- Karakelle, S., Saraç, S., (2007), Çocuklar İçin Üst Bilişsel Farkındalık Ölçeği (ÜBF Ö-Ç) A ve B Formları: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması, *Türk Psikoloji Yazıları*, 10 (20), 87-103.

- Karakelle, S., Saraç, S., (2010), Üst Biliş Hakkında Bir Gözden Geçirme: Üst Biliş Çalışmaları mı Yoksa Üst Bilişsel Yaklaşım Mı?, *Türk Psikoloji Yazıları*, Aralık, 13(26), 45-60.
- Kendler, K.S., Neale, M.C., Kessler, R.C., Heath, A.C., ve Eaves, L.J., (1992), The Genetic Epidemiology of Phobias in Women: The İnterrelationship of Agoraphobia, Social Phobia, Situational Phobia and Simple Phobia, *Archives of General Psychiatry*, 49, 273-281.
- Kring, A. M., Johnson, S. L., Davison, G., Neale, J., (2015), *Anormal Psikolojisi*, Nobel Yayıncılık, 175- 176.
- Kuhn, D., (2000), Metacognitive Development, *Current Directions in Psychological Science*, 9 (5), 178-181.
- Kuiper, R., (2002), Enhancing Metacognition Through the Reflective Use of Self-Regulated Learning Strategies, *The Journal of Continuing Education in Nursing*, 33(2), 78-87.
- Levent, B.A., Uğuz, Ş., Aydın, H., 2006, Sosyal Fobi: Etiyoloji, Klinik Gidiş, Komorbidite ve Tedavisi, *Türkiye Klinikleri Dahili Tıp Bilimleri Dergisi Psikiyatri*; 2(12):26-29
- Lieb, R.L., Wittchen, H., Höfler, M., Fuetsch, M., Stein, M.B. ve Merikangas, K.R.,(2000), 'Parental psychopathology, parenting styles and the risk of social phobia in off spring: A prospective-longitudinal community study'. *Archives of General Psychiatry*, 57, 859-866.
- Magee, W.J., Eaton, W.W., Wittchen, H.U. & ark. (1996), Agoraphobia, simple phobia and social phobia in the National Comorbidite survey, *Archives of General Psychiatry*, 53, 159-168.
- Mancını, C., Vanamaringen, M., Szatmari, P., Fugere, C., Boyle, M., (1996), ' A higt-risk pilot study of children of adults with social phobia', *Journal of AmericanAcademy of Child and Adolescent Psychiatry Scand*, 108(417), 51-64.
- Manuzza, S., Schneier, F.R., Chapman, T.F., Liebowitz, M.R., Klein, D.F., Fyer, A.J., (1995), Genaralized Social Phobia: Reliability and Validity. *Archives of General Psychiatry*,52, 230-237.
- Memik, N.Ç., Yıldız, Ö., Tural, Ü., Ağaoğlu, B.,(2011), Sosyal Fobinin Yaygınlığı: Bir Gözden Geçirme, *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48, 4-10.

- MP, Lucock, PM, Salkooskis, (1988), 'Cognitive Factors in Social Anxiety and Its Treatment', *Behaviour Research an Therapy*, 26, 297-302.
- Nelson, T.O.,ve Narens, l., (1990), *Metamemory: A Theoretical Framework and Some New Findings*, G.H. Bower(Ed.), *The Psychology Of Learning and Motivation*, 125-173, New York, Academic Press
- Nordahl, H., Nordahl, H.M., Vogel, P.A., Wells, A., (2017), Explaining depression symptoms in patients with social anxiety disorder: Do maladaptive metacognitive beliefs play a role?, *wileyonlinelibrary.com/journal/cpp*, *Clin Psychol Psychother*, 25,457–464.
- Nordahl, H., Wells, A., (2017), Testing the metacognitive model against the benchmark CBT model of social anxiety disorder: Is it time to move beyond cognition?, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177109>
- Normann, N. M. Sc.,Emmerik, A.P., Morina, N. Ph. D., (2014), The Efficacy Of Metacognitive Therapy For Anxiety And Depression: A Meta-Analytic Review, *Depression & Anxiety*; 31 (5), 402-411.
- Özkaya, A., (2013), Üstbilişsel ve İnternet Tabanlı Üstbilişsel Öğretim Yöntemlerinin Öğrencilerin Hücre Bölünmesi ve Kalıtım Konusundaki Başarılarına, Tutumlarına ve Üstbilişsel Düşünme Düzeylerine Etkisi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.
- Özsoy, F.,Kuloğlu, M.M., (2017), Major Depresif Bozukluk ve Panik Bozukluk Hastalarında Üstbiliş İşlevlerinin Değerlendirilmesi, *Journal Of Contemporary Medicine*,7(1), 42-49.
- Özsoy, G., (2008), Üstbiliş, *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(4), 713-740.
- Özturan, D.D., (2013), Yaygın Tıp Sosyal Fobide Nörokognitif Fonksiyonlar, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı Tıpta Uzmanlık Tezi, Samsun.
- Panayırıcı, P. B., (2012), Obsesif Kompulsif Belirtilerin Yordanmasında Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Üstbilişsel İnançlar, Obsesif İnançlar ve Düşünce Kontrol Yöntemlerinin Rolü: Üstbilişsel Model Çerçevesinde Bir İnceleme,Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Doktora Tezi, Ankara.
- Peleg-Popko, O., ve Dar, R., (2001), Marital quality, family patterns and children's fears and social anxiety, *Contemporary Family Therapy*, 23(4), 465-487.

- Perner, J., Long, B., (1999), Development of Theory of Mind and Executive Control, *Trends in Cognitive Sciences*, 3 (9), 337-344.
- Pintrich, P.R., Wolters, C.A., Baxter, G.P.,(2000), *Assessing Metacognition and Self-regulated Learning*, In G. Schraw, J.C. Impara (Ed.) *Issues In The Measurement of Metacognition*, Lincoln, NE:Buros Institute of Mental Measurements, 43-97.
- Rapee, R.M., Heimberg, R.G., (1997), A cognitive- behavioral model of anxiety in social phobia. *Behavioral Research Therapy*, 35, 741-756.
- Schneier, F.R., Johnson, J.,Horning, C.D. & ark. (1992), Social Phobia: Comorbidity and Morbidity in an Epidemiologic Sample. *Archives of General Psychiatry*, 49, 282-288.
- Schraw, G., and Moshman, E.D. (1995), Metacognition theories, *Educational Psychology Review*, 7, 351-371.
- Schraw, G., Dennison, R.S., (1994), Assesing Metacognitive Awarenes, *Contemporary Educational Psychology*, 19,460-475.
- Schraw, G.,(1998), Promoting General Metacognitive Awareness, *Instructional Science*, 26(1-2), 113-125.
- Smith, E. E., Hoeksema, S. N., Fredrickson, B., Loftus, G. R., 2016, Atkinson & Hilgard Psikolojiye Giriş, arkadaş Yayınevi, Ankara, 537-538.
- Sönmez, O., (2016) Adana İli 12-16 Yaş Öğrencilerinde Sosyal Fobi GörülmeYaygınlığı ve Etkileyen Faktörler, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mersin.
- Stein, M.B., Walker, J.R., Forde, D.R.,(1994), Setting Diognostic Thresholds for Social Phobia: Considerations from Community Servey of Social Anxiety, *American Journal of Psychiatry*, 151, 408-412.
- Stemberg, R.T., Turner, S.M., Beidel, D.C., Calhav, K.S., (1995), Social Phobia An Analysis of Possible Developmental Factory. *Journal of Abnormal Psychology*, 104(3), 526-553.
- Sungur, M., (1997), Fobik Bozukluklar, *Psikiyatri Dünyası*, 1, 5-11.
- Swartz, R.J., ve Perkins, D.N., (1989), Teaching thinking: Issues and approaches, Pasific Grove, CA: *MidwestPublications*.
- Tiihonen, J., Kuikka, J.,Bergstrom, K., Lepola, U., Koponen, H., Leinonen, E.,(1997), Dopamine reuptake site densities in patients with social phobia, *Am J. Psychiatry*, 154(2), 239-42.

- Tobias, S., and Everson, H.T., (2002), '*Knowing what you know and what you don't know*', College Board Report (2002-2004), New York, The College Entrance Examination Board.
- Tosun, A., Irak, M., (2008), Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe Uyarlaması, Geçerliliği, Güvenirliği, Kaygı ve Obsesif-Kompulsif Belirtilerle İlişkisi, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(1), 67-80.
- Tuna, Z.O., (2015), Üniversite Öğrencilerinde Riskli Davranışların Dürtüsellik ve Üstbilişsel İnançlar İle İlişkisi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Turner, S.M., Beidel, D.C., (1989), Social Phobia: Clinical Syndrome, Diagnostic and Comorbidity, *Clinical Psychology Review*, 9, 318.
- Türkçapar, H., Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı, (1999), *Klinik Psikiyatri*, 2, 247-253.
- Veenman, M.V.J., The Relation Between Intellectual and Metacognitive Skills From a Developmental Perspective. *Learning and Instruction*, 14, 89-109.
- Wallece, S.T., Alden, L.E., (1997), Social Phobia and Positive Social Events: The Price of Success. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 416-424.
- Weinert, F.E., (1987), *Metacognition and Motivation as Determinants of Effective Learning and Understanding*, Hillsdale NJ: Lawrence Erlbaum, 1-16.
- Wellman, H., (1985), The child's theory of mind: The development of conscious cognition. The growth of reflection in children, *Academic Press*, San Diego.
- Wells, A., (2000), *Emotional disorders and metacognition: innovative cognitive therapy*, Chichester, UK, Wiley.
- Wells, A., Metacognitions, emotion and alcohol use, *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 12(2), 150-155.
- Wells, A., (2009), *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*, Guildford Press, New York.
- West, A.E., Newman, D.L., (2007), 'Childhood Behavioral Inhibition and the Experience of Social Anxiety in American Indian Adolescents'. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 13(3), 197-206.
- Wong, Q. J.J., Kalıpları, M.L., (2010), Do Socially Anxious Individuals Hold Positive Metacognitive Beliefs About Rumination?, *Cambridge University Press*, 27 (2), 69-83.

- World Health Organization (WHO), (1993), ICD-10 Classification of Mental and Behavioural Disorders: Diagnostic Criteria for Research. World Health Organization, Geneva, Switzerland
- Yalçın, K., Karakaş, S., (2008), Çocuklarda Bilgi İşlemedeki Üst İşlemlerin Yaşa Bağlı Değişimi, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 19(3): 257-265
- Yılmaz, A.E., Gençöz T., Wells, A., (2011), The temporal precedence of metacognition in the development of anxiety and depression symptoms in the context of life-stress: A prospective study, *Journal of Anxiety Disorders*, 25(3), 389-396.



8.EKLER

8.1. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyun. Sol kolondaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre, 1 ile 4 arasında puan verin. Sağ kolonda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır. Bu defa bu durumlardan kaçınıyorsanız, kaçınmanın şiddetine göre yine 1 ile 4 arasında puan verin. Puanlamayı aşağıdaki tariflere göre yapın. Teşekkürler.

Kaygı

1. Yok ya da çok hafif
2. Hafif
3. Orta derecede
4. Şiddetli

Kaçınma

1. Kaçınma yok ya da çok ender
2. Zaman zaman kaçınıyorum
3. Çoğunlukla kaçınıyorum
4. Her zaman kaçınıyorum

Kaygı	Puan	Kaçınma	Puan
1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak		1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak	
2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşmayapmak		2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşmayapmak	
3. Dikkatleri üzerindetoplamak		3. Dikkatleri üzerindetoplamak	
4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmayaçalışmak		4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmayaçalışmak	
5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak		5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak	
6. Başkaları içerdeyken bir odayagirmek		6. Başkaları içerdeyken bir odayagirmek	
7. Kendisinden daha yetkili biriylekonuşmak		7. Kendisinden daha yetkili biriylekonuşmak	
8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iadeetmek		8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iadeetmek	
9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifadeedilmesi		9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifadeedilmesi	
10. Gözlendiği sıradaçalışmak		10. Gözlendiği sıradaçalışmak	
11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak		11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak	
12. Bir eğlenceyegitmek		12. Bir eğlenceyegitmek	
13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudanbakmak		13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudanbakmak	
14. Yetenek, beceri ya da bilgininsınanması		14. Yetenek, beceri ya da bilgininsınanması	
15. Gözlendiği sırada yazıyazmak		15. Gözlendiği sırada yazıyazmak	
16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak		16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak	
17. Umumi yerlerde yemekyemek		17. Umumi yerlerde yemekyemek	
18. Evde misafırağırlamak		18. Evde misafırağırlamak	
19. Küçük bir grup faaliyetinekatılmak		19. Küçük bir grup faaliyetinekatılmak	
20. Umumi yerlerde bir şeyleriçmek		20. Umumi yerlerde bir şeyleriçmek	
21. Umumi telefonlarıkullanmak		21. Umumi telefonlarıkullanmak	
22. Yabancılarlakonuşmak		22. Yabancılarlakonuşmak	
23. Satış elemanının yoğun baskısına karşı koymak		23. Satış elemanının yoğun baskısına karşı koymak	
24. Umumi tuvalette idraryapmak		24. Umumi tuvalette idraryapmak	

8.2.Üstbilis Ölçeği

Bu anket kişilerin kendi düşüncelerine ilişkin inançlarını incelemektedir. Aşağıda bireyler tarafından ifade edilmiş bazı inanç maddeleri listelenmiştir. Lütfen her bir maddeyi okuyarak her birine ne kadar katıldığınızı uygun rakamı işaretleyerek belirtiniz (1: kesinlikle katılmıyorum; 2: kısmen katılmıyorum; 3: kısmen katılıyorum; 4: kesinlikle katılıyorum). Lütfen tüm maddeleri cevaplandırınız.

Bu ankette doğru ya da yanlış cevap bulunmamaktadır.

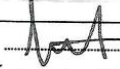






	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Endişelenmek gelecekteki problemlerden kaçınmama yardımcı olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
2. Endişelenmem benim için tehlikelidir.	(1)	(2)	(3)	(4)
3. Aklımdan geçenlerle çok uğraşırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
4. Endişe ede ede kendimi hasta edebilirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
5. Bir problem üzerinde düşünürken zihnimin nasıl çalıştığının farkındayım.	(1)	(2)	(3)	(4)
6. Eğer beni endişelendiren bir düşünceyi kontrol edemezsem ve bu gerçekleşirse, benim hatam olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
7. Düzenliliğimi sürdürebilmem için endişe etmeye ihtiyacım var.	(1)	(2)	(3)	(4)
8. Kelimeler ve isimler konusunda belleğime güvenim pek yoktur.	(1)	(2)	(3)	(4)
9. Ne kadar engellemeye çalışırsam çalışayım, endişe verici düşüncelerim devam eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
10. Endişelenmek kafamdaki düşünceleri düzene sokmama yardımcı eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
11. Endişe verici düşünceler aklıma geldiğinde onları görmezden gelemezdim.	(1)	(2)	(3)	(4)
12. Düşüncelerimi izlerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
13. Düşüncelerimi her zaman kontrol altında tutmalıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
14. Belleğim zaman zaman beni yanıltır.	(1)	(2)	(3)	(4)
15. Belirli düşüncelerimi kontrol etmediğim için cezalandırılacağım.	(1)	(2)	(3)	(4)
16. Endişelerim beni delirtebilir.	(1)	(2)	(3)	(4)
17. Düşündüğümün her an farkındayım.	(1)	(2)	(3)	(4)
18. Zayıf bir belleğim vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)
19. Dikkatim zihnimin nasıl çalıştığıyla meşguldür.	(1)	(2)	(3)	(4)
20. Endişelenmek bir şeylerin üstesinden gelmeye yardımcı eder.	(1)	(2)	(3)	(4)
21. Düşüncelerimi kontrol edememek bir zayıflık işaretidir.	(1)	(2)	(3)	(4)
22. Endişelenmeye başladığım zaman kendimi durduramam.	(1)	(2)	(3)	(4)
23. Endişelenmek problemleri çözmeye bana yardımcı olur.	(1)	(2)	(3)	(4)
24. Bir yerleri hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.	(1)	(2)	(3)	(4)
25. Belirli şeyleri düşünmek kötüdür.	(1)	(2)	(3)	(4)
26. Belleğime güvenmem.	(1)	(2)	(3)	(4)
27. Eğer düşüncelerimi kontrol edemezsem işlerimi sürdüremem.	(1)	(2)	(3)	(4)
28. İyi çalışabilmek için endişelenmeye ihtiyacım vardır.	(1)	(2)	(3)	(4)
29. Olayları hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.	(1)	(2)	(3)	(4)
30. Düşüncelerimi sürekli gözden geçiririm	(1)	(2)	(3)	(4)

MCQ-30 Questionnaire telif hakkı sahiplerinin izniyle araştırma amaçlı kullanılmaktadır [Kaynak: Wells, A & Cartwright-Hatton, S. (2004). Beh.Res.and Therapy, 42; 385–396.]. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması için Tosun, A., & Irak M. (2008). Üstbilis Ölçeği-30'un Türkçe uyarlaması, geçerliği, güvenilirliği, kaygı ve obsesif-kompulsif belirtilerle ilişkisi. Türk Psikiyatri Dergisi, 19(1), 67-80.

8.3. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel Bilgi Formu	
<p>Bu araştırma sosyal kaygı düzeyi ile üstbilgi düzeyi arasındaki ilişkiyi saptayabilmek amacıyla yapılmaktadır. Sonuçlar sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Hakkınızdaki kişisel bilgiler gizli tutulacak ve herhangi bir kurum ile paylaşılmayacaktır. Katılımınız için teşekkürler.</p> <p>Seyla ÇİÇEKÇİ (Çağ Üniversitesi Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi)</p>	
1. Kaç yaşındasınız?	
2. Cinsiyetiniz? <input type="checkbox"/> Erkek <input type="checkbox"/> Kadın	
3. Anne ve babanızın medeni durumu nedir?	
<input type="checkbox"/> Evli <input type="checkbox"/> Boşanmış <input type="checkbox"/> Annem hayatta değil <input type="checkbox"/> Babamhayatta değil	
4. Kaç kardeşsiniz? (Kendinizi ile birlikte belirtiniz.)	
5. Babanızın eğitim düzeyi nedir?	
<input type="checkbox"/> Okuma yazma bilmiyor <input type="checkbox"/> İlkokul mezunu <input type="checkbox"/> Ortaokul mezunu <input type="checkbox"/> Lise mezunu <input type="checkbox"/> Üniversite mezunu	
6. Annenizin eğitim düzeyi nedir?	
<input type="checkbox"/> Okuma yazma bilmiyor <input type="checkbox"/> İlkokul mezunu <input type="checkbox"/> Ortaokul mezunu <input type="checkbox"/> Lise mezunu <input type="checkbox"/> Üniversite mezunu	
7. Babanız çalışıyor mu? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	
8. Anneniz çalışıyor mu? <input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır	

8.4. Etik Kurul Onayı

T.C. ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ TEZ/ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA İZİN/ETİK KURULU İZİNİ TALEP FORMU VE ONAY TUTANAK FORMU ÖĞRENCİ BİLGİLERİ			
T.C. NOBÜ	12745335430		
ADI VE SOYADI	SEYLA ÇİÇEKÇİ		
ÖĞRENCİ NO	291610016		
TEL. NO: LARI	505 808 22 98		
E - MAİL ADRESLERİ	sevlycicebi@hotmail.com		
ANA BİLİM DALI	PSİKOLOJİ		
PROGRAM ADI	PSİKOLOJİ TEZLİ YÜKSEK LİSANS		
BİLİM DALININ ADI	PSİKOLOJİ		
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	TEZ		
İSTENİLE BULUNDUĞU DÖNEMİN AT DÖNEMİN KAYDINI YAPILIP-YAPILMADIĞI / DÖNEMİ KAYDINI YENİLEMEDİM / YENİLEDİM.		
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER			
TEZİN KONUSU	ÖZEL BİR KURUMDA ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN GENÇLERİN SOSYAL KAYGI DÜZEYİ İLE ÖST BİLİŞ DÜZEYİ İLİŞKİSİ		
TEZİN AMACI	ÖZEL BİR KURUMDA ÜNİVERSİTE SINAVINA HAZIRLANAN GENÇLERİN SOSYAL KAYGI DÜZEYİ İLE ÖST BİLİŞ DÜZEYİ İLİŞKİSİ		
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Sosyal kaygı, kişinin bağlanımlarından değerlendirileceği bir veya birkaç sosyal ortamında belirgin bir şekilde kaygı ya da korku duygusudur. Son dönemlerde yapılan çalışmalarda sosyal kaygıya, üstbilgi katlı sağlığı görülmektedir. Üstbilgi, kişinin kendi zihinsel işlevleri ile olayların farkında olması ve bu süreçler üzerindeki aktif kontrolünü kapsayan bir sistemdir (Weiss 2009). Bu araştırmada üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri ile üstbilgi düzeyleri arasındaki ilişki incelenmektedir.		
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN BOKSÖRLER / KURUMLARIN ADLARI	Üniversite sınavına öğrenciler hazırlayan özel bir eğitim kurumu		
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AT BİLGİLER (KURUMUN ADI - ŞUBESİ / MÜDÜRLÜĞÜ - Lİ - LİSESİ)	Özel Armaç Dii Derhanesi		
YAPILACAK İSTEMEN ÇALIŞMANNIN İZİN ALINACAK İSTEMEN KURUMUN HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ BÖLÜMÜN HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANIN HANGİ KÖNÜLÜ SORU/ HANGİ ÖZEL/BAŞKA KİMLİKLERİNE UYGULANACAKI GİRİŞ AYRINTILI BİLGİLER	Üniversite sınavına hazırlanan İse 4 ve mezun öğrenciler çalışmaya dahil edilecektir.		
UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AT ARAŞTIRMAYI ÖLÇENLERİN BAĞLIKLARI HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAKI	Üstbilgi Ölçeği(MCQ-30), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu uygulanacaktır.		
EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR GİRİŞ AYRINTILI BİLGİLERİNLE BİRLİKTE KAÇ ADETSAYFA OLDUKLARINA AT BİLGİLER İLE AYRINTILI YOLGACAKTIR)	1) Üstbilgi Ölçeği (MCQ-30) 1 sayfa 2) Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği 1 sayfa 3) Kişisel Bilgi Formu 1 sayfa		
ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: Seyla ÇİÇEKÇİ	ÖĞRENCİNİN İMZASI: 	TARİH: 02.04/2018	
TEZ/ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU			
1. Seçilen konu Bilim ve İy. Dünyasına katkı sağlayabilecektir.			
2. Anılan konu faaliyet alanı içerisinde girmektedir.			
1. TEZ DANIŞMANININ ONAYI	2. TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)	SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI	A.B.D.BASKININ ONAYI
Adı - Soyadı: Selen KÖZLÜZ Unvanı : Prof. Dr. İmzası :  02.04/2018	Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20.....	Adı - Soyadı: Muzet KOC Unvanı : ...Doç. Dr. İmzası :  02.04/2018	Adı - Soyadı: Selen KÖZLÜZ Unvanı : Prof. Dr. İmzası :  02.04/2018
ETİK KURULU ASİL ÜYELERİNE AIT BİLGİLER			
Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN Unvanı : Prof. Dr. İmzası :  02.04/2018 Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asil üye	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN Unvanı : Prof. Dr. İmzası :  02.04/2018 Etik Kurulu Jüri Asil üyesi	Adı - Soyadı: Deniz AYRUR GÜLER Unvanı : Prof. Dr. İmzası :  02.04/2018 Etik Kurulu Jüri Asil üyesi	Adı - Soyadı: A.E. Engin OBA Unvanı : Prof. Dr. İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Asil üyesi
Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Yedek üyesi	Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Yedek üyesi	Adı - Soyadı: Mustafa Tewfik ODBAN Unvanı : Prof. Dr. İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Asil üyesi	Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Yedek üyesi
Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Yedek üyesi		Adı - Soyadı: Unvanı : İmzası : / / 20..... Etik Kurulu Jüri Yedek üyesi	
OY BİRLİĞİ İLE <input type="radio"/>		OY ÇOKLUĞU İLE <input type="radio"/>	
Çalışma yapılacak olan tez için uygulanacak olduğu Anketleri/ Formları/Ölçekleri/Öz. Üniversite Etik Kurulu A.B.D. Jüri üyelerince incelenmiş olup, 02.04/2018-22/04/2018 tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli izin verilmesi tarafımızca uygundur.			
AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRÜNE ONAYLATILARAK ENSTİTÜ SEKRETERLİĞİNE TESLİM EDİLECEKTİR.			
EKLER: (1) Sayfa ...Üstbilgi Ölçeği ve 1 sayfa Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği. Sayfa Anket. (1...) Sayfa ...Kişisel Bilgi Formu..... Formlar.			

503E-1392

8.5. Kurum Onay Formu



TÜRKİYE CUMHURİYETİ
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜNE
MERSİN

Okulumuzda Psikoloji Anabilim Dalında yüksek lisans öğrencisi olan Seyla Çiçekçi'nin kurumumuz öğrencilerine Üstbiliş ölçeğini (ÜBÖ-30), Liebowitz Sosyal Kaygı ölçeğini ve kişisel bilgi formunu uygulaması konusunda izin veriyorum.

30.04.2018

Şahdi ALYENİ