

Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçlarının ve Sosyal Kaygılarının, Mükemmeliyetçilik Tutumlarını Yordaması

*

Y. Cenk Kiper *

* Ph.D,M.D. Büyükdere Caddesi, 56/7 Mecidiyeköy/Şişli /İstanbul /Türkiye
E-Posta: drckenkiper@gmail.com

Öz

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve sosyal kaygılarının mükemmeliyetçilik tutumlarını yordayıp yordamadığını ortaya koymaktır. Bu nedenle bu araştırmanın problemi, üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve sosyal kaygılarının mükemmeliyetçilik tutumlarını yordaması oluşturmaktadır. Bu çalışmada, genel tarama modelinin türlerinden birisi olan ilişkisel tarama türü kullanılmıştır. Bu araştırmanın çalışma grubunu, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu 226 (%77.4) kız, 66'si (%22.6) da erkek olmak üzere, toplam 292 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla kişisel bilgi formu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Yeni Psikolojik İhtiyaçları Değerlendirme Ölçeği ve Sosyal Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygıları ile mükemmeliyetçilik tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Tekniği uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygılarının, mükemmeliyetçilik tutumlarına ilişkin varyansının ne kadarını yordadığını ortaya koymak için çoklu regresyon analizinin, stepwise tekniği uygulanmıştır. Bu çalışmadan elde edilen sonuçlara göre ise, psikolojik ihtiyaçların alt boyutları ile mükemmeliyetçiliğin alt boyutları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkiler vardır. Ayrıca sosyal kaygı ölçeğinin alt boyutları ile Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeğinin alt boyutları arasında da anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yapılan regresyon analizi sonuçlarına göre ise, psikolojik ihtiyaçlar ve sosyal kaygı mükemmeliyetçiliğin önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur. Elde edilen bulgular ilgili literatür doğrultusunda tartışma ve önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Kaygı, Mükemmeliyetçilik ve Psikolojik İhtiyaçlar

Predicting College Students Perfectionism Attitudes by Psychological Needs and Social Anxiety

*

Abstract

Aim of this study is to reveal whether psychological needs and social anxiety levels of university students predict their perfectionist attitudes. Relational screening method was used in this study. Participants consist of university students study in Necmettin Erbakan University-Ahmet Keleşoğlu Educational Faculty and the number of participants are 292 university students while 226 (77.4 %) of them women. To collect data Personal information form, Multidimensional Perfectionism Scale, New Needs Assessment Questionnaire and Social Anxiety Scale were used. To reveal the associations between psychological needs, social anxiety and perfectionism Pearson product-moment correlation analysis was used. Further, to investigate predictive power of psychological needs and social anxiety on perfectionist attitudes of university students stepwise multiple regression analysis was used. Findings of study indicate that there is positive and significant correlations between the subdimensions of New Needs Assessment Questionnaire and subdimensions of Multidimensional Perfectionism Scale. Also there is significant correlations between subdimensions of Social Anxiety Scale and subdimensions of Multidimensional Perfectionism Scale in university student sample. In addition, regression analysis showed psychological needs and social anxiety were significant predictors of perfectionism of university student. Lastly, findings of study were discussed in the light of literature and suggestions were given.

Keywords: *Social Anxiety, Psychological Needs, Perfectionism*

Giriş

İnsanlar sürekli olarak ideal olan davranışı sergilemek isterler. İnsanlardan bazıları ideale ulaşma ihtiyaçlarını sağlıklı yollardan doyurarak ulaşırken bazıları için ise, ideale ulaşmak ve daha mükemmelere ulaşmak tek koşuldur. Onlar için mükemmelere ulaşmadıkça ortada bir başarı yoktur ve kendilerini sürekli baskı altında hissederler. Bu nedenle bu araştırma ile üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygı düzeylerinin; onların mükemmeliyetçilik tutumları ile ilgili varyanslarını ne kadar yordadığını saptamaktır. Bu saptamaya ulaşabilmek için üniversite öğrencileri psikolojik ihtiyaçları nasıl hissediyorlar ve psikolojik ihtiyaçların neler olduğuna dair analizler yapılacak ve bu ihtiyaçlar karşılanırken öğrencilerde sosyal kaygı nasıl oluşuyor sorusuna cevap aranacak ve son olarak da hem psikolojik ihtiyaçlar hem de sosyal kaygının mükemmeliyetçilik tutumunun oluşmasına olan katkıları ile ilgili analizler yapılacaktır.

Psikolojik ihtiyaçların hissedilmesi döngüsel bir süreçtir. İlk olarak ihtiyaç hissedilir, sonra birey ihtiyacı doyurmak için harekete geçer ve daha sonra bireyde rahatlatma görülür (Eysenck, Arnold ve Meili, 1972). Bu döngüsel sürecin işleminde bireysel farklılıklar göze çarpabilir. Çünkü ihtiyaçların hissedilmesinde bireysel farklılıklar söz konusudur ve bir ihtiyaç karşılandığı zaman, karşılanan ihtiyaç tekrar hissedilebilir. Bu aşamada üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının hissedilmesinde ve ihtiyaçların tekrarlanmasında, öğrencilerin psikolojik ihtiyaçların hangilerini daha fazla hissettikleri önemlidir. Çünkü psikolojik ihtiyaçlarla ilgili kuramlarda ihtiyaç sınıflamaları arasında hem birbirinden farklı ihtiyaçlar hem de benzerlikler göze çarpmaktadır. Murray (1938) başarı, uyarılık, özerklik, yakınlık, duyguları anlama, ilgi görme, başatlık, kendini suçlama, sebat gibi temel psikolojik ihtiyaçları sıralamıştır (Calvin vd., 1985; Kesici, 2008). Maslow (1954) psikolojik ihtiyaçları, fizyolojik, güvenlik, sevmek ve ait olmak, saygı ve kendi gerçekleştirme olarak sınıflamıştır. Edwards psikolojik ihtiyaçları, başarı, uyarılık, düzen, gösteriş, özerklik, yakınlık, duyguları anlama, ilgi görme, başatlık, kendini suçlama, şefkat gösterme, değişiklik, sebat, karşı cinsle ilişki ve saldırganlık olarak sınıflamıştır (Kuzgun, 1985).

McClelland başarı ihtiyacı ile ilgili teori geliştirmiştir. Glasser (1998) psikolojik ihtiyaçları, yaşama, ait olma, güç, özgürlük ve eğlence olarak sınıflamıştır. Deci ve Ryan ise psikolojik ihtiyaçları, yeterlik ilişki ve özerklik olarak sınıflamışlardır (Deci ve Ryan, 1985; Ryan, 1995; Ryan ve Deci, 2000a). Heckert, Cuneio, Hannah, Adams, Droste, Mueller vd. (2000) psikolojik ihtiyaçları, başarı, ilişki, özerklik ve başatlık olarak sınıflamışlardır. Bu sınıflamalar analiz edildiğinde, özellikle üniversite öğrencileri farklı zamanlarda ve farklı ortamlarda bu ihtiyaçları hissedebilir. Öğrenciler açısından üç noktanın altı çizilmelidir. Zaman, ortam ve beklenti. Üniversite öğrencileri açısından zaman önemlidir. Çünkü ergenlik sonu, gençlik dönemi başlangıcıdır ve bu geçiş dönemi psikolojik ihtiyaçları ve sosyal ilişkileri farklılaştırabilir. Üniversite öğrencilerin buldukları ortam hem sosyal ortam hem de okul ortamı ihtiyaçları ve sosyal ilişkileri farklılaştırabilir. Üniversite öğrencilerinin yaşamdan beklentileri ve öğrencilerin ailelerinin, öğretmenlerinin ve arkadaşlarının beklentileri de ihtiyaç ve sosyal ilişkilerini farklılaştırabilir. Bu farklılıkların kaynağını tespit etmek için yapılan araştırmalara bakıldığında, Kesici (2015) psikolojik ihtiyaçların insani değerleri yordadığı, Grolnick, Ryan ve Deci (1991) ebeveynlerle çocukların birlikte yaptıkları aktivitelerin, çocukların özerk davranışlarını yordadığını, Vlachopoulos ve Michailidou (2006) iletişim ihtiyacı, sevgi ve kendisini o gruba ait hissetme ihtiyacının önemi, Ntoumanis, Edmunds ve Duda (2009) yakın ilişki ihtiyacı için, koşulsuz sevgi ve kabulün önemli olduğu, Çankaya (2009) temel psikolojik ihtiyaçların doyumunun da öznel iyi olmayı olumlu etkilediğini, İlhan ve Özbay (2010) içsel amaçların, öznel iyi oluşu dışsal amaçlardan daha fazla yordadığını, Türkddoğan ve Duru (2012) öğrencilerin en yüksek doyumunu sevgi ve ait olma ihtiyacından algıladıklarını, Çivitçi (2012) yaşam doyumunun yüksek olduğu öğrencilerde başarı ihtiyacı yaşam doyumunun düşük olanlarından daha fazla olduğuna dair sonuçlar ortaya çıkmıştır.

Araştırmalardan elde edilen sonuçlar da gösteriyor ki öğrencilerin psikolojik ihtiyaçları ve karşılanma şekilleri farklılık gösteriyor. Bu farklılıkların en önemlilerinden birisi de öğrencilerin sosyal ortamlarda ihtiyaçlarının karşılanması ve bireylerin gruplar içerisindeki süreçlerde ihtiyaçlarının anlaşılmasıdır (Sheldon ve Bettencourt, 2002). Grup içerisindeki psikolojik ihtiyaçlar karşılanırsa, öğrenci sosyal ortamlarda daha rahat ve huzurlu olur. Aksine, psikolojik ihtiyaçlar karşılanmaz ise,

öğrenci sosyal ortamlardan kaçmaya, kendisini değersiz olarak algılamaya ve sürekli eleştiriliyormuş gibi hissetmeye başlayabilir (Özbay ve Palancı, 2001). Kısacası öğrencilerde görülen bu durum sosyal kaygıdır. Sosyal kaygı ve sosyal kaygı bozukluğu sosyal durumlarla ilişkili gerilim, endişeli beklenti ve korku duyguları ile tanımlanır (Furmark, 2002). Sosyal kaygının belirgin bir özelliği de duygusal bastırma ve uyumsuz duygu düzenlemesidir (Kashdan ve Breen, 2008; Kashdan ve Steger, 2006; Werner, Goldin, Ball, Heimberg ve Gross, 2011). Sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerde; akademik, sosyal ve mesleki alanlarda olumsuz sonuçlar (Acarturk, Graaf, Straten, Have ve Cuijpers, 2008; Cuthbert, 2002) ve yaşam kalitesinde düşme görülebilir (Fehm, Beesdo, Jacobi, ve Fiedler, 2008; Kessler, 2003; Wittchen, Fuetsch, Sonntag, Muller ve Liebowitz, 2000). Sosyal durumlarda eleştirilme korkusu sosyal kaygı bozukluğunun temel özelliğidir (Stopa ve Clark, 1993).

Öğrenciler psikolojik ihtiyaçlarını eksiksiz olarak karşılamak ve buldukları ortamlarda daha aktif olabilmek için, en doğru davranışı sergilemek isterler. Öğrencilerin bir kısmı en doğru davranışı sergilemeye çalışır ve sergileyemezse kendini baskı altında hissetmez ve bir daha denemeye kalkar. Bir kısım öğrencilerde en doğru davranışı sergilemek ister ve kendini baskı altında hisseder. Tam o anda öğrencide mükemmeliyetçilik oluşabilir. Psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak ister ve karşılayamazsa kendini baskı altında hissedebilir. Psikolojik ihtiyaçlarını karşılamak için sosyal ortamlara girer. Ama bu sosyal ortamlarda ihtiyaçlarını karşılarken, kendisine dair oluşturduğu değersizlik duygusu ve eleştirilme kaygısından dolayı sosyal ortamlardan kaçınmaya başlar ve kuruntu geliştirtirir. En iyisini en mükemmelini yaparsam, hem (psikolojik) ihtiyaçlarımı eksiksiz karşılarım hem de kendimi daha değerli hissederim ve beni hiç kimse eleştiremez diye düşünür. Bu düşüncelerin baskısı altında kalan öğrencide mükemmeliyetçilik oluşmaya başlamıştır.

Mitchelson (2009) mükemmeliyetçiliği, yüksek standartlara ulaşabilme çabası olarak ifade eder. Mükemmeliyetçiliği tetikleyen düşünce hatası, kutuplaşmış düşüncelerdir ve mükemmeliyetçilik mükemmeliyetçi aile ve çocuk arasında gerçekleşen etkileşimle öğrenilir (Burns, 1980). Sosyal olarak saptanmış mükemmeliyetçilikte, diğer kişiler tarafından belirlenmiş standart ve beklentileri elde etmek için algılanan ihtiyacı içerir

(Hewitt ve Flett, 1991). Mükemmeliyetçilik çelişkili ya da koşullu onay sonucunda da oluşabilir. Çocuklar ailelerinin tutarsız davranışlar ve çelişkili onay durumlarında, diğer insanlardan kaynaklanan sürekli standartların mahrumiyetini gidermek için kendilerine akılcı olmayan standartlar belirleyebilirler. Koşullu onay koşulsuz onaydan çok daha büyükse problem söz konusu olabilir. Aile eğer koşullu onaya çok başvuruyorsa çocuklar performanslarına çok aşırı değer verip kendilerini küçümseyebilirler (Hamachek, 1978). Özetle mükemmeliyetçilikle ilgili alan yazını incelendiğinde; depresyon (Bieling, Israeli ve Antony, 2004); stres (Bieling, Israeli ve Antony, 2004) test anksiyetesi (Bieling, Israeli ve Antony, 2004); benlik saygısı (Luyten, Kempke, Van Houdenhove, Goossens, Bekaert, 2011; Zhang ve Cai, 2012); psikolojik iyi oluş (Butt, 2010); A Tipi davranış (Flett, Panico ve Hewitt, 2011); akran kurbanlığı (Miller ve Vaillancourt, 2007); sosyal kaygı (Nepon, Flett, Hewitt ve Molnar, 2011) ve akademik erteleme (Seo, 2008) gibi kavramlarla da ilişkili olduğu çeşitli araştırmalarla ortaya konulmuştur.

Kısacası, üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygı düzeylerinin, öğrencilerin mükemmeliyetçilik tutumlarını yordayıp yordamadığı bu araştırmanın problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve sosyal kaygılarının mükemmeliyetçilik tutumlarını yordayıp yordamadığını ortaya koymaktır.

Araştırmanın temel amacına ulaşabilmek için aşağıdaki alt problemlere cevap aranacaktır.

Alt Problemler

1. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Düzen alt boyutunu yordamakta mıdır?
2. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Alt boyutlarının, Çok Boyutlu

-
- Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Hatalara Aşırı İlgili alt boyutunu yordamakta mıdır?
3. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Şüphe alt boyutunu yordamakta mıdır?
 4. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Aile Beklentisi alt boyutunu yordamakta mıdır?
 5. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Ailesel Eleştiri alt boyutunu yordamakta mıdır?
 6. Üniversite Öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin Kişisel Standartlar alt boyutunu yordamakta mıdır?

Yöntem

Bu bölümde araştırmanın modeli, çalışma grubu, verilerin toplanmasında kullanılan ölçme araçları ve verilerin analizine ilişkin açıklamalar yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, genel tarama modelinin türlerinden birisi olan ilişkisel tarama türü kullanılmıştır. Genel tarama modelleri, geçmişte ya da içinde bulunduğumuz anda var olan bir durumun, olduğu gibi yansız ve tarafsız olarak, betimlenmesini amaçlayan araştırma modelidir. Bu modelin en dikkat çeken özelliği ise, var olanı değiştirmeden olduğu gibi gözlemleyebilmektir. İlişkisel tarama modelinde ise, birden fazla değişken arasındaki birlikte değişim olup olmadığını, eğer değişim var ise değişimin derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modellerinden birisidir (Karasar, 2008).

Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubu 226'sı (%77.4) kız, 66'si (%22.6) da erkek olmak üzere, toplam 292 öğrenciden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgi Formu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Yeni Psikolojik İhtiyaçları Değerlendirme Ölçeği ve Sosyal Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan bu veri toplama araçlarına ilişkin tanıtıcı bilgiler aşağıda verilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Kişisel bilgi formu, üniversite öğrencilerinin kişisel özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Kişisel Bilgi Formu ile üniversite öğrencilerinin cinsiyet bilgilerini içeren soruya yer verilmiştir.

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (ÇBMÖ): Çok boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Türkçe'ye uyarlanması Özbay ve Taşdemir (2003) tarafından yapılmıştır. Frost ve arkadaşları tarafından tanımlanan mükemmeliyetçilik eğilimleri geliştirmiş oldukları 35 maddelik Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği'nin alt ölçek ve toplam puanları ile değerlendirilmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanması çalışması farklı fen liselerinde eğitim gören 489 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Karşıt tercüme işlemlerinden sonra, testin geçerliliğine ilişkin çalışmalar yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda yapı geçerliliğine dayalı olarak yapılmıştır. Faktör analizi sonucunda yapı geçerliliği konusunda bulgular elde edilmiştir. Faktörlenebilirlik incelemesinden sonra, 35 maddelik mükemmeliyetçilik tutumlarına ilişkin ölçeğin, orijinal çözümlemesine benzer olarak 6 faktör çözümlemesi içerisinde açıklanabilirliği belirlenmiştir. Orijinal ölçekten farklı olarak 4. ve 34. maddeler farklı faktör yapıları içerisinde açıklanmışlardır. Düzen/Terip, Davranışlardan Şüphe, Ebeveynsel Eleştiri, Hatalara Aşırı İlgi, Aile

Beklentileri ve Kişisel Standartlar olarak yorumlanan ve adlandırılan faktörler toplam varyansın 47.8'ini açıkladığı belirlenmiştir. Testin güvenilirliği maddeler arası iç tutarlılık yöntemiyle gerçekleştirilmiş ve alfa değerlerinin genel ve alt testler için .63 ile .87 arasında değiştiği bulunmuştur. Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .80 bulunmuştur. ÇBMÖ olarak kısaltılan testin bireylerin mükemmeliyetçilik tutumlarını geçerli ve güvenilir olarak ölçebileceği konusunda psikometrik sonuçlar elde edilmiş ve tartışılmıştır (Özbay ve Mısırlı Taşdemir, 2003).

Yeni Psikolojik İhtiyaçları Değerlendirme Ölçeği (YPİDÖ): Yeni psikolojik ihtiyaçları değerlendirme ölçeği, Heckert vd. (2000) tarafından geliştirilmiş olup Yeni Psikolojik İhtiyaç Değerlendirme Ölçeğinin (YPİDÖ) üniversite öğrencilerinden oluşan bir grup üzerinde geçerlik ve güvenilirliği, Kesici (2008) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin maddeleri psikolojik ihtiyaçlarla (başarı, ilişki, özerklik ve başatlık) ilgilidir. YPİDÖ'nün yapı geçerliği ve faktör yapısını incelemek amacı ile doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için, Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı uygulanmıştır. YPİDÖ'nün ölçüt bağıntılı geçerliği için korelasyon katsayısına bakılmıştır. Ölçeğin içsel tutarlılık katsayısı .80 bulunmuştur. YPİDÖ'nün ölçüt-bağıntılı geçerliği için "Kişisel Tercih Anketi" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara dayanarak 20 maddelik orijinal ölçeğin Türkçe formunun dil eşdeğerliliğine sahip, güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu bulunmuştur.

Sosyal Kaygı Ölçeği: Ölçek, Özbay ve Palancı (2001) tarafından bireylerin sosyal kaygı içerikli sorunları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, bireylerin sosyal durumlarına uygun becerilerini ve bu durumlarda oluşabilecek kaygılarını ölçebilecek yapıda hazırlanmıştır. Test kriter ve yapı geçerliğine tabi tutulmuştur. Kriter geçerliği için SCL-90 ölçeğinin ilgili beş ölçeği, Rathus Atılganlık Envanteri ve MMPI testinin içedönüklük alt testi kullanılmıştır. Yapı geçerliğine yönelik faktör analizi sonucunda da 30 maddelik üç faktörlü bir test yapısı oluşmuştur. Bu üç faktör, sosyal kaçınma, eleştirilme kaygısı ve bireysel değersizlik olarak adlandırılmıştır. Üç faktörün açıkladığı toplam varyans % 32.9'dur. Test içi tutarlılık yöntemi ile hesaplanan Cronbach Alfa değeri .83'tür. Test likert

tipi olup 0-4 aralığında derecelendirmeye sahiptir. Alınan puanların yükselmesi sosyal kaygı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri 2014-2015 eğitim öğretim yılında Necmettin Erbakan Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim fakültesinden toplandı. Öğrencilere çalışmanın amacı ile ilgili bilgi verildi. Daha sonra öğrencilerden gönüllü olanların öğrencilerin araştırmaya katılması istendi. Öğrencilere; “Kişisel Bilgi Formu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği, Yeni Psikolojik İhtiyaçları Değerlendirme Ölçeği ve Sosyal Kaygı Ölçeği”nin yer aldığı ölçek bataryası verildi. Öğrenciler bu ölçek bataryasını yaklaşık 60 ile 90 dakikalık bir süre içerisinde tamamladılar.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi için ilk olarak öğrencilerden toplanan ölçek bataryaları kontrol edildi. Ölçek bataryasından yanlış ve eksik doldurulan 14 batarya çıkarıldı ve daha sonra bataryada yer alan ölçeklerin alt boyutları ile ilgili puanlama yapıldı.

Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kayguları ile mükemmeliyetçilik tutumları arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Tekniği uygulanmıştır. Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygılarının, mükemmeliyetçilik tutumlarına ilişkin varyansının ne kadarını yordadığını ortaya koymak için çoklu regresyon analizinin, stepwise tekniği uygulanmıştır.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın amacına ve alt problemine uygun olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucu elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin düzen alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	p
A	.389	.151	.149	3.868	51.774**	.000
B	.413	.170	.165	3.831	29.648**	.000
C	.442	.195	.187	3.780	23.245**	.000

A Yordayıcı: Başarı.

B Yordayıcı: Başarı, Değersizlik Duygusu.

C Yordayıcı: Başarı, Değersizlik Duygusu, Sosyal Kaçınma.

**p<.01

Tablo 1’de görüldüğü gibi Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Başarı alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu ve Sosyal Kaçınma alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Düzenin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (p<.01). Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Düzen alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %14.9’unu açıklamaktadır. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Düzen alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %16.5’ini açıklamaktadır. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu ve Sosyal Kaçınma alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Düzen alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %18.7’sini açıklamaktadır.

Tablo 2’de görüldüğü gibi Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı ve Değersizlik Duygusu alt boyutları ile Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Başatlık ve İlişki alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Hatalara Aşırı İlginin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (p<.01). Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Hatalara Aşırı İlgi alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %21.3’ünü açıklamaktadır.

Tablo 2: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin hatalara aşırı ilgi alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	p
A	.464	.216	.213	5.271	79.735**	.000
B	.536	.287	.282	5.034	58.112**	.000
C	.554	.306	.299	4.973	42.416**	.000
D	.563	.317	.308	4.943	33.333**	.000

A Yordayıcı: Kritisize Kaygısı.

B Yordayıcı: Kritisize Kaygısı , Başatlık.

C Yordayıcı: Kritisize Kaygısı , Başatlık, Değersizlik Duygusu.

D Yordayıcı: Kritisize Kaygısı , Başatlık, Değersizlik Duygusu, İlişki.

**p<.01

Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritisize Kaygısı alt boyutu ve Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Hatalara Aşırı İlgi alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %28.2'sini açıklamaktadır. Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritisize Kaygısı alt boyutu, Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Hatalara Aşırı İlgi alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %29.9'unu açıklamaktadır. Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritisize Kaygısı alt boyutu, Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu, Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutu ve Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin İlişki alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Hatalara Aşırı İlgi alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %30.8'ini açıklamaktadır.

Tablo 3: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik tutum ölçeğinin şüphe alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	p
A	.54	.296	.294	3.019	121.965**	.000
B	.569	.324	.320	2.963	69.351**	.000

A Yordayıcı: Kritisize Kaygısı.
B Yordayıcı: Kritisize Kaygısı , Değersizlik Duygusu.

Tablo 3’de görüldüğü gibi Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı ve Değersizlik Duygusu alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Şüphenin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ($p < .01$). Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Şüphe alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %29.4’ünü açıklamaktadır. Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı alt boyutu ve Değersizlik Duygusu alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Şüphe alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %32’sini açıklamaktadır.

Tablo 4: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin aile beklentisi alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	p
A	.313	.098	.095	3.910	31.386**	.000
B	.411	.169	.163	3.759	29.364**	.000

A Yordayıcı: Başatlık.
B Yordayıcı: Başatlık, Kritize Kaygısı.

** $p < .01$

Tablo 4’de görüldüğü gibi Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Başatlık alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Aile Beklentilerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur ($p < .01$). Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Aile Beklentileri alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %9.5’ini açıklamaktadır. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Aile Beklentileri alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %16.3’ünü açıklamaktadır.

Tablo 5: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin ailesel eleştiri alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	P
A	.388	.151	.148	2.456	51.524**	.000
B	.453	.205	.200	2.380	37.286**	.000
C	.466	.217	.209	2.367	26.599**	.000

A Yordayıcı: Değersizlik Duygusu.

B Yordayıcı: Değersizlik Duygusu , Başatlık.

C Yordayıcı: Değersizlik Duygusu , Başatlık, Başarı.

**p<.01

Tablo 5’de görüldüğü gibi, Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu ve Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Başatlık ve Başarı alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Ailesel Eleştirinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (p<.01). Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Ailesel Eleştiri alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %14.8’ini açıklamaktadır. Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutu ve Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Ailesel Eleştiri alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %20’sini açıklamaktadır. Sosyal Kaygı Ölçeğinin Değersizlik Duygusu alt boyutu, Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık ve Başarı alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Ailesel Eleştiri alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %20.9’unu açıklamaktadır.

Tablo 6’da görüldüğü gibi, Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı ve Başatlık alt boyutları ile Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kritize Kaygısı ve Sosyal Kaçınma alt boyutları, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin alt boyutlarından olan Kişisel Standartların önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (p<.01). Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin Kişisel Standartlar alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %21.2’sini açıklamaktadır.

Tablo 6: Üniversite öğrencilerinin Yeni Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin alt boyutları ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin alt boyutlarının, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Tutum Ölçeğinin kişisel standartlar alt boyutunu yordamasına ilişkin regresyon analizi sonuçları

Model	R	R ²	R ² (Adj)	Standart Hata	F	p
A	.464	.215	.212	3.191	79.419**	.000
B	.502	.252	.247	3.120	48.742**	.000
C	.529	.280	.272	3.067	37.274**	.000
D	.543	.294	.285	3.041	29.943**	.000

A Yordayıcı: Başarı.

B Yordayıcı: Başarı, Kiritize Kaygısı.

C Yordayıcı: Başarı, Kiritize Kaygısı, Sosyal Kaçınma.

D Yordayıcı: Başarı, Kiritize Kaygısı, Sosyal Kaçınma, Başatlık.

**p<.01

Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu ve Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kiritize Kaygısı alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Kişisel Standartlar alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %24.7'sini açıklamaktadır. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu, Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kiritize Kaygısı ve Sosyal Kaçınma alt boyutları ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Kişisel Standartlar alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %27.2'sini açıklamaktadır. Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başarı alt boyutu, Sosyal Kaygı Ölçeğinin Kiritize Kaygısı ve Sosyal Kaçınma alt boyutları ve Yeni Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin Başatlık alt boyutu ile birlikte Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeğinin, Kişisel Standartlar alt boyutuna ilişkin toplam varyansın %28.5'ini açıklamaktadır.

Tartışma

Bireylerin psikolojik ihtiyaçlarının tespit edilmesi ve psikolojik ihtiyaçlarının farklı değişkenlerle ilişkilerinin analiz edilmesi (Bozgeyikli, 2002; Bozgeyikli, 2010; Büyükkaragöz ve Kesici, 1998; Doğan ve Kesici, 2015; Kesici, 2002; Kesici, 2006; Kesici, 2007; Kesici, 2014; Kesici, 2015; Şat, Doğan ve Amil, 2015; Yalçın ve Hamarta, 2013) ve öğrencilerin ihtiyaçlarının karşılanmasına yönelik rehberlik hizmetleri (Büyükeskil ve Kesici, 2013; Gürbüz ve Bozgeyikli, 2014; Herdem ve Bozgeyikli, 2013;

Sesli ve Bozgeyikli, 2015; Kesici, 2007; Yılmaz ve Kesici, 2014) ve en önemlisi de ihtiyaçlar konusunda geliştirilen bilinçli farkındalık (Özyeşil, Arslan, Kesici ve Deniz, 2011) bireylerin sosyal ortamlardaki kritize edilme, değersizlik duyguları ve sosyal kaçınmalarını engelleyecek ve bu nedenle de bireylerin mükemmeliyetçilik tutumlarını yoğun bir şekilde hissetmelerini engelleyebilir. Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçları ve sosyal kaygılarının mükemmeliyetçilik tutumlarının önemli bir yordayıcısı olması, mükemmeliyetçilik tutumunun çok boyutlu yapısı ile ilişkili olduğu söylenebilir (Bieling vd., 2004; Flett vd., 2011). Bununla birlikte sosyal kaygı ile mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilerde görülmektedir (Hamarta, 2009). Benzer olarak da psikolojik ihtiyaçlarla mükemmeliyetçilik arasında da ilişkiler bulunmuştur (Kesici, Özteke ve Kiper, 2012).

Başarı ihtiyacı ve değersizlik duygusu düzenin önemli bir yordayıcısı olması sonucu; öğrencilerin hem kendileri hem aileleri hem de sosyal ilişkilerinin daha planlı ve programlı olması için daha başarılı olma arzusu hissetmektedirler. Öğrenciler başarılı oldukça kendilerini daha değerli hissedecekler ve başarılı oldukça sosyal onay alacaklar ve kendilerini değerli hissedecekler ve benlik saygıları yükselecektir. Ryan ve Deci (2000b) bireylerin yeterin yeterlik ihtiyaçlarını karşıladıklarında kendilerini daha iyi hissedecekleri ve Deci, Ryan, Gagné, Leone, Usunov ve Kornazheva (2001) bireylerin yeterlik, ilişki ve özerklik ihtiyaçların karşılanmasıyla, bireylerde yardımlaşma, saygı ve güven duygusunun gelişebileceklerini belirtmeleri araştırma bulgusunu desteklemektedir. Benzer olarak, Kurtyılmaz (2011) öğrencilerinin benlik saygısı ve sosyal bağlılıklarının sosyal kaygılarını yordadığı, araştırma sonucu ile bu araştırmanın bulgusu paralellik taşımaktadır. Beidel ve Turner (2007) sosyal kaygının yabancı kişilerle sosyal ilişki kurarken, performans gerektiren durumlarda ya da kişi değerlendirildiğini düşündüğünde, ortaya çıkar bir durum olduğunu belirtmesi araştırma sonuçlarını desteklemektedir. Tangney (2002) mükemmeliyetçi bireylerin sürekli kendilerini değerlendirdikleri ve bu değerlendirmelerin kural ve kritere dayanmadığını ifade etmesi araştırmanın bulgusu olan başarı ve değersizlik duygusunun düzeni yordamasını desteklemektedir. Mükemmeliyetçilerin aşırı düzen konusunda kendilerini baskı altına almaları sosyal ilişkileri konusunda kaygılarını artıracığı için, sosyal kaygıları olan

bireylerde; aile hayatı ve sosyal ilişkilerde (Lipsitz ve Schneier, 2000) aksaklıklar ortaya çıkabilir. Kısacası, Antony ve Swinson (2000) mükemmeliyetçi bireylerin en belirgin kişilik özellikleri arasında, yapacakları planı düzen ve listeye göre yapmak istemeleri ve plan ya da düzenin gerçekleşmesi konusunda aşırı ısrarcı olduklarını belirtmesi, araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Kritize kaygısı, değersizlik duygusu, başatlık ve ilişki ihtiyaçları, hatalara aşırı ilginin önemli bir yordayıcısı olarak bulunması sonucu; öğrencilerin değerlendirilmekten kaçınmaları, kendilerini yetersiz ve değersiz görmelerinden ve bu iki olumsuzluğun üstesinden gelmek için hem sosyal ortamlarda daha baskın olmak hem de yeni yakın ilişkiler kurmak için kendilerini hata yapmamaya yani kusursuz olmaya mecbur hissedebilirler. Sosyal kaygı yaşamamak ve eleştirilmemek için en küçük hatayı bile gidermek isterler ve kendilerini sürekli baskı altında hissederler. Tangney (2002) mükemmeliyetçi bireylerin aşırı şekilde yüksek standartlar oluşturdukları ve önceden belirlenmemiş bir kritere göre değerlendirme yapmayıp değerlendirme işine gereğinden fazla odaklandıkları ve değerlendirme konusunda da katı olmalarından dolayı mükemmeliyetçi olma özelliklerinin daha fazla olması araştırma bulgusunu desteklemektedir. La Greca ve Lopez (1998)'in, yüksek düzeyde sosyal kaygı, arkadaşlar tarafından daha az desteklenme duygusu ile ilişkili bulgusu, araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Torgrud, Walker, Murray, Cox, Chartier ve Kjernisted (2004) sosyal kaygısı olan bireylerin daha küçük sosyal ağlara sahip olmaları ve Davidson, Hughes, George ve Blazer (1994) yakın arkadaşlara sahip olmama ihtimalleri yüksek olduklarını belirtmesi araştırmanın bulgusunun daha iyi yorumlanmasına katkı sağlayabilir. Hamarta (2009) kişilerarası problem çözüme ve olumsuz değerlendirilme korkusu, probleme olumsuz yönelme, kendine güvenmeme, sorumluluk almama ve ısrarcı sebatkâr yaklaşımın yeni durumlarda sosyal kaygı ve huzursuzluğu yordadığı sonucu araştırma bulgularını desteklemektedir.

Kritize kaygısı ve değersizlik duygusu davranışlardan şüphenin önemli bir yordayıcısı olarak bulunması; öğrencilerin sosyal ortamlara dair gerçekleştirecekleri davranışlarla ilgili sürekli endişe duymaları ve kendileri ile ilgili değerlendirmelerinde olumsuz oldukları için sosyal or-

tamlara girmeme ve sosyal ortamlara girdiklerinde sergiledikleri davranışların tamamen yanlış olduklarını düşünmeye yol açabilir. Bu durum hem kişisel olarak güvensizlik hem de en ideale yani en mükemmeline ulaşabilme konusundaki standartların yükselmesine yol açabilir. Öğrenci hangi davranışın doğru hangi davranışın yanlış olduğu ile ilgili sürekli onay arama düşüncesi içerisinde olabilir. Tuncer ve Voltan-Acar (2006) mükemmeliyetçiliğin çoğunlukla, sevgi, kabul görme veya reddedilmeme ve onaylanma ihtiyaçlarını gidermek için başladığı ve bu bireylerin düşük düzeyde benlik saygısı olduğu ve daha kolay etki altında kalabildiklerini belirtmesi, davranışlardan şüpheyi yordayan kritize etme ve değersizlik duygusunun içeriğini anlamamıza katkı sağlayabilir. Leary ve Kowalski (1997) sosyal kaygısı olan bireylerin diğer insanların düşünceleriyle ilgilenildikleri ve diğer insanların kendileri hakkındaki düşüncelerine oldukça fazla önem verdiklerini ifade etmesi bireylerin davranışlarından nasıl şüphe ettikleri ve kuruntunun nasıl oluştuğunu açıklamaya yardımcı olan ve araştırma bulgusunu destekleyen bir görüştür. Antony ve Swinson (2000) mükemmeliyetçi bireylerin, yaptıkları veya yapacakları eylemlerden emin olmak isterler ve sürekli kontrol ettikleri ve yaptıklarının doğru olduğuna dair onay aradıklarını ve ilaveten bu kişilerin karar vermekte zorluk çektiklerini ve sürekli erteleme davranışı içerisinde bulduklarını ifade etmesi araştırma bulgusunu desteklemektedir. Yine benzer bir çalışmada ise, Hamarta (2009) sosyal kaygının olumsuz değerlendirilme korkusu ile davranışlardan şüphe arasında pozitif ilişki bulgusu araştırma sonucu ile paralellik taşımaktadır. Antony ve Swinson (2000) mükemmeliyetçi bireylerin sıklıkla, sergiledikleri eylemleri olması gerektiğinden daha fazla kontrol altına almaya çalıştıkları ve bu nedenle, sorumluluklarını artırdıklarını ve kontrol düzeylerini daha fazla artırdıkları içinde hata yapmaktan kaçınmak içinde kaçınma davranışı sergilediklerini ifade etmesi araştırma bulgusunu destekleyen önemli bir katkıdır. Öztürk (2004) etkileşim ve izlenme kaygısı üzerinde, onay ihtiyacı, dinleyicilere atfedilen değer, olumsuz değerlendirilme korkusu ve benlik saygısının etkili olduğunu sonucu, davranışlardan şüphenin oluşmasına etki eden değişken olarak yorumlanabilir. Davranışlardan şüphe oluşmasına katkı sağlayan değişkenlerden birisi olan fonksiyonel olamayan inançlar üzerine Kalkan (2008)'in yaptığı çalışmada; mükemmeliyetçi tutumun; yalnızlıktan

kaçınma, gerçekçi olmayan ilişki beklentisi ile negatif yönde etkilediği sonucu araştırma bulgusunu desteklemektedir.

Başatlık ihtiyacı, kritize kaygısı, aile beklentilerinin önemli bir yordayıcısı olması bulgusu; öğrencilerin aile beklentilerinin mükemmeliyetçiliği öğrencilerinin buldukları ortamlarda daha önde olma arzuları ve eleştirilmekten kaçındıkları için mükemmel olma davranışı sergilemeleri ile açıklanabilir. Baltacı (2010)'nın kritize edilme kaygısı ile aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki bulgusu, araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Benzer bir şekilde, Hamarta (2009) sosyal kaygının olumsuz değerlendirilme korkusu ile ailesel beklentiler arasında pozitif ilişki bulgusu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Gilboa-Schechtman, Franklin ve Foa (2000) sosyal kaygısı olan bireylerin olumlu olayların olmasını daha az bekledikleri aksine sıklıkla olumlu sosyal olaylara, kaygısı olmayan bireylerden daha olumsuz tepkiler verdiklerini ifade etmeleri, kritize kaygısı ile ilgili bulguyu desteklemektedir. Araştırma bulgusunu destekleyen benzer bir görüş ise, Kashdan, Weeks ve Savostyanova (2011)'nin aşırı sosyal kaygının bireylerin ilişkilerinde bozulma ve sıkıntıya yol açabileceğini ve ilaveten olumlu olan sağlık fonksiyonlarında azalma görülebileceğini ifade etmesidir. Özellikle başatlık ihtiyacının hissedilmesi ise, öğrencilerin kritize kaygısından kurtulmak ve ortamlarda daha aktif olma isteği yatabilir. Çünkü sosyal kaygısı yüksel olan bireylerde; depresyon, yalnızlık ve diğer ruh sağlığı problemleri görülebilir (Safren, Heimberg, Brown ve Holle, 1996). Bu problemlere ilaveten, sosyal kaygısı olan bireyler fiziksel ve sözlü saldırılar, sakınma, alay, önemsememe, dedikodu gibi sözel şiddet ve akran kurbanlığının en önemli olumsuz sonuçlarını yaşayabilirler (Roth, Coles ve Heimberg, 2002). Öğrencilerin yukarıda belirtilen bu durumları aşmaları ve ailelerinin istediği gibi bir birey olması için hem sosyal ortamlarda baskın olmaları hem de eleştirilerle ilgili kaygı yaşamaması için psikolojik ihtiyaçlarını karşılaması ve sosyal kaygı düzeyini düşürmesi gerekmektedir. Aksi takdirde kaçınılmaz sonuç mükemmeliyetçilik olabilir.

Değersizlik duygusu, başatlık ve başarı ihtiyaçları, ailesel eleştirinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunması, öğrencilerin ailesel eleştirileri önemsedikleri ve kendilerinin değersizlik duygularına inandıkları ve

ailelerini üzmemek için hem başatlık hem de başarı ihtiyaçlarını hissettikleri söylenebilir. Özellikle, Van Amerigen, Mancini ve Farvolden (2003) sosyal fobisi olan çocukların, düşük akademik beceri ve okulu erken yaşta bırakma gibi davranışların görülebileceğini belirtmeleri araştırma bulgularından başarı ihtiyacının ailesel eleştiriyi yordaması sonucunu destekleyebilir. La Greca ve Lopez (1998) yaptıkları çalışmada, sosyal fobi deneyimi yaşayan çocukların, yaşamayanlara göre daha düşük düzeyde de arkadaşlık, samimiyet ve akran desteğine sahip oldukları sonucu, çocukların kendilerini değersiz gördükleri için akran ilişkilerinden nasıl kaçındıklarını açıklamakta ve araştırma bulgularını desteklemektedir. Ceylan (2011) sosyal kaygının en iyi yordayıcısının erken dönem uyumsuz şemalardan başarısızlık şeması olduğu sonucu, öğrencilerin başarısızlıktan kaçınmak için başarı ihtiyacı hissetmeleri sonucunu destekleyen araştırma bulgusudur. Kurtyılmaz (2011)'ın, benlik saygısı yükselip, sosyal bağlılık duygusu güçlendikçe sosyal kaygıları azalmakta olduğu araştırma bulgusu değersizlik ve aile arasındaki ilişkiyi açıklaması açısından araştırma bulgusunu desteklemektedir. Benzer bir şekilde araştırma bulgularını destekleyen diğer bir çalışmada ise, Baltacı (2010)'nın, değersizlik duygusu ile aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki olduğu bulgusu araştırmanın sonuçlarını desteklemektedir. Hamarta (2009)'nın, sosyal kaygının olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaçınma ve huzursuzluk duyma ile ailesel eleştiriler arasında pozitif ilişki olduğu sonucuna dair araştırmadır.

Başarı ve başatlık ihtiyacı ile kritize Kaygısı ve sosyal Kaçınma, kişisel Standartların önemli bir yordayıcısı olarak bulunması sonucu, mükemmeliyetçilik tutumunun ana tetikleyicisi olan yüksek standartların bir göstergesidir. Çünkü standartlarını yükselten öğrenci hem başarılı olmak ve sosyal ortamlarda baskın olma ihtiyacı hissedecek hem de eleştiriden kaçınmak ve sosyal ortamlardan uzaklaşmamak için kusursuz olup standartları yükseltip sosyal ortamlara girme arzusu öğrencilerde baskı oluşturup mükemmeliyetçiliğe yol açabilir. Tangney (2002) mükemmeliyetçi bireylerin, katı ve yüksek standartlar oluşturduklarını ve değerlendirme sürecine çok fazla yöneldiğini ve mükemmeliyetçi olmayanların öz-değerlendirmesini kriterlere uygun olarak yaparken, mükem-

meliyetçilerin değerlendirme sürecini zorunlu iş olarak gördüklerini belirtmesi araştırma bulgusunu desteklemektedir. Antony ve Swinson (2000) mükemmeliyetçilerin yaşamlarındaki olayları olduğundan daha fazla kontrol ettiklerini ve mükemmeliyetçilerin görevlerinde aşırı sorumluluk sahibi olduklarını ifade etmesi araştırma bulgusunu desteklemektedir. Torgrud vd. (2004) sosyal olarak kaygılı bireyler daha küçük sosyal ağlara sahip olduklarını ifade etmesi, araştırmanın bulgusunu olan sosyal kaçınmanın kişisel standartları yordamasını destekleyen bir görüştür. Hamarta (2009) sosyal kaygının olumsuz değerlendirilme korkusu ile kişisel standartlar arasında pozitif ilişki saptadığı araştırma sonucu bu araştırmanın bulgusunu desteklemektedir. Araştırma sonucuna benzer bir katkı da, Baltacı (2010)'nın sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı ile aile, arkadaş ve öğretmenden algılanan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Kısacası hem psikolojik ihtiyaçlardan başarı, ilişki, özgürlük ve başatlık hem de sosyal kaygının değersizlik duygusu, kritize edilme kaygısı ve sosyal kaçınma boyutları arasında hem anlamlı düzeyde ilişkiler hem de yordayıcı ilişkiler görülmüştür. Buda gösteriyor ki hem psikolojik ihtiyaçlar hem de sosyal kaygı mükemmeliyetçiliği tetiklemektedir.

Öneriler

1. Öğrencilerde mükemmeliyetçilik tutumlarının sorun oluşturması için ebeveynler ve öğretmenler öğrencilerin başarı ihtiyaçlarını karşılamak için önceden belirlenmiş bir plan ve düzen oluşturmalı ama bu düzen aksadığı zamanlarda öğrencileri baskı altına almamalıdır ve öğrencilere düzen konusunda aşırı ısrarcı olmamalıdır.
2. Ebeveynler ve öğretmenler öğrencilerinin başarı ihtiyaçlarını karşılayıp, öğrencilerinin mükemmeliyetçilik rahatsızlığı gelişmemesi için, onların hatalarını yani olumsuzluklarını değil olumlu özelliklerini ve başarılarını pekiştirmelidirler.
3. Ebeveynler ve öğretmenler öğrencilerde şüpheciliğin gelişmemesi için onlara güvenmelidirler ve güvendiklerini hissettirmelidirler.

4. Ebeveynler öğrencilerin başarılı olması konusunda aile beklentilerini düşük düzeyde tutmalıdırlar.
5. Öğrenciler kişisel standartlarını düşürmelidirler ve başarı ihtiyacını gidermek için kişisel standartlarını gerçekleştirilebilir ve ulaşılabilir hale getirmelidirler.
6. Öğrenciler ilişki ihtiyacını karşılamak için iletişime geçtikleri insanlarla belirli bir düzen ve program dâhilinde ilişki kurmayıp, diğer insanlarla daha spontan iletişime geçmelidirler.
7. Öğrenciler ilişki ihtiyaçlarını karşılarken, diğer insanlara güvenle ve koşulsuz olarak yaklaşmalıdırlar.

Kaynakça

- Acarturk, C., Graaf, R., Straten, A., Have, M. T. & Cuijpers, P. (2008). Social phobia and number of social fears, and their association with comorbidity, health-related quality of life and help seeking. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43(4), 273-279. <http://dx.doi.org/10.1007/s00127-008-0309-1>
- Antony, M. M. & Swinson R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik, Dost Sandığımız Düşman* (Çev: Aslı Açıkgöz). Kuraldışı Yayınevi: İstanbul.
- Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Sosyal Destek ve Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Konya.
- Beidel, D. C. & Turner, S. M. (2007). *Shy Children, Phobic Adults: Nature and Treatment of Social Anxiety Disorders* (2nd ed.). American Psychological Association: Washington, DC, USA.
- Bieling, P. J., Israeli, A. L. & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences*, 36, 1373-1385.
- Bozgeyikli, H., (2002) Üniversite Öğrencilerinin İlişkide Farkında Olma Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Karşılaştırılması, 14, s:127-142
- Bozgeyikli, H. (2010). The relationship between high school students' psychological needs and human value perceptions. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 9, 1798-1804.

- Büyükkaragöz, S. S. ve Kesici, Ş. (1998). Eğitimde öğretmenin rolü ve öğretmen tutumlarının öğrenci davranışları üzerindeki etkisi. *Milli Eğitim Dergisi*, 137, 68-73.
- Burns, D. D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 14, 34-52.
- Butt, F. M. (2010). The role of perfectionism in psychological health: A study of adolescents in Pakistan. *Europe's Journal of Psychology*, 4, 125-147.
- Büyükeskil, M. ve Kesici, Ş. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinin, sınıf rehber öğretmenlerinin ve rehber öğretmenlerin etkin öğrenme ile ilgili görüşleri. *OPUS-Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 92-136.
- Calvin, H. vd. (1985). *Introduction to Theories of Personality*. John Wiley&Sons: New York.
- Ceylan, H. (2011). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Yordanması*. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. İzmir.
- Cuthbert, B. N. (2002). Social anxiety disorder: Trends and translational research. *Biological Psychiatry*, 51, 4-10.
- Çankaya, Z. C. (2009). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz-belirleme kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 23-31.
- Çivitçi, A. (2012). Üniversite öğrencilerinde genel yaşam doyumu ve psikolojik ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(2).
- Davidson, J. R. T., Hughes, D. C., George, L. K. & Blazer, D. G. (1994). The boundary of social phobia: Exploring the threshold. *Archives of General Psychiatry*, 51, 975-983.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum: New York.
- Deci, E. L., Ryan, R. M., Gagné, M., Leone, D. R., Usunov, J., & Kornazheva, B. P. (2001). Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former Eastern Bloc country. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 930-942.

- Doğan, S ve Kesici, Ş. (2015). Üstün yetenekli öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *OPUS - Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 45-81.
- Eysenck, H., Arnold J. W. & Meili, R. (1972). *Encyclopedia of Psychology*. Fontana/Collins.
- Fehm, L., Beesdo, K., Jacobi, F. & Fiedler, A. (2008). Social anxiety disorder above and below the diagnostic threshold: prevalence, comorbidity and impairment in the general population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 43, 257-265.
- Flett, G. L., Panico, T. & Hewitt, P. L. (2011). Perfectionism, type a behavior, and self-efficacy in depression and health symptoms among adolescents. *Curr Psychol*, 30, 105-116.
- Gilboa-Schechtman, E., Franklin, M. E. & Foa, E. B. (2000). Anticipated reactions to social events: differences among individuals with generalized social phobia, obsessive compulsive disorder, and non-anxious controls. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 731-746. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1005595513315>
- Glasser, W. (1998). *Choice theory: A New Psychology of Personal Freedom*. Harper Collins: New York.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M. & Deci, E. L. (1991). The inner resources for school achievement: Motivational mediators of children's perceptions of their parents. *Journal of Educational Psychology*, 83, 508-517.
- Gürbüz, S. F. ve Bozgeyikli, H. (2014). Rehberlik ve Araştırma Merkezlerinde çalışan rehber öğretmenlerin özel eğitimde rehberlik ve psikolojik danışmaya yönelik öz yeterlik algıları. *OPUS - Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 4(6), 79-99.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*, 15, 27-33.
- Hamarta, E. (2009). Ergenlerin sosyal kaygılarının kişilerarası problem çözme ve mükemmeliyetçilik açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 8(3).
- Hamurcu, H. (2011). Ergenlerin yetkinlik inançları ve psikolojik iyi oluşlarını yordamada psikolojik ihtiyaçlar. *Yayınlanmış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Konya*.

- Heckert, T. M., Cuneio, G., Hannah, A. P., Adams, P. J., Droste, H. E. & Mueller, M. A. (2000). Creation of a new needs assessment questionnaire. *Journal of Social Behavior & Personality*, 15(1), 121-136.
- Herdem, F. S. ve Bozgeyikli, H. (2013). İlköğretime devam eden parçalanmış ve tam aile çocuklarının rehberlik ihtiyaçlarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *OPUS-Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 7-35.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- İlhan, T. ve Özbay, Y. (2010). Yaşam amaçlarının ve psikolojik ihtiyaç doyumunun öznel iyi oluş üzerindeki yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(34), 109-116.
- Kalkan, N. (2008). *Ergenlerde Bilişsel Yapılar ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Açısından Yorumlanması*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Muğla.
- Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety. *Psychological Science*, 17, 120-128.
- Karasar, N. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (18. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.
- Kashdan, T. B. & Breen, W. E. (2008). Social anxiety and positive emotions: a prospective examination of a self-regulatory model with emotion suppression and expression tendencies as moderators. *Behavior Therapy*, 39, 1-12.
- Kashdan, T. B., Weeks, J. W. & Savostyanova, A. A. (2011). Whether, how, and when social anxiety shapes positive experiences and events: a self-regulatory framework and treatment implications. *Clinical Psychology Review*, 31, 786-799. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cpr.2011.03.012>
- Kesici, Ş. (2002). Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejilerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri ve özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya*.
- Kesici, Ş. (2006). Demokratik olmayan öğretmen inanç ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, (24).

- Kesici, Ş. (2007). Şube rehber öğretmenlerinin görüşlerine göre 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin rehberlik ve danışma ihtiyaçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17, 365-385.
- Kesici Ş. (2008). Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması: Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 493-500.
- Kesici, S. (2014). Human values as predictors of motivational beliefs in high school students. *Anthropologist*, 18(3), 869-875.
- Kesici, S. (2015). Psychological needs as predictors of human values in high school students. *Anthropologist*, 19(2), 499-506.
- Kesici, Ş., Özteke, H., ve Kiper, C. (2012). *The investigation of relationship between psychological needs and perfectionisms of university students*. International Counseling and Education Conference (ICE-C 2012).
- Kessler, R. C. (2003). The impairments caused by social phobia in the general population: Implications for intervention. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108(417), 19-27.
- Kurtyılmaz, Y. (2011). Üniversite öğrencilerinin ilişkisel saldırganlık ile benlik saygısı, sosyal bağlılık ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Yayınlanmış Doktora Tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Eskişehir*.
- Kuzgun, Y. (1985). Edwards kişisel tercih envanterinin Türkiye’de geçerlik ve güvenirliliği. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 17(1-2), 69-93.
- La Greca, A. M. & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peerrelations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26, 83-94.
- Leary, M. R. & Kowalski, R. M. (1997). *Social Anxiety*. The Guilford Press: New York.
- Lipsitz, J. D. & Schneier, F. R. (2000). Social phobia: Epidemiology and cost of illness. *Pharmaco-Economics*, 18, 23-32.
- Luyten, P., Kempke, S, Van Wambeke, P., Claes, S., Blatt, S. J. & Van Houdenhove, B. (2011). Self-critical perfectionism, stress generation, and stress sensitivity in patients with chronic fatigue syndrome: Relationship with severity of depression. *Psychiatry*, 74(1), 21-30.

- Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*.
- Miller, J. L. (2007). Vaillancourt t. relation between childhood peer victimization and adult perfectionism: Are victims of indirect aggression more perfectionist? *Aggressive Behavior, 33*, 230-241.
- Mitchelson, J. K. (2009). Seeking the perfect balance: Perfectionism and work-family conflict. *Journal of Occupational and Organizational Psychology, 82*, 349-367.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in Personality*. Oxford: New York.
- Nepon, T., Flett, G. L., Hewitt, P., & Molnar, D. S. (2011). Perfectionism, negative social feedback, and interpersonal rumination in depression and social anxiety. *Canadian Journal of Behavioural Science, 43*(4), 297-308.
- Ntoumanis, N., Edmunds, J. & Duda, J. L. (2009). Understanding the coping process from a self-determination theory perspective. *British Journal of Health Psychology, 14*, 249-260.
- Özbay, Y. ve Palancı, M. (2001). Sosyal Kaygı Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması. VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, ODTÜ, Ankara.
- Özbay, Y., & Mısırlı Taşdemir, Ö. (2003). Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 9-11 Temmuz, Malatya.
- Öztürk, A. (2004). Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modeli. *Yayınlanmış Doktora Tezi. G.Ü., Eğitim Bilimleri Enstitüsü*.
- Özyeşil, Z., Arslan, C., Kesici, S., ve Deniz, M. (2011). Adaptation of the mindful attention awareness scale into Turkish. *Eğitim ve Bilim-Education and Science, 36*(160), 224-235.
- Roth, D. A., Coles, M. E. & Heimberg, R. G. (2002). The relationship between memories for childhood teasing and anxiety and depression in childhood. *Journal of Anxiety Disorders, 16*, 149-164. doi: 10.1016/S0887-6185(01)00096-2
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000a). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being, *American Psychologist, 55*(1), 68-78.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*, 68-78.

- Safren, S. A., Heimberg, R. G., Brown, E. J. & Holle, C. (1996). Quality of life in social phobia. *Depress Anxiety*, 4, 126-133.
- Seo, E. H. (2008). Self-efficacy as a Mediator in the Relationship between Self-oriented Perfectionism and Academic Procrastination. *Social Behavior and Personality*, 36(6), 753-764.
- Sesli, S. ve Bozgeyikli, H. (2015). Okul öncesi öğretmenlerinin problem çözme becerileri ile disiplin anlayışlarının incelenmesi. *OPUS - Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 82-111.
- Sheldon, K. & Bettencourt, B. (2002). Psychological needs and subjective wellbeing in social groups. *British Journal of Social Psychology*, 41, 25-38.
- Stopa, L. & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in socialphobia. *Behaviour Research and Therapy*, 31(3), 255-267. [http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967\(93\)90024-O](http://dx.doi.org/10.1016/0005-7967(93)90024-O)
- Şat, A., Doğan, H. ve Amil, O. (2015). Akademisyenlerin psikolojik ihtiyaçları ve iş doyumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi: kayseri örneği. *OPUS - Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 5(8), 112-132.
- Tangney, J. P. (2002). *Perfectionism and the Self-Conscious: Shame, Guilt, Embarrassment and Pride*. Flett ve P. L. Hewit (Der.), *Perfectionism: theory, research and treatment* (199-215). American Psychological Association: Washington, Dc.
- Torgrud, L. J., Walker, J. R., Murray, L., Cox, B. J., Chartier, M. & Kjernisted, K. D. (2004). Deficits in perceived social support associated with generalized social phobia. *Cognitive Behaviour Therapy*, 33, 87-96.
- Tuncer, B. ve Voltan Acar, N. (2006). Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14(2), 1-15.
- Türkdoğan, T. ve Duru, E. (2012). Üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluşun Yordanmasında temel ihtiyaçların karşılanmasının rolü (The role of basic needs fulfillment in prediction of subjective wellbeing among university students). *Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(4), 2429-2446.

- Van Amerigen, M., Mancini, C. & Farvolden, P. (2003). The impact of anxiety disorders on educational achievement. *Journal of Anxiety Disorders*, 17, 561-571.
- Vlachopoulos, S. P. & Michailidou, S. (2006). Development and initial validation of a measure of autonomy, competence, and relatedness in exercise: The basic psychological needs in exercise scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 103, 179-201.
- Werner, K. H., Goldin, P. R., Ball, T. M., Heimberg, R. G. & Gross, J. J. (2011). Assessing emotion regulation in social anxiety disorder: The emotion regulation interview. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 33, 346-354.
- Wittchen, E., Fuetsch, M., Sonntag, H., Muller, N. & Liebowitz, M. (2000). Disability and quality of life in pure and comorbid social phobia: findings from a controlled study. *European Psychiatry*, 15, 46-58.
- Yalçın S. B. ve Hamarta, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin duygularını ifade edebilmelerinin aleksitimi ve psikolojik ihtiyaçlarına göre incelenmesi. *OPUS-Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 36-82.
- Yılmaz, M. T. ve Kesici, Ş. (2014). Anne baba tutumları ve kardeş sırasının üniversite öğrencilerinin öz-anlayışlarının gelişimine etkisi. *OPUS - Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 4(6), 131-157.

Kaynakça Bilgisi / Citation Information

Kiper, Y. C. (2016). Üniversite öğrencilerinin psikolojik ihtiyaçlarının ve sosyal kaygılarının, mükemmeliyetçilik tutumlarını yordaması. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 127-155.