

OLUMLU VE OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU VE DUYGU DÜZENLEME GÜÇLÜKLERİNİN SOSYAL KAYGI BELİRTİLERİ İLE PERFORMANS ALGISI ÜZERİNDEKİ ROLÜ*

 Koray AKKUŞ^a

 Günay Serap TEKİNSAV SÜTCÜ^b

Özet

Olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal kaygı bozukluğunun temel özelliklerinden biridir. Öte yandan sosyal kaygı bozukluğuyla ilgili son yıllarda yapılan çalışmalar, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin önemine vurgu yapmaktadır. Araştırmalar olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğu belirtilerine katkıda bulunabileceğini göstermesine rağmen, bu kavramları bir arada ele alan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ayrıca olumlu değerlendirilme korkusu ile duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğu belirtilerine nasıl katkı sağladığı net değildir. Alanyazındaki bu eksikliklerden hareketle, bu çalışmanın amacı olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğu belirtileri ile performans algısı üzerindeki rolünü incelemektir. Çalışmanın örneklemini İzmir’de çeşitli üniversitelerde öğrenim görmekte olan 170 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcılar öncelikle demografik bilgi formu, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, Olumsuz Değerlendirme Korkusu Ölçeği-Kısa Form, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Kısa Form ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa Form’u içeren bir ölçek bataryası doldurmuşlardır. Yaklaşık 10-15 gün sonra kamera karşısında bir konuşma performansı gerçekleştirmişler ve sonrasında Konuşma Performansı Ölçeği aracılığıyla performanslarını değerlendirmişlerdir. Yapılan hiyerarşik regresyon analizleri; cinsiyet ve depresyon kontrol edildikten sonra olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin, sosyal kaygı bozukluğu belirtilerini pozitif yönde, performansa yönelik değerlendirmeleri ise negatif yönde yordadığını göstermiştir. Başka bir ifadeyle; olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerindeki artış, sosyal kaygı belirtilerindeki artışla ve performansa yönelik daha olumsuz öznel değerlendirmelerle ilişkilidir. Bulgular ilgili alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal kaygı bozukluğu, Olumlu değerlendirilme korkusu, Duygu düzenleme güçlükleri, Olumsuz değerlendirilme korkusu.



* Bu makale birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü doktora tezinin bir kısmını içermektedir.

^a Araş. Gör., Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, koray_akkus@yahoo.com

^b Prof. Dr., Ege Üniversitesi, Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü, seraptekinsav@gmail.com

Makale Geliş Tarihi: 08.08.2022, Makale Kabul Tarihi: 07.09.2022

THE ROLE OF FEAR OF POSITIVE AND NEGATIVE EVALUATION, AND DIFFICULTIES IN EMOTION REGULATION ON SOCIAL ANXIETY SYMPTOMS AND PERFORMANCE APPRAISAL

Abstract

Fear of negative evaluation is one of the main features of social anxiety disorder. On the other hand; recent studies on social anxiety disorder emphasize the importance of fear of positive evaluation and difficulties in emotion regulation. Although research has shown that fear of positive evaluation and difficulties in emotion regulation contribute to the symptoms of social anxiety disorder, no study has addressed these concepts together. In addition, it is not clear how fear of positive evaluation and difficulties in emotion regulation contribute to the symptoms of social anxiety disorder. Based on these shortcomings in the literature, this study aims to examine the role of fear of positive and negative evaluations and difficulties in emotion regulation on the symptoms of social anxiety disorder and performance appraisal. The sample consists of 170 university students studying at various universities in Izmir. Participants first filled out a battery of scales including demographic information form, Liebowitz Social Anxiety Scale, Fear of Negative Evaluation Scale-Short Form, Fear of Positive Evaluation Scale, Depression Anxiety Stress Scale-Short Form, and Difficulties in Emotion Regulation Scale-Short Form. After about 10-15 days, they carried out a videotaped speech performance and then evaluated their performance through the Speech Performance Scale. Hierarchical regression analysis results show that fear of positive evaluation, fear of negative evaluation and difficulties in emotion regulation positively predict social anxiety disorder symptoms and negatively predict performance appraisal controlling for gender and depression. In other words, fear of positive and negative evaluations and emotional regulation difficulties are associated with increased social anxiety symptoms and negative subjective evaluations of performance. The findings are discussed in light of the relevant literature.

Keywords: Social anxiety disorder, fear of positive evaluation, difficulties in emotion regulation, fear of negative evaluation.



Giriş

Sosyal kaygı bozukluğu, bireylerin diğerleri tarafından değerlendirilebilecekleri sosyal ortamlarda belirgin bir kaygı hissetmeleriyle karakterize bir psikiyatrik bozukluktur. Sosyal kaygı bozukluğu olan bireyler genellikle sosyal durumlardan kaçınma eğilimindedirler ve yaşadıkları belirtiler klinik anlamda önemli ölçüde sıkıntıya ve işlevsellikte bozulmaya yol açmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, APA, 2013). Yapılan çeşitli yaygınlık araştırmaları sosyal kaygı bozukluğunun oldukça yaygın bir sorun olduğunu göstermekte ve %12 ile %36 arasında değişen yaşam boyu yaygınlık oranları bildirmektedir (Gültekin & Dereboy, 2011; Jefferies & Ungar, 2020; Kessler vd., 2005). Ayrıca çalışmalar, başta depresyon ve diğer kaygı bozuklukları olmak üzere birçok başka psikiyatrik sorunla ilişkili olduğunu göstermektedir (Koyuncu vd, 2019).

Çeşitli bilişsel davranışçı modeller (Clark & Wells, 1995; Heimberg vd., 2014) ve Amerikan Psikiyatri Birliği'nin (2013) tanı kriterleri, olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı bozukluğunun temel özelliklerinden birisi olduğunu öne sürmektedir. Bu görüşü destekleyecek şekilde, yapılan birçok çalışmada olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişki

ortaya konmuştur (Fredrick & Luebbe, 2022; Gök, 2019; Liu vd., 2020; Weeks vd., 2005). Öte yandan alanyazındaki son çalışmalar, yalnızca olumsuz değerlendirilme korkusunun değil, olumlu değerlendirilmeye ilişkin korkunun da sosyal kaygı bozukluğuyla ilişkili olabileceğini göstermektedir. Üniversite öğrencilerinin örneklemini oluşturduğu ve olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı belirtileri arasında ilişkinin araştırıldığı bir çalışmada, olumsuz değerlendirilme korkusu kontrol edildiğinde dahi olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı belirtilerindeki artışla ilişkili olduğu bulunmuştur (Weeks vd., 2008). Bir başka çalışmada da olumlu ve olumsuz duygulanım, olumluyu yok sayma ve olumsuz değerlendirilme korkuları kontrol edildiğinde, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı belirtilerini yordadığı fakat depresyon belirtileriyle ilişkisiz olduğu belirlenmiştir. Bu sonuçlar olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygıya özgü bir faktör olabileceğini düşündürmektedir (Weeks, 2015). Olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkuları ve sosyal kaygı arasındaki ilişkileri inceleyen çok sayıda araştırmanın dahil edildiği bir sistematik gözden geçirme çalışması gerçekleştirilmiştir. Çalışma sonucunda araştırmacılar, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının birbirleriyle ilişkili fakat ayrı yapılar olduğu ve olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusundan bağımsız bir şekilde sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır (Fredrich & Luebbe, 2020). Yakın zaman gerçekleştiren bir meta analiz çalışması da benzer sonuçlar bildirmektedir. Toplamda 147 araştırmanın bulgularının analiz edildiği bu çalışma sonucunda, olumlu değerlendirilmeye yönelik korkunun, sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili olduğu ve olumsuz değerlendirilme korkusuna ek olarak sosyal kaygı belirtilerinde %9'luk bir varyans açıkladığı belirlenmiştir (Cook vd., 2022). Gözden geçirilen bütün bu çalışmalar sosyal kaygı bozukluğunda olumlu değerlendirilme korkusunun da rol oynadığına işaret etmektedir. Olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı belirtileriyle nasıl ilişkili olduğuna yönelik çeşitli açıklamalar önerilmiştir. İlk olarak; diğerleri tarafından olumlu bir şekilde değerlendirilmenin, bireye yönelik beklentilerin ve standartların yükselmesine neden olabileceği, bunun da ilerleyen dönemde bireyin performansının olumsuz bir şekilde değerlendirilmesine zemin hazırlayabileceği öne sürülmektedir (Wallace & Alden, 1995; 1997). Bu bakış açısına göre olumlu değerlendirilme korkusu ayrı bir yapı olmaktan ziyade, olumsuz değerlendirilme korkusunun bir öncülü olarak değerlendirilebilir. Çünkü sonuçta asıl korkulan durum yine olumsuz bir şekilde değerlendirilmektir (Reichenberger & Blechert, 2018). Buna karşın yukarıda gözden geçirilen çok sayıda çalışma olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkularının birbirleriyle ilişkili olmakla birlikte farklı yapılar olduğuna işaret etmektedir. Olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiye yönelik bir diğer açıklama evrimsel bakış açısına dayanmaktadır (Gilbert, 2001; Gilbert 2014). Buna göre; sosyal kaygılı bireyler çevrelerini hiyerarşik olarak örgütlenmiş bir yapı olarak değerlendirirler ve bu yapı içerisinde sabit bir pozisyonu korumayı, yukarı ve aşağı yönlü hareketlerden kaçınmayı amaçlarlar. Olumlu performans sergilemek ise bireyin grup içerisinde yükselmesine, daha güçlü üyelerle rekabet etmesine ve çatışma yaşamasına neden olabilir. Bu açıdan olumlu değerlendirilme korkusu, bireyin iyi performans sergilemesini engelleyerek bahsedilen tehlikeden korunmasına yardımcı olabilir (Reichenberger & Blechert, 2018). Sonuç olarak olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı bozukluğuna özgü bir durum olduğu düşünülmekte ve bazı araştırmacılar sosyal kaygı bozukluğun bir tanı kriteri olarak kabul edilmesini önermektedir (Skocic vd., 2015). Benzer şekilde Heimberg vd. (2014) sosyal kaygı bozukluğunu açıklamak amacıyla geliştirdikleri bilişsel davranışçı modelde olumlu değerlendirilme korkusuna da yer vermişlerdir.

Sosyal kaygı bozukluğuyla ilgili modeller ve araştırmalar genellikle uyumsuz bilişlere ve davranışlara vurgu yapmakla birlikte, olumlu değerlendirilmekten korkmakta olduğu gibi pek çok olumlu özellikte bozulma olduğu düşünülmektedir. Örneğin sosyal kaygılı bireylerin olumlu duygulanım göstermede zorluk yaşadıkları (Kashdan, 2007) ve sorunlarla baş etmeye yardımcı olan olumlu düşüncelerinin daha az olduğu (Weeeks, 2010) bildirilmiştir. Olumlu özelliklerdeki bu bozulma, duyguların uygun şekilde düzenlenmesini zorlaştırabilir. Nitekim son yıllarda duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğundaki rolüne yönelik çalışmalarda artış gözlenmektedir (Akkuş & Peker, 2022). Bu çalışmalarda duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin sosyal kaygı bozukluğunun gelişiminde ve sürmesinde etkili olabileceğine yönelik çeşitli bulgular bildirilmektedir. Sosyal kaygı bozukluğu tanısı almış bireyler ile herhangi bir psikiyatrik tanı almamış kontrol grubunu içeren bir araştırmada, katılımcılar kamera karşısında kısa bir konuşma yapmışlar ve ardından araştırmacılarla bir görüşme gerçekleştirmişlerdir. Duygu düzenleme stratejilerini değerlendirmek amacıyla yürütülen bu görüşme sonucunda; sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin duygularını yönetmek amacıyla bastırma stratejisini daha fazla kullandıkları ve duygu düzenleme konusunda kendilerini daha yetersiz gördükleri anlaşılmıştır (Werner vd., 2011). Yine sosyal kaygı bozukluğu tanısı almış hastaları ve herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan kontrol grubunu içeren bir çalışmada; sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin kontrol grubuyla karşılaştırıldığında daha fazla duygu düzenleme güçlüğü rapor ettikleri ve depresyon belirtileri kontrol edildiğinde dahi bulguların büyük ölçüde aynı kaldığı bulunmuştur (Helbing-Lang vd., 2015). Ergenlerle yürütülen benzer bir araştırmada da sosyal kaygılı bireylerin duygu düzenleme amacıyla uyumsuz stratejileri daha fazla, uyumlu stratejileri daha az kullandıkları belirlenmiştir (Sackl-Pammer vd., 2019). Sosyal kaygı bozukluğu ile duygu düzenleme stratejileri arasındaki ilişkileri inceleyen kapsamlı bir gözden geçirme çalışmasında, sosyal kaygı bozukluğunun, uyumsuz bir duygu düzenleme stratejisi olduğu düşünülen bastırmayla ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca sosyal kaygılı bireylerin bilişsel yeniden değerlendirme becerilerinin daha etkisiz olduğu belirlenmiştir (Dryman & Heimberg, 2018). Yaklaşık üç yıllık bir süreyi kapsayan boylamsal bir araştırmada, duygu düzenleme güçlüklerinin ilerleyen yıllardaki sosyal kaygı belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle; duygu düzenleme becerilerindeki yetersizlik, sosyal kaygı bozukluğunun gelişiminde önemli bir etmen olabilir (Schneider vd., 2018). Özetle, duygu düzenleme süreçlerinde yaşanan zorlukların sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili olduğu söylenebilir.

Çalışmalar her ne kadar olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygıyla ilişkili olduğuna işaret etse de gözden geçirilen çalışmaların çeşitli sınırlıkları vardır. Öncelikle, özellikle olumlu değerlendirilme korkusuyla ilgili yürütülen çalışmaların büyük bir çoğunluğu batılı ülkelerde yürütülmüştür. Kültürel faktörlerin olumlu değerlendirilme korkusunda rol oynayabileceği düşünülmektedir. Örneğin kültürlerarası bir çalışmada bireyci kültürlerde olumlu değerlendirilme korkusunun daha yüksek olduğu ve yalnızca bireyci kültürlerde sosyal kaygı ile doğrudan ilişkisinin olduğu bulunmuştur (Okawa vd., 2021). Ayrıca olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkuları arasındaki korelasyonun kültüre göre farklılaşabileceğine yönelik bulgular vardır. Tayvan'da yürütülen bir çalışmada (Wang vd., 2012) iki yapı arasındaki korelasyon görece düşükken ($r = .24$), batılı ülkelerde gerçekleştirilen çalışmalarda (Fergus vd., 2009; Weeks vd., 2008) daha yüksek ($r = .59$ ve $r = .45$) korelasyonlar bildirilmektedir. Bu az sayıdaki çalışmaların sonuçları olumlu değerlendirilme

korkusunda kültürel farklılıkların olabileceğine işaret etmektedir. Dolayısıyla olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla farklı toplumlarda gerçekleştirilecek çalışmaların, alanyazına önemli bir katkı sunabileceği düşünülmektedir. Ek olarak; hem olumlu değerlendirilme korkusu hem de duygu düzenleme güçlükleri ile sosyal kaygı bozukluğu belirtileri arasındaki ilişkileri açıklamaya yönelik çalışmaların sayısı oldukça kısıtlıdır. Başka bir ifadeyle, çalışmalar bu faktörlerin sosyal kaygı bozukluğuna katkıda bulunabileceğini gösterse de bunun hangi yollardan gerçekleştiği net değildir. Bu noktada, bireylerin performanslarına yönelik değerlendirmeleri, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkilerin açıklanmasına yardımcı olabilir. Geliştirilen bilişsel davranışçı modeller, sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin performanslarına yönelik çarpıtılmış bir algılarının olduğunu öne sürmektedir (Clark & Wells, 1995; Heimberg vd., 2014; Hofmann, 2007). Modellerin varsayımlarıyla paralel şekilde; çeşitli araştırmalar sosyal kaygı bozukluğu olan bireylerin, böyle bir sorunu olmayanlarla (Abbott & Rapee, 2004; Dannahy & Stopa, 2007; Rapee & Lim, 1992) ve objektif değerlendiricilerle (Penney & Abbott, 2015; Rapee & Abbott, 2006) karşılaştırıldığında performanslarını daha olumsuz olarak değerlendirme eğiliminde olduklarına işaret etmektedir. Sosyal durumlardaki performansa ilişkin bu yanlı değerlendirme eğilimi, sosyal durumların kaygı verici olmasına, bireylerin kendilerini daha yetersiz ve başarısız olarak görmelerine neden olarak sosyal durumlardan kaçınmalarıyla sonuçlanabilir. Tüm bu süreç de sosyal kaygı bozukluğu belirtilerinin sürmesine katkıda bulunabilir. Dolayısıyla bireylerin performanslarına yönelik öznel değerlendirmeleri üzerinde etkili olan faktörlerin belirlenmesi önemlidir. Alanyazın incelendiğinde ülkemizde olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygıyla ilişkisini araştıran çalışmaların son derece kısıtlı olduğu görülmektedir. Ayrıca uluslararası alanyazında da bu faktörlerin bir arada ele alınarak, konuşma performansı görevi aracılığıyla incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Buradan hareketle bu çalışmanın iki temel amacı bulunmaktadır. İlk olarak, olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkularının ve duygu düzenleme güçlüğüünün sosyal kaygı belirtileri üzerindeki rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. İkinci olarak; bahsi geçen faktörlerin, bireylerin sosyal performanslarına ilişkin öznel değerlendirmeleriyle ilişkisini incelemek amaçlanmaktadır. Bu sayede olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkuları ve duygu düzenleme güçlükleri ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkiye yönelik bir açıklama sunulması hedeflenmektedir.

Çalışmanın araştırma soruları şu şekildedir:

1. Cinsiyet ve depresyon belirtileri kontrol edildikten sonra, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili midir?
2. Cinsiyet ve depresyon belirtileri kontrol edildikten sonra, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri katılımcıların performanslarına ilişkin öznel değerlendirmeleriyle ilişkili midir?

A. YÖNTEM

1. Katılımcılar

Çalışmanın örneklemini, İzmir'deki çeşitli üniversitelerde (Ege Üniversitesi, Katip Çelebi Üniversitesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Yaşar Üniversitesi) öğrenimine devam etmekte olan 48'i (%28.2) erkek, 122'si (%71.8) kadın olmak üzere toplam 170 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aşamasına geçmeden önce G*Power 3.1 (Faul vd., 2009) programı aracılığıyla gerekli örneklem sayısı hesaplanmıştır. Buna göre etki büyüklüğü 0.15, alfa düzeyi .05 ve güç (power) %95 olarak alındığında örneklem sayısı 138 olarak bulunmuştur. Örneklemin temsil ediciliğini arttırmak ve olası veri kaybına karşı önlem almak amacıyla daha fazla katılımcıya ulaşılmıştır. Yaş ortalaması 20.29 (SS=1.59) olan katılımcıların yaşları 18 ile 30 arasında değişmektedir. Katılımcıların 75'i (%44.1) birinci sınıfta, 77'si (%45.3) ikinci sınıfta, 12'si (%7.1) üçüncü sınıfta ve 6'sı (%3.5) dördüncü sınıfta öğrenim görmektedir. Katılımcıların 24'ü (%14.1) gelir durumunu düşük olarak değerlendirirken, 142'si (%83.5) orta, 4'ü (%2.4) ise yüksek olarak değerlendirmiştir. Çalışmaya katılmaya gönüllü olmak ve üniversite öğrencisi olmak dahil edilme kriteri olarak belirlenirken, psikiyatrik veya psikolojik tedavi aldığını belirten bireyler çalışma dışı bırakılmıştır.

2. Veri Toplama Araçları

2.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim gördüğü üniversite ve bölümü, gelir durumu, anne baba eğitim düzeyi, psikiyatrik veya psikolojik bir tedavi alıp almadığı gibi çeşitli bilgilerin elde edilmesi amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Ayrıca çalışmanın ikinci aşaması için katılımcılara ulaşabilmek amacıyla katılımcıların cep telefonu numaraları da alınmıştır.

2.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

Sosyal kaygı belirtilerini değerlendirmek amacıyla Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen ölçek toplamda 24 maddeden oluşmaktadır. Katılımcılar, çeşitli sosyal durumların tanımlandığı maddeleri, ne kadar kaygılandıkları ve ne kadar kaçındıkları açısından değerlendirmektedirler. 0 ile 3 arasında puanlanan ölçekten alınabilecek puanlar 0 ile 144 arasında değişmekte, puanlardaki artış sosyal kaygı belirtilerinin şiddetlendiği anlamına gelmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Soykan vd. (2003) tarafından sosyal fobi tanısı almış bireyler, sosyal fobi dışında başka bir kaygı bozukluğu tanısı almış olanlar ve herhangi bir psikiyatrik tanısı olmayan sağlıklı kontrolleri içeren bir örnekleme gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin sosyal fobi hastalarını diğer gruplardan ayırabildiği ve yakınsak geçerliliği sağladığı belirlenmiştir. Tekrar test ölçümlerinde her iki alt boyut ve toplam puan için korelasyon katsayısı .97 olarak bulunurken, Cronbach alfa değerleri kaygı alt boyutunda .96, kaçınma alt boyutunda .95 ve tüm ölçekte .98 olarak bulunmuştur. Sonuç olarak ölçeğin ülkemiz örnekleminde sosyal kaygı belirtilerini değerlendirmede geçerli ve güvenilir bir araç olduğu gösterilmiştir (Soykan vd., 2003). Bu çalışmada hesaplanan iç tutarlılık katsayıları kaçınma alt boyutu için .91, kaygı alt boyutu için .92 ve tüm ölçek için .95 olarak bulunmuştur.

2.3. Olumsuz Değerlendirme Korkusu Ölçeği-Kısa Form (ODKÖ-KF)

Diğerleri tarafından olumsuz değerlendirilmeye ilişkin korkuları ölçmek amacıyla Leary (1983) tarafından geliştirilen ölçek, toplamda 12 maddeden oluşmakta ve 0 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Dört maddesi ters kodlanan ölçekten alınan puanlardaki artış, olumsuz değerlendirilme korkusunun yüksekliğine işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Çetin vd. (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Yürütülen faktör analizleri ve madde analizleri ölçeğin tek faktörlü bir yapıya sahip olduğunu göstermiştir. Diğer maddelerle anlamlı korelasyon göstermeyen bir madde çıkarılmış ve 11 maddelik bir ölçek haline getirilmiştir. Sosyal görünüş kaygısı ölçeğiyle anlamlı korelasyon gösteren ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .84, iki yarı güvenilirlik katsayısı .83 ve iki hafta arayla uygulanan test tekrar test güvenilirlik katsayısı .82 olarak belirlenmiştir. Uyarlama çalışmasında elde edilen bu bulgular, ölçeğin olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçmek için geçerli ve güvenilir bir araç olduğunu göstermektedir (Çetin vd., 2010). Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

2.4. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ)

Bireylerin olumlu değerlendirilmeye ilişkin korkularını incelemek amacıyla Weeks vd. (2008) tarafından geliştirilen 10 maddelik ölçek, 0 ile 9 arasında puanlanmakta ve puanlardaki artış olumlu değerlendirilme korkusundaki artışa işaret etmektedir. Yanıtlama yanlılığını azaltmak amacıyla ters kodlanan iki madde puanlamaya dahil edilmemekte ve toplamda 8 madde üzerinden toplam puan alınmaktadır. Gerçekleştirilen faktör analizleri ölçeğin iyi uyum gösterdiğini ve olumsuz değerlendirilme korkusundan ayrı bir yapı olduğunu göstermiştir. İç tutarlılık katsayısı .80 olarak bulunurken, test tekrar test güvenirliliği ise .70 olarak belirlenmiştir. Türkiye örneklemindeki uyarlama çalışması Doğan ve Totan (2010) tarafından yapılmıştır. Çalışma sonucunda ölçeğin tek faktörlü bir yapıya sahip olduğu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Kısa Form ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ile pozitif yönde anlamlı bir ilişkisi olduğu bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı .73, test-tekrar test güvenirlilik katsayısı .75 ve test yarılama yoluyla ulaşılan güvenirlilik katsayısı .67'dir. Orijinal ölçek 0 ile 9 arasında puanlanırken, ölçeğin Türkçe formunun puanlaması 1 ile 5 arasında yapılmaktadır. Bu çalışmada iç tutarlılık katsayısı .79 olarak hesaplanmıştır.

2.5. Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği Kısa Form (DASS-21)

Bireylerin son bir haftalık süreçte yaşadıkları çeşitli psikolojik belirtileri değerlendirmek amacıyla ilk olarak Lovibond ve Lovibond (1995) tarafından 42 madde olarak geliştirilen ölçek, daha sonra tekrar gözden geçirilmiş ve 21 maddelik kısa formu oluşturulmuştur. Depresyon, kaygı ve stres olmak üzere üç alt boyuttan oluşan ölçeğin psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmada ölçeğin yeterli yapı geçerliliğine sahip olduğu ve depresyon, kaygı, stres ve tüm ölçek iç tutarlılık kat sayılarının sırasıyla .88, .82, .90 ve .93 olduğu bulunmuştur (Henry & Crawford, 2005). Ülkemiz örneklemindeki uyarlama çalışmasında da ölçeğin üç alt boyuta sahip olduğu gösterilmiş ve klinik örneklemindeki iç tutarlılık katsayıları depresyon için .87, kaygı için .85 ve stres için .81 olarak belirlenmiştir. Sağlıklı örneklemindeki test tekrar test korelasyonları ise depresyon için .68, kaygı için .66 ve stres için .61 olarak bulunmuştur (Sarıçam, 2018). Bu çalışmadaki iç tutarlılık katsayıları depresyon için .87, kaygı için .83, stres için .82 ve tüm ölçek için .92 olarak hesaplanmıştır.

2.6. Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği Kısa Form (DERS-16)

Duygu düzenleme sürecinde yaşanan güçlükleri değerlendirmek amacıyla Bjureberg vd. (2016) tarafından geliştirilen ölçek beş alt boyuttan (Açıklık, amaçlar, dürtü, stratejiler ve kabul etmeme) ve toplam 16 maddeden oluşmaktadır. 1 ile 5 arasında puanlanan ölçekteki yüksek puanlar, duygu düzenleme güçlüklerindeki artışa işaret etmektedir. Orijinal çalışmada iç tutarlılık katsayısı .92, test tekrar test korelasyonu .85 olarak bulunmuştur (Bjureberg vd., 2016). Türkiye örneklemindeki uyarılma çalışması Yiğit ve Guzey Yiğit (2019) tarafından gerçekleştirilmiş ve orijinal çalışmadaki gibi beş faktörlü bir yapıya sahip olduğu ve depresyon ve kaygı gibi çeşitli psikolojik belirtilerle ilişkili olduğu gösterilmiştir. Yapılan güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık katsayısı tüm ölçek için .92 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin toplam puan iç tutarlılık katsayısı .94 olarak hesaplanmıştır.

2.7. Konuşma Performansı Ölçeği (KPÖ)

Sosyal kaygıyla ilgili araştırmalarda katılımcıların gerçekleştirdiği konuşma performansını değerlendirmek amacıyla Rapee ve Lim (1992) tarafından geliştirilmiştir. Toplamda 17 maddeden oluşan ve 0 ile 4 arasında puanlanan ölçekten alınan puanlardaki artış, bireyin daha iyi performans sergilediği anlamına gelmektedir. Orijinal çalışmada iç tutarlılık hem katılımcıların öznel değerlendirmeleri hem de bağımsız gözlemcilerin değerlendirmeleri için ayrı ayrı hesaplanmış ve iç tutarlılık katsayısının .79 ile .86 arasında değiştiği belirlenmiştir. Bu çalışma kapsamında araştırmacılar tarafından yürütülen ölçeğin Türkçeye uyarılma sürecinde, İngilizce ve Türkçeyi çok iyi konuşan ve klinik psikoloji alanında doktora derecesine sahip iki uzman tarafından ölçek Türkçeye çevrilmiştir. Bu iki form araştırmacılar tarafından tek bir form haline getirildikten sonra yine psikoloji alanında doktora derecesine sahip bir başka uzman tarafından İngilizceye geri çevrilmiş ve ardından araştırmacı ve uzmanlar tarafından gözden geçirilerek tek bir Türkçe form haline getirilmiştir. Daha sonra yönergenin ve maddelerin anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla 20 üniversite öğrencisiyle bir pilot çalışma yürütülmüş ve gerekli düzenlemeler yapıldıktan sonra ölçeğe son şekli verilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılığı .92 olarak hesaplanmıştır.

İşlem

Veri toplama aşamasına geçilmeden önce Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'na başvurularak etik kurul onayı alınmıştır (tarih: 27.10.2021, protokol no:1145). Çalışmanın uygulamaları iki aşamada gerçekleştirilmiştir. İlk aşamada başta Ege Üniversitesi olmak üzere, İzmir'deki farklı üniversitelerde eğitim alan lisans öğrencilerine sınıf ortamında çalışma hakkında kısa bir bilgi verilmiş ve gönüllü olan katılımcılara bilgilendirilmiş onam formu, demografik bilgi formu, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Form, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği-Kısa Form ve Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeğini içeren bir ölçek bataryası uygulanmıştır. Sınıflardaki bu uygulama yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Bu aşamada, deney sırasında kamera karşısında konuşma yapılacağı bilgisini vermek, özellikle kaygısı yüksek olan bireylerin çalışmaya katılmamasına neden olarak sonuçlar üzerinde bozucu bir etkiye sahip olabileceğinden, ikinci aşamada yürütülecek çalışmayla ilgili detaylı bilgi verilmemiştir. Yalnızca sosyal durumlarda yaşanan kaygıyla ilgili bir deney yapılacağı söylenmiştir. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan öğrencilere, ilk uygulamadan yaklaşık 10-15 gün sonra telefonla ulaşılmış ve çalışmanın ikinci aşaması olan deneyin uygulanması için randevu oluşturulmuş ve öğrenciler, Ege

Üniversitesi Edebiyat Fakültesinde bulunan Psikoloji Uygulamaları ve Psikoterapi Birimi'ne davet edilmişlerdir. Araştırma verileri Ekim 2021-Ocak 2022 tarihleri arasında toplanmıştır.

Katılımcılar uygulama yapılacak yere geldiklerinde araştırmacı tarafından karşılanmış ve çalışma hakkında daha detaylı bir şekilde bilgilendirilmişlerdir. Bu aşamada, kısa bir süre sonra kamera karşısında üç dakikalık bir konuşma yapacakları ve konuşmalarının kayıt altına alınacağı bilgisi verilmiştir. Ardından bu aşama için de bilgilendirilmiş onam formu imzalatılarak, katılımcılar konuşmanın yapılacağı odaya alınmıştır. Katılımcılar, üzerinde hemen herkesin fikir sahibi olduğu çeşitli konuların (örn. *"Eğitim hayatında sınavım ne gibi avantaj ve dezavantajları olabilir?"*, *"Sosyal medya hayatımızı olumlu ve olumsuz anlamda nasıl etkiliyor?"* vs.) yazılı olduğu kağıtlardan birisini rastgele çekerek konuşma konularını belirlemişlerdir. Daha gerçekçi bir sosyal deneyim olmasını sağlamak amacıyla katılımcılar konuşma yaparken biri araştırmacı ve üçü araştırma asistanı olmak üzere toplam dört kişi konuşmayı izlemiştir. Psikoloji bölümü 4. sınıf öğrencileri olan araştırma asistanları, çalışma hakkında detaylı bir şekilde bilgilendirilmişler ve katılımcıların konuşmaları esnasında nötr bir duruşa sahip olmaları gerektiği konusunda özellikle uyarılmışlardır. Konuşmanın ardından katılımcıya herhangi bir geribildirim verilmemiş ve yaptığı konuşmayı değerlendirmek üzere konuşma performansı ölçüğünü doldurması sağlanmıştır. Yaklaşık 15 dakika süren bu süreç tamamlandıktan sonra katılımcıya teşekkür edilerek oturum sonlandırılmıştır.

4. İstatistiksel Analizler

Uygulamalar ve ölçümler tamamlandıktan sonra elde edilen veriler SPSS 25 paket programına girilmiştir. Analiz aşamasına geçmeden önce maddelerin en düşük ve en yüksek değerlerine bakılmış ve bu sayede yanlış girilen herhangi bir veri olup olmadığı kontrol edilmiştir. Ayrıca eksik veri olmasını önlemek amacıyla katılımcıların ölçekleri detaylı bir şekilde kontrol edilmiş ve boş bırakılan maddeler tespit edilerek katılımcıların doldurmaları sağlanmıştır. Bu sayede veri setinde kayıp verinin oluşmasına imkan verilmemiştir. Ardından çalışmada yürütülecek analizlere ilişkin çeşitli varsayımlar (normallik, varyans homojenliği vs.) incelenmiş ve varsayımların karşılandığı anlaşıldıktan sonra analiz aşamasına geçilmiştir. Çalışmanın hipotezlerini test etmek amacıyla bu çalışmada hiyerarşik regresyon analizi gerçekleştirilmiştir.

B. BULGULAR

Bu bölümde, yürütülen analizlerin sonuçları sunulmuştur. Öncelikle değişkenler arasındaki ilişkilere ilişkin Pearson Korelasyon analizleri verilmiş, sonrasında olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkusunun ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğu belirtileri ve performansa ilişkin öznel değerlendirmeler üzerindeki rolünün incelendiği hiyerarşik regresyon analizi bulguları sunulmuştur.

1. Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik korelasyon katsayıları ve değişkenlere ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 1'de sunulmuştur:

Tablo 1. Değişkenler Arası Korelasyon Katsayıları, Değişkenlerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Ort	SS	1	2	3	4	5	6
1. LSKÖ	50.42	24.37	1					
2. ODKÖ-KF	31.45	8.73	.57**	1				
3. ODKÖ	20.22	5.54	.54**	.38**	1			
4. DASS-21-Dep	7.39	5.34	.33**	.44**	.34**	1		
5. KPÖ	32.82	13.26	-.40**	-.40**	-.28**	-.25**	1	
6. DERS-16	39.53	14.74	.40**	.55**	.30**	.73**	-.37**	1

LSKÖ: Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği; ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-Kısa Form; ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; DASS-21-Dep: Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği- Depresyon alt boyutu; KPÖ: Konuşma Performansı Ölçeği; DERS-16: Duygu Düzenleme Güçlüğü Ölçeği-Kısa Form

2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Sosyal Kaygı Bozukluğu Belirtileri Üzerindeki Rolünün İncelenmesi

Olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkularının ve duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin, sosyal kaygı bozukluğu belirtileri üzerindeki bireysel katkılarının incelenmesi amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüştür. Çalışmanın örnekleminin büyük bir çoğunluğu kadınlardan oluştuğundan cinsiyet kontrol değişkeni olarak birinci basamakta analize dahil edilmiştir¹. Ayrıca depresyon belirtileri bağımlı değişkenle ilişkili olduğundan yine birinci basamakta kontrol değişkeni olarak analize dahil edilmiştir. İkinci basamakta ise olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüğü analize dahil edilmiştir. Analiz sonucunda cinsiyetin ($\beta = -.32, p < .01$) ve depresyon belirtilerinin ($\beta = .30, p < .01$) sosyal kaygı bozukluğu belirtileriyle ilişkili olduğu ve varyansın %20'sini açıkladığı belirlenmiştir ($R^2 = .20, F(2, 169) = 22.85, p < .01$). Bir sonraki basamakta analize dahil edilen olumsuz değerlendirilme korkusu ($\beta = .30, p < .01$), olumlu değerlendirilme korkusu ($\beta = .40, p < .01$) ve duygu düzenleme güçlüğü'nün ($\beta = .17, p < .05$) sosyal kaygı bozukluğu belirtilerini anlamlı bir şekilde yordadığı ve üç değişkenin katkısıyla açıklanan varyansın %51'e yükseldiği bulunmuştur ($R^2_{\text{değişim}} = .31, F_{\text{değişim}}(5, 169) = 35.62, p < .01$). Analize ilişkin bulgular Tablo 2'de özetlenmiştir:

Tablo 2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ve Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Sosyal Kaygı Bozukluğu Belirtileri Üzerindeki Rolü

Değişken	1. Basamak				2. Basamak			
	<i>b</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>	<i>b</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>
Cinsiyet	-17.65	3.74	-.32	-4.72**	-13.90	3.02	-.26	-4.60**
Depresyon	1.73	.32	.38	5.48**	-.11	.38	-.03	-.30
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu					.84	.19	.30	4.44**
Olumlu Değerlendirilme Korkusu					1.74	.26	.40	6.64**
Duygu Düzenleme Güçlüğü					.29	.14	.17	2.02*
R^2			.20				.51	
$R^2_{\text{değişim}}$.31	

N = 170

SH = Standart hata

* $p < .05$, ** $p < .01$

3. Katılımcıların Performanslarına İlişkin Değerlendirmelerini Yordayan Faktörler

Katılımcıların konuşma performanslarına yönelik değerlendirmeleri üzerinde rolü olan faktörleri belirlemek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yürütülmüştür. Yine ilk basamakta cinsiyet ve

¹ Cinsiyet, 1 = kadın; 2 = erkek olarak kodlanmıştır

depresyon belirtileri kontrol değişkeni olarak analize dahil edilmiştir. İkinci basamakta ise olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri analize dahil edilmiştir. Analiz sonucunda cinsiyetin ($\beta = .25, p < .01$) ve depresyon belirtilerinin ($\beta = -.29, p < .01$) performansa ilişkin öznel değerlendirmelerle ilişkili olduğu ve varyansın %12'sini açıkladıkları belirlenmiştir ($R^2 = .12, F(2,167) = 11.54, p < .01$). İkinci basamakta analize dahil edilen olumsuz değerlendirilme korkusu ($\beta = -.19, p < .05$), olumlu değerlendirilme korkusu ($\beta = -.16, p < .05$) ve duygu düzenleme güçlüğü ($\beta = -.26, p < .05$), katılımcıların performanslarına yönelik değerlendirmelerini negatif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Bu değişkenlerin katkısıyla açıklanan varyans %24 olmuştur ($R^2_{\text{değişim}} = .12, F_{\text{değişim}}(3,164) = 8.90, p < .01$). Analiz sonuçları Tablo 3'te sunulmuştur:

Tablo 3. Katılımcıların Performanslarına İlişkin Değerlendirmelerini Yordayan Faktörler

Değişken	1. Basamak				2. Basamak			
	<i>b</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>	<i>b</i>	<i>SH</i>	β	<i>t</i>
Cinsiyet	7.25	2.15	.25	3.37**	5.62	2.06	.19	2.72**
Depresyon	-.71	.18	-.29	-3.88**	.14	2.26	.06	.53
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu					-.29	.13	-.19	-2.26*
Olumlu Değerlendirilme Korkusu					-.38	.18	-.16	-2.11*
Duygu Düzenleme Güçlüğü					-.24	.10	-.26	-2.46*
R^2			.12				.24	
$R^2_{\text{değişim}}$.12	

N = 170

SH = Standart hata

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tartışma

Olumsuz bir şekilde değerlendirilmekten korkma ve kaçınma DSM-5'te (APA, 2013) sosyal kaygı bozukluğunun bir belirtisi olarak tanımlanmakta olup, sosyal kaygı ile ilişkisi çok çalışılmış bir durumdur. Bunun tam tersi birileri tarafından olumlu değerlendirilmenin de bir kaygı yarattığı ve bunun sosyal kaygı ile ilişkili olduğu hipotezi daha yakın zamanda üzerinde çalışılmaya başlanan bir konu olmuştur. Bu amaçla bu çalışmada olumsuz değerlendirilme korkusunun yanında, olumlu değerlendirilme korkusunun ve yine sosyal kaygı ile ilişkisi nispeten az çalışılmış bir kavram olan duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğuyla olan ilişkisi incelenmiştir. Gerçekleştirilen analizler olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme süreçlerinde yaşanan zorlukların sosyal kaygı belirtilerindeki artışla ilişkili olduğunu göstermiştir. Bu ilişkiyi daha iyi anlamak amacıyla gerçekleştiren konuşma performansı görevine ilişkin regresyon analizi sonucunda, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüğündeki artışın, bireylerin performanslarını daha olumsuz değerlendirmeleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yürütülen regresyon analizi olumsuz değerlendirilme korkusundaki artışın, sosyal kaygı belirtilerindeki artışla ilişkili olduğunu göstermiştir. Elde edilen bu sonucun sosyal kaygı bozukluğuyla ilgili bilişsel davranışçı modellerle (Clark & Wells, 1995; Heimberg vd., 2014) ve çeşitli ampirik çalışmaların bulgularıyla (Weeks vd., 2005; Carleton vd., 2007; Liu vd., 2020) tutarlı olduğu söylenebilir. Olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal durumlarda aşırı kaygılanmaya ve bunun sonucunda sosyal ortamlardan kaçınmaya yol açarak sosyal kaygı belirtilerinin sürmesine neden olabilir (Heimberg vd., 2014). Daha önce de belirtildiği gibi sosyal durumlardan kaçınma, sosyal kaygı bozukluğunun sürmesindeki en önemli faktörlerden birisidir (Akkuş, 2021). Ayrıca olumsuz değerlendirilmeye yönelik aşırı korku bireylerin kendilerine ve sosyal durumlara yönelik çarpıtılmış değerlendirmeler yapmalarına

neden olarak sosyal kaygı belirtilerinin şiddetlenmesine katkıda bulunabilir. Bilişsel davranışçı modeller çarpıtılmış bilişsel süreçlerin sosyal kaygı bozukluğunun önemli bir bileşeni olduğunu öne sürmektedir (Heimberg vd., 2014; Clark ve Wells, 1995). Bu görüşü destekleyecek şekilde, birçok çalışmada olumsuz değerlendirilmeye yönelik korkunun, belirsiz uyaranları daha negatif bir şekilde yorumlama eğilimiyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Amir vd., 2005; Vancleff ve Peters, 2008; Kanai vd., 2010). Özet olarak; olumsuz değerlendirilme korkusundaki artış bireylerin sosyal durumları daha olumsuz bir şekilde değerlendirmeleriyle, sosyal ortamlarda daha fazla kaygılanmalarıyla ve daha fazla kaçınmalarıyla sonuçlanarak sosyal kaygı bozukluğu belirtilerinin sürmesinde rol oynayabilir.

Bu çalışmada olumlu değerlendirilme korkusunun cinsiyet, depresyon, olumsuz değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri kontrol edildiğinde dahi sosyal kaygı bozukluğu belirtileriyle pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu bulgunun olumlu değerlendirilme korkusunun da sosyal kaygı bozukluğunun bir parçası olduğunu öne süren bilişsel davranışçı modelle (Heimberg vd., 2014) ve son yıllarda konuyla ilgili yürütülen çeşitli ampirik çalışmalarla (Cook vd., 2022; Fergus vd., 2009; Fredrick & Luebbe, 2020; Weeks vd., 2012) tutarlı olduğu söylenebilir. Olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkiyi açıklayan faktörlerden birisi kaçınma davranışları olabilir. Nitekim çeşitli çalışmalarda olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal durumlardan kaçınma eğilimiyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Lipton vd., 2016; Weeks & Howell, 2014). Davranışçı bakış açısıyla, kaçınma davranışının olumsuz pekiştirme yoluyla kaygıyı artırdığı bilinmektedir. Ayrıca olumlu değerlendirilme korkusundaki artış, bireylerin sosyal durumlara ilişkin daha olumsuz değerlendirmeler yapmasına katkıda bulunarak sosyal kaygı belirtilerinin sürmesine neden olabilir. Weeks ve Howell (2012) tarafından yapılan bir çalışmada, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal durumlara ilişkin olumsuz bilişlerle ilişkili olduğu gösterilmiştir. Benzer şekilde; olumlu değerlendirilme korkusundaki artışın, bireylerin performanslarına ilişkin daha olumsuz değerlendirmeler yapmalarıyla ilişki olduğunu gösteren bu çalışmanın bulgusu da olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı bozukluğu belirtileri arasındaki ilişkiyi açıklayabilir. Sosyal durumlardaki performansını olumsuz bir şekilde değerlendirmek bireylerin sosyal durumlardan daha fazla kaygılanmasıyla ve kaçınmayla sonuçlanabilir. Genel olarak sosyal durumlara ve performansa ilişkin olumsuz ve çarpıtılmış değerlendirmeler sosyal kaygı bozukluğunun sürmesindeki en önemli faktörlerden birisi olarak kabul edilmektedir (Clark & Wells, 1995; Heimberg vd., 2014; Hofmann, 2007; Steinman vd., 2014).

Sosyal kaygı bozukluğu belirtileriyle ilişkili olduğu gösterilen faktörlerden bir diğeri ise duygu düzenleme güçlükleridir. Buna göre; cinsiyet, depresyon, olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkularından bağımsız bir şekilde, duygu düzenleme güçlüklerindeki artışın sosyal kaygı belirtilerindeki artışla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bireylerin duygularını yönetmede yaşadıkları zorlukların birçok psikolojik sorunla ilişkili olduğu gösterilmekle birlikte (Aldao vd., 2010; Hu vd., 2014), duygu düzenleme güçlükleri ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkiye yönelik çalışmalar görece daha azdır. Öte yandan; bu çalışmada elde edilen bulguyla paralel şekilde; yürütülen çeşitli çalışmalarda duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili olduğu gösterilmiştir (Dryman & Heimberg, 2018; Goldin vd., 2014; Mehrizi vd., 2022). Duygu düzenleme güçlükleri çeşitli şekillerde sosyal kaygı belirtilerine katkıda bulunabilir. Sosyal ortamların yarattığı yoğun kaygıyı yönetmekte zorlanan bireyler, bu duygularıyla baş edebilmek amacıyla sosyal ortamlardan kaçınma eğiliminde olabilirler. Bu da sosyal kaygı belirtilerinin sürmesine neden olabilir. Ayrıca yetersiz duygu düzenleme becerileri, bireylerin sosyal durumda daha fazla kaygılanmalarına ve daha kötü performans sergilemelerine zemin hazırlayarak, sosyal kaygıyla ilişkili çeşitli uyumsuz inançları (örn. “yetersizim”,

“beceriksizim” vs.) pekiştirebilir. Benliğe ilişkin uyumsuz inançların sosyal kaygı bozukluğunun önemli bir bileşeni olduğu düşünülmektedir (Clark & Wells, 1995; Hofmann, 2007; Spence & Rapee, 2016). Benzer şekilde; bu çalışmada elde edilen ve duygu düzenleme güçlüklerinin, performansa yönelik olumsuz değerlendirmelerle ilişkili olduğunu gösteren bulgu da duygu düzenleme güçlükleri ile sosyal kaygı belirtileri arasındaki ilişkiyi açıklayabilir.

Bu çalışmada olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin sosyal kaygı bozukluğu belirtileriyle ilişkisinin araştırılmasının yanında, bu ilişkiyi aydınlatmak amacıyla olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin, bireylerin sosyal durumlarda sergilendikleri performansa yönelik öznel değerlendirmeleri üzerindeki rolleri de incelenmiştir. İlk olarak; olumsuz değerlendirilme korkusundaki artışın, bireylerin performanslarına yönelik daha olumsuz değerlendirmeler yapmalarıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu bulgu, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan bireylerin performanslarına ilişkin daha olumsuz değerlendirmeler yaptıklarını bildiren çeşitli çalışmaların bulgularıyla uyumludur (Dannahy ve Stopa, 2007; Makkar ve Grisham, 2012; Papageorgiou ve Wells, 2002; Zou ve Abbott, 2012). Olumsuz değerlendirilme korkusu ile performans algısı arasındaki ilişkiyi, olumsuz değerlendirilme korkusunun bilişsel süreçlerdeki çarpıtmayla olan bağlantısı açıklayabilir. Daha önce de bahsedildiği gibi olumsuz değerlendirilme korkusu, bireylerin sosyal durumları daha olumsuz bir bakış açısıyla değerlendirmeleriyle ilişkilidir (bkz. Steinman vd., 2014; Vassilopoulos, 2011; Winton vd., 1995). Dolayısıyla; olumsuz değerlendirilme korkusu bireylerin kendi performanslarına yönelik daha çarpıtılmış bir bakış açısı geliştirmelerine ve bunun bir sonucu olarak performanslarını daha olumsuz bir şekilde değerlendirmelerine zemin hazırlayabilir. Ayrıca olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal durumlarda bireylerin daha fazla kaygılanmalarına neden olabilir ve bireyler hissettikleri çeşitli kaygı belirtilerini başarısız bir performansın göstergesi olarak değerlendirebilirler. Böylelikle olumsuz değerlendirilme korkusundaki artış, bireyler performansını daha olumsuz bir şekilde değerlendirmesiyle sonuçlanabilir.

Analiz sonuçları olumlu değerlendirilme korkusundaki artışın, bireylerin performanslarına yönelik daha olumsuz değerlendirilme yapmalarıyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Alanyazın gözden geçirildiğinde bu iki değişkenin ilişkisini araştıran yalnızca bir çalışmaya rastlanmıştır. Weeks ve Zoccola (2016) tarafından yürütülen araştırmada, bu çalışmanın bulgusuyla benzer şekilde, olumlu değerlendirilme korkusu ile konuşma performansına yönelik değerlendirmenin negatif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Olumlu değerlendirilmeye yönelik korku, bireyin performansının güçlü yönlerini görmesini engelleyerek, performansını daha olumsuz bir bakış açısıyla değerlendirmesine yol açabilir. Nitekim bir çalışmada olumlu değerlendirilme korkusunun olumlu sosyal çıktıları yok saymayla ilişkili olduğu gösterilmiştir (Weeks, 2010). Ayrıca olumlu değerlendirilme korkusu, bireylerin kendilerine yönelik daha eleştirel bir tutuma sahip olmalarına neden olabilir ve bu da performanslarına yönelik daha olumsuz değerlendirmeler yapmalarıyla sonuçlanabilir. Bu yorumu destekleyecek şekilde, bir çalışmada olumlu değerlendirilme korkusu ile öz şefkat arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmuştur (Werner vd., 2012). Kısacası; olumlu değerlendirilmeye ilişkin korku bireylerin kendilerine yönelik değerlendirmelerinde daha olumsuz olmalarına yol açtığından, sosyal durumlardaki performanslarını da daha olumsuz değerlendirme eğiliminde olmalarına neden olabilir.

Performansa yönelik öznel değerlendirmeler üzerinde bağımsız bir rolü olduğu gösterilen bir diğer faktör de duygu düzenleme güçlükleridir. Bu çalışmada, duyguları düzenleme süreçlerinde yaşanan zorlukların, bireylerin performanslarını daha olumsuz bir şekilde değerlendirmeleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur. Alanyazın incelendiğinde benzer bir çalışmaya rastlanmamıştır. Duygularını düzenlemekte zorlanan bireyler, sosyal durumlarda daha fazla kaygılanabilir ve yaşadıkları bu kaygıyı kötü bir performansın göstergesi olarak değerlendirebilirler. Nitekim çeşitli araştırmalar duygu düzenleme güçlüğü'nün konuşma performans esnasında yaşanan kaygıda artışla ilişkili olduğunu göstermektedir (Hofmann vd., 2009; Predatu vd., 2021). Fakat duygu düzenleme süreçleri ile performansa yönelik değerlendirmeler arasındaki ilişkinin anlaşılabilmesi amacıyla daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışmaların bulguları genel olarak değerlendirildiğinde, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüğü'nün sosyal kaygı belirtileriyle ilişkili olduğu söylenebilir. Bu değişkenlerin, sosyal kaygı belirtileri üzerindeki rolünün gösterilmesinin ötesine geçilerek, sosyal kaygı yaratan bir görev aracılığıyla bu ilişkiye yönelik ampirik bulguların sunulmasının, alanyazına önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir. Her ne kadar olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlükleri, sosyal kaygı bozukluğu bağlamında araştırılsa da bu kavramları bir arada ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Değişkenlerin bir arada incelenmesi sosyal kaygı belirtilerine özgün katkılarının belirlenmesine yardımcı olmuştur. Daha önemlisi gerçek bir sosyal kaygı deneyimi yaratan konuşma performansı görevi aracılığıyla, çalışma değişkenlerinin bireylerin performanslarına ilişkin değerlendirmeleri üzerindeki rolünün incelenmesi sosyal kaygı bozukluğu belirtilerine olan katkılarının daha iyi anlaşılmasına açısından önemlidir.

Yaygın bir sorun sosyal kaygı bozukluğuna yönelik geliştirilen terapi yöntemleri birçok danışana yararlı olmasına rağmen, önemli sayıda birey tedaviden yeteri kadar faydalanamamaktadır. Bu nedenle sosyal kaygı bozukluğuyla ilişkili olduğu düşünülen faktörlerin araştırılması ve bu faktörlere yönelik müdahale stratejilerinin geliştirilmesi önemlidir. Bu açıdan; özellikle olumlu değerlendirilme korkusu ve duygu düzenleme güçlüklerinin, hem sosyal kaygı bozukluğu belirtileriyle hem de sosyal kaygı bozukluğuyla yakından ilişkili olduğu bilinen performans değerlendirmesiyle ilişkisinin gösterilmesi psikoterapi uygulamalarına ışık tutabilir. Mevcut tedavi protokolleri incelendiğinde genellikle olumsuz değerlendirilmeye ilişkin korkuyu azaltmaya odaklandıkları (Fredrick & Luebbe, 2020; Weeks vd., 2020), bilişsel ve davranışsal faktörlere önemli ölçüde vurgu yapmalarına rağmen, duygular ve duygu düzenleme süreçlerine görece olarak daha az önem verildiği görülmektedir (Hofmann & Otto, 2018). Öte yandan bu çalışmada elde edilen bulgular yalnızca olumsuz değil, olumlu değerlendirilmeye yönelik korkunun ve duygu düzenlemede yaşanan güçlüklerin sosyal kaygının sürmesinde rol oynayabileceğine işaret etmektedir. Bu nedenle tedavi programlarına, bireylerin olumlu değerlendirilme korkularını azaltmalarına ve duygu düzenleme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacak bileşenlerin eklenmesi tedavi sonuçlarının iyileştirilmesinde yararlı olabilir. Çünkü standart bilişsel davranışçı terapinin olumlu değerlendirilme korkusu üzerindeki etkisinin, olumsuz değerlendirilme korkusuyla karşılaştırıldığında daha düşük olduğu bildirilmektedir (Fergus vd., 2009).

Gerçekleştirilen çalışmanın çeşitli kısıtlılıklardan söz edilebilir. İlk olarak çalışmanın örneklemini yalnızca üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır ve bu nedenle bulguların genellenebilirliği sınırlıdır.

Farklı yaş ve eğitim düzeylerinden bireylerin dahil edildiği çalışmaların yürütülmesi daha genellenebilir bulgulara ulaşılmasında yararlı olabilir. İkinci olarak; sosyal kaygı bozukluğu belirtilerini yordayan faktörlerin incelendiği analizde, bağımsız ve bağımlı değişkenlere ilişkin veriler aynı zamanda toplandığından, bir başka ifadeyle kesitsel bir yöntem izlendiğinden, neden sonuç ilişkisi kurmak olanaksızdır. Bu konuda yapılacak olan boylamsal çalışmalara ihtiyaç vardır. Son olarak; bu çalışmada sosyal kaygı tetiklemek için yalnızca konuşma performansı görevi kullanılmıştır. Alanyazın incelendiğinde karşılıklı konuşmayı içeren (genellikle araştırma asistanıyla) çeşitli görevlerin de kullanıldığı görülmektedir. Benzer analizlerin sosyal etkileşimin daha belirgin olduğu bu görevi içeren çalışmalarda tekrarlanması alanyazına önemli bir katkı sunabilir.

Etik Kurul İzni

Bu çalışma için etik kurul izni Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 27/10/2021 tarih ve 1145 numaralı kararı ile alınmıştır

Katkı Oranı Beyanı

Yazarlar makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan eder.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarları aralarında herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Bu makale birinci yazarın, ikinci yazar danışmanlığında yürüttüğü doktora tezinin bir kısmını içermektedir.



Kaynakça

- Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2004). Post-event rumination and negative self-appraisal in social phobia before and after treatment. *Journal of abnormal psychology, 113*(1), 136-144. <https://doi/10.1037/0021-843X.113.1.136>
- Akkuş, K. (2021). *Sosyal fobinin üstesinden gelmek: danışanlar için bilişsel davranışçı bir el kitabı* (2.baskı). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Akkuş, K., & Peker, M. (2022). Exploring the relationship between interpersonal emotion regulation and social anxiety symptoms: the mediating role of negative mood regulation expectancies. *Cognitive Therapy and Research, 46*(2), 287-301. <https://doi.org/10.1007/s10608-021-10262-0>
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical psychology review, 30*(2), 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, fifth edition, text revision. American Psychiatric Association
- Amir, N., Beard, C. ve Bower, E. (2005). Interpretation bias and social anxiety. *Cognitive Therapy and Research, 29*(4), 433-443. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-2834-5>
- Bjoreberg, J., Ljótsson, B., Tull, M. T., Hedman, E., Sahlin, H., Lundh, L. G., Bjarehed, J., Dillillo, D., Messman-Moore, T., Gumpert, C. H., & Gratz, K. L. (2016). Development and validation of a brief version of the difficulties in emotion regulation scale: the DERS-16. *Journal of psychopathology and behavioral assessment, 38*(2), 284-296. <https://doi.org/10.1007%2Fs10862-015-9514-x>
- Brockveld, K. C., Perini, S. J., & Rapee, R. M. (2014). Social anxiety and social anxiety disorder across cultures. İçinde S.G. Hofmann ve P. M. BiBartolo (Eds.). *Social Anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (3.Baskı) (s. 141-158). Academic Press.
- Carleton, R. N., Collimore, K. C. ve Asmundson, G. J. (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation: Construct validity of the BFNE-II. *Journal of Anxiety Disorders, 21*(1), 131-141. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2006.03.010>
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. R. G. Heimberg ve M. R. Liebowitz (Eds), İçinde R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope ve F. R. Schneier (Eds.). *Social phobia: diagnosis, assessment, and treatment* (s. 69-93). Guilford Press.
- Cook, S. I., Moore, S., Bryant, C., & Phillips, L. J. (2022). The role of fear of positive evaluation in social anxiety: a systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology: Science and Practice*. <https://doi/10.1037/cps0000082>
- Çetin, B., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2010). Olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeği kısa formu'nun Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim, 35*(156), 205-216.
- Dannahy, L. ve Stopa, L. (2007). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 45*(6), 1207-1219. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.08.017>
- Dannahy, L., & Stopa, L. (2007). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 45*(6), 1207-1219. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.08.017>

- Doğan, T., & Totan, T. (2010). Olumlu değerlendirilme korkusu ölçeği Türkçe formu'nun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Akademik Bakış Dergisi*, 22, 1-20. <http://www.ajindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423868191.pdf>
- Dryman, M. T., & Heimberg, R. G. (2018). Emotion regulation in social anxiety and depression: a systematic review of expressive suppression and cognitive reappraisal. *Clinical psychology review*, 65, 17-42. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.07.004>
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A. & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160. doi: 10.3758/brm.41.4.1149
- Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., Stephenson, K., Gier, S., & Jencius, S. (2009). The fear of positive evaluation scale: psychometric properties in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 23(8), 1177-1183. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2009.07.024>
- Fredrick, J. W., & Luebbe, A. M. (2020). Fear of positive evaluation and social anxiety: a systematic review of trait-based findings. *Journal of Affective Disorders*, 265, 157-168. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.042>
- Fredrick, J. W., & Luebbe, A. M. (2022). Prospective associations between fears of negative evaluation, fears of positive evaluation, and social anxiety symptoms in adolescence. *Child Psychiatry & Human Development*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s10578-022-01396-7>
- Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics*, 24(4), 723-751. [https://doi.org/10.1016/s0193-953x\(05\)70260-4](https://doi.org/10.1016/s0193-953x(05)70260-4)
- Gilbert, P. (2014). Evolutionary models: Practical and conceptual utility for the treatment and study of social anxiety disorder. İçinde J. W. Weeks (Ed.), *The wiley blackwell handbook of social anxiety disorder* (pp. 24-52). John Wiley & Sons.
- Goldin, P. R., Jazaieri, H., & Gross, J. J. (2014). Emotion regulation in social anxiety disorder. İçinde Hofmann, S. G. ve BiBartolo, P.M. (Eds.). *Social Anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (3.Baskı) (s. 511-529). Academic Press.
- Gök, B. G. (2019). *Sosyal kaygı için kavramsallaştırma ve modelleme çalışması* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gültekin, B. K., & Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 150-158.
- Heimberg, R. G., Brozovich, F. A., & Rapee, R. M. (2014). A cognitive-behavioral model of social anxiety disorder. İçinde S.G. Hofmann ve P. M. BiBartolo (Eds.). *Social Anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (3.baskı) (s. 705-728). Academic Press.
- Helbig-Lang, S., Rusch, S., & Lincoln, T. M. (2015). Emotion regulation difficulties in social anxiety disorder and their specific contributions to anxious responding. *Journal of clinical psychology*, 71(3), 241-249. <https://doi.org/10.1002/jclp.22135>

- Henry, J. D., & Crawford, J. R. (2005). The short-form version of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct validity and normative data in a large non-clinical sample. *British journal of clinical psychology, 44*(2), 227-239. <https://doi.org/10.1348/014466505X29657>
- Hofmann, S. G. & Otto, M. W. (2018). *Cognitive behavioral therapy for social anxiety disorder: evidence-based and disorder-specific treatment techniques* (2.baskı). Routledge
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: a comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive behaviour therapy, 36*(4), 193-209. <https://doi.org/10.1080/16506070701421313>
- Hofmann, S. G., Anu Asnaani, M. A., & Hinton, D. E. (2010). Cultural aspects in social anxiety and social anxiety disorder. *Depression and anxiety, 27*(12), 1117-1127. <https://doi.org/10.1002/da.20759>
- Hofmann, S. G., Heering, S., Sawyer, A. T., & Asnaani, A. (2009). How to handle anxiety: the effects of reappraisal, acceptance, and suppression strategies on anxious arousal. *Behaviour research and therapy, 47*(5), 389-394. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2009.02.010>
- Hu, T., Zhang, D., Wang, J., Mistry, R., Ran, G., & Wang, X. (2014). Relation between emotion regulation and mental health: a meta-analysis review. *Psychological reports, 114*(2), 341-362. <https://doi.org/10.2466%2F03.20.PR0.114k22w4>
- Jefferies, P., & Ungar, M. (2020). Social anxiety in young people: A prevalence study in seven countries. *PLoS One, 15*(9), e0239133. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0239133>
- Kanai, Y., Sasagawa, S., Chen, J., Shimada, H. ve Sakano, Y. (2010). Interpretation bias for ambiguous social behavior among individuals with high and low levels of social anxiety. *Cognitive Therapy and Research, 34*(3), 229-240. <https://doi.org/10.1007/s10608-009-9273-7>
- Kashdan, T. B. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 27*, 348 – 365. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.12.003>.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of general psychiatry, 62*(6), 593-602. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Koyuncu, A., İnce, E., Ertekin, E., & Tükel, R. (2019). Comorbidity in social anxiety disorder: diagnostic and therapeutic challenges. *Drugs in context, 8*., 212573. <https://doi.org/10.7573/dic.212573>
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and social psychology bulletin, 9*(3), 371-375. <https://doi.org/10.1177%2F0146167283093007>
- Liebowitz, M. R. (1987). Social phobia. *Modern Problems in Pharmacopsychiatry, 22*, 141-173. <https://doi.org/10.1159/>
- Lipton, M. F., Weeks, J. W., & De Los Reyes, A. (2016). Individual differences in fears of negative versus positive evaluation: Frequencies and clinical correlates. *Personality and Individual Differences, 98*, 193-198. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.03.072>

- Liu, X., Yang, Y., Wu, H., Kong, X. ve Cui, L. (2020). The roles of fear of negative evaluation and social anxiety in the relationship between self-compassion and loneliness: a serial mediation model. *Current Psychology*, 1-9. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01001-x>
- Liu, X., Yang, Y., Wu, H., Kong, X., & Cui, L. (2020). The roles of fear of negative evaluation and social anxiety in the relationship between self-compassion and loneliness: a serial mediation model. *Current Psychology*, 1-9. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01001-x>
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour research and therapy*, 33(3), 335-343. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Makkar, S. R. ve Grisham, J. R. (2012). Constructive effects of engaging in post-event processing in high and low socially anxious individuals. *Behaviour Change*, 29(3), 127-147. <https://doi.org/10.1017/bec.2012.13>
- Mehrizi, S. H. A. A., Amani, O., Feyzabadi, A. M., & Kolae, Z. E. B. (2022). Emotion regulation, negative self-evaluation, and social anxiety symptoms: The mediating role of depressive symptoms. *Current Psychology*, 1-11. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03225-5>
- Okawa, S., Arai, H., Sasagawa, S., Ishikawa, S. I., Norberg, M. M., Schmidt, N. B., Kwon, J.H., Rapee, R. M., & Shimizu, E. (2021). A cross-cultural comparison of the bivalent fear of evaluation model for social anxiety. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, 31(3), 205-213. <https://doi.org/10.1016/j.jbct.2021.01.003>
- Papageorgiou, C. ve Wells, A. (2002). Effects of heart rate information on anxiety, perspective taking, and performance in high and low social-evaluative anxiety. *Behavior Therapy*, 33(2), 181-199. [https://doi.org/10.1016/S0005-7894\(02\)80024-7](https://doi.org/10.1016/S0005-7894(02)80024-7)
- Penney, E. S., & Abbott, M. J. (2015). The impact of perceived standards on state anxiety, appraisal processes, and negative pre-and post-event rumination in social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 39(2), 162-177. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1007/s10608-014-9639-3>
- Predatu, R., David, O. A., Ovidiu David, D., & Maffei, A. (2021). Emotion regulation abilities as a predictor of anxiety, positive emotions, heart rate, and alpha asymmetry during an impromptu speech task. *Anxiety, Stress, & Coping*, 34(6), 719-733. <https://doi.org/10.1080/10615806.2020.1867717>
- Rapee, R. M., & Abbott, M. J. (2006). Mental representation of observable attributes in people with social phobia. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 37(2), 113-126. <https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2005.01.001>
- Rapee, R. M., & Lim, L. (1992). Discrepancy between self-and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of abnormal psychology*, 101(4), 728-731. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.101.4.728>
- Reichenberger, J., & Blechert, J. (2018). Malaise with praise: a narrative review of 10 years of research on the concept of fear of positive evaluation in social anxiety. *Depression and anxiety*, 35(12), 1228-1238. <https://doi.org/10.1002/da.22808>

- Sackl-Pammer, P., Jahn, R., Özlü-Erkilic, Z., Pollak, E., Ohmann, S., Schwarzenberg, J., Plener, P., & Akkaya-Kalayci, T. (2019). Social anxiety disorder and emotion regulation problems in adolescents. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 13(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s13034-019-0297-9>
- Sarıçam, H. (2018). The psychometric properties of Turkish version of Depression Anxiety Stress Scale-21 (DASS-21) in health control and clinical samples. *Journal of Cognitive Behavioral Psychotherapy and Research*, 7(1), 19–30. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.274847>
- Schneider, R. L., Arch, J. J., Landy, L. N., & Hankin, B. L. (2018). The longitudinal effect of emotion regulation strategies on anxiety levels in children and adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 47(6), 978-991. <https://doi.org/10.1080/15374416.2016.1157757>.
- Skocic, S., Jackson, H., & Hulbert, C. (2015). Beyond DSM-5: an alternative approach to assessing social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 30, 8-15. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.12.006>
- Soykan, Ç., Özgüven, H. D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, 93(3_suppl), 1059-1069. <https://doi.org/10.2466%2Fpr0.2003.93.3f.1059>
- Spence, S. H., & Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*, 86, 50-67. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.06.007>
- Steinman, S. A., Gorlin, E. I. ve Teachman, B. A. (2014). Cognitive biases among individuals with social anxiety. İçinde J. W. Weeks (Ed.). *The wiley blackwell handbook of social anxiety disorder* (s. 323-343). Wiley Blackwell.
- Steinman, S. A., Gorlin, E. I., & Teachman, B. A. (2014). Cognitive biases among individuals with social anxiety. İçinde J. W. Weeks (Ed.). *The wiley blackwell handbook of social anxiety disorder* (s. 323-343). Wiley blackwell.
- Vancelef, L. M. ve Peters, M. L. (2008). Examining content specificity of negative interpretation biases with the Body Sensations Interpretation Questionnaire (BSIQ). *Journal of Anxiety Disorders*, 22(3), 401-415. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.05.006>
- Vassilopoulos, S. P. (2011). Interpretation bias for facial expressions in high and low socially anxious individuals: Effects of stimulus duration. *The Hellenic Journal of Psychology*, 8, 44-65.
- Wallace, S. T., & Alden, L. E. (1995). Social anxiety and standard setting following social success or failure. *Cognitive Therapy and Research*, 19(6), 613–631. <https://doi.org/10.1007/bf02227857>
- Wallace, S. T., & Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: the price of success. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(3), 416-424. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0021-843X.106.3.416>
- Wang, W. T., Hsu, W. Y., Chiu, Y. C., & Liang, C. W. (2012). The hierarchical model of social interaction anxiety and depression: The critical roles of fears of evaluation. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 215-224. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.004>
- Weeks, J. W. (2010). The Disqualification of Positive Social Outcomes Scale: a novel assessment of a long-recognized cognitive tendency in social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, 24(8), 856-865. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2010.06.008>

- Weeks, J. W. (2015). Replication and extension of a hierarchical model of social anxiety and depression: fear of positive evaluation as a key unique factor in social anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy, 44*(2), 103-116. <https://doi.org/10.1080/16506073.2014.990050>
- Weeks, J. W., & Howell, A. N. (2012). The bivalent fear of evaluation model of social anxiety: Further integrating findings on fears of positive and negative evaluation. *Cognitive Behaviour Therapy, 41*(2), 83-95. <https://doi.org/10.1080/16506073.2012.661452>
- Weeks, J. W., & Howell, A. N. (2014). Fear of positive evaluation: the neglected fear domain in social anxiety. İçinde J. W. Weeks (Ed.). *The Wiley Blackwell handbook of social anxiety disorder* (s. 433–453). John Wiley & Son.
- Weeks, J. W., & Zoccola, P. M. (2016). Fears of positive versus negative evaluation: distinct and conjoint neuroendocrine, emotional, and cardiovascular responses to social threat. *Journal of Experimental Psychopathology, 7*(4), 632-654. <https://doi.org/10.5127%2Fjep.056016>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. (2008). The Fear of Positive Evaluation Scale: assessing a proposed cognitive component of social anxiety. *Journal of anxiety disorders, 22*(1), 44-55. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.08.002>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Hart, T. A., Turk, C. L., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2005). Empirical validation and psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological assessment, 17*(2), 179-190. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.17.2.179>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Hart, T. A., Turk, C. L., Schneier, F. R. ve Liebowitz, M. R. (2005). Empirical validation and psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological assessment, 17*(2), 179.-190. <https://doi/10.1037/1040-3590.17.2.179>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., & Norton, P. J. (2008). Exploring the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 22*(3), 386-400. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.04.009>
- Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2012). Psychometric evaluation of the Fear of Positive Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological assessment, 24*(2), 301-312. <https://doi/10.1037/a0025723>
- Weeks, J. W., Wilmer, M. T., Potter, C. M., Waldron, E. M., Versella, M., Kaplan, S. C., Jensen, D. & Heimberg, R. G. (2020). Targeting fear of positive evaluation in patients with social anxiety disorder via a brief cognitive behavioural therapy protocol: a proof-of-principle study. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 48*(6), 745-750. <https://doi.org/10.1017/s1352465820000491>
- 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*(3), 346-354. <https://doi/10.1007/s10862-011-9225-x>
- Werner, K. H., Jazaieri, H., Goldin, P. R., Ziv, M., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2012). Self-compassion and social anxiety disorder. *Anxiety, Stress & Coping, 25*(5), 543-558. <https://doi.org/10.1080/10615806.2011.608842>

- Winton, E. C., Clark, D. M. ve Edelman, R. J. (1995). Social anxiety, fear of negative evaluation and the detection of negative emotion in others. *Behaviour research and therapy*, 33(2), 193-196. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)E0019-F](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)E0019-F)
- Yiğit, İ., & Guzey Yiğit, M. (2019). Psychometric properties of Turkish version of difficulties in emotion regulation scale-brief form (DERS-16). *Current Psychology*, 38(6), 1503-1511. <http://doi.org/10.1007/s12144-017-9712-7>
- Zou, J. B. ve Abbott, M. J. (2012). Self-perception and rumination in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 50(4), 250-257. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2012.01.007>

