

# Ergenlerin Utangaçlık Düzeylerinin İncelenmesi <sup>1</sup>

## Investigation of Shyness Levels of the Adolescents

**Murat EROL<sup>2</sup> ve Dilek AVCI-TEMİZER<sup>3</sup>**

**Öz:** Bu çalışmanın amacı, ergenlerin utangaçlık düzeylerini “cinsiyet”, “doğum sırası”, “yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri”, “algılanan anne tutumu”, “algılanan baba tutumu” ve “lise eğitimi ve yaşantısı yeterlik algısı” değişkenlerine göre incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, Ankara ilinde bulunan üniversitelerin çeşitli lisans bölümlerinin birinci sınıfında öğrenim gören 628 öğrenci oluşturmaktadır. Bağımsız değişkenlere ilişkin verilerin elde edilmesinde araştırmacılar tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu, öğrencilerin utangaçlık düzeylerine ilişkin verilerin toplanmasında ise Utangaçlık Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler, ikili karşılaştırmalar için t-testi; çoklu karşılaştırmalar için tek yönlü varyans analizi yöntemi ile test edilmiştir. Araştırmanın sonucunda, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin “cinsiyet”, “doğum sırası”, “yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri”, “algılanan anne tutumu”, “algılanan baba tutumu” ve “lise eğitimi ve yaşantısı yeterlik algısı” açısından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Elde edilen bu bulgular doğrultusunda, sonuçlar tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Sözcükler:** Utangaçlık, ergen, üniversite öğrencileri.

**Abstract:** The purpose of this study is to analyze the adolescents' level of shyness according to “gender”, “birth order”, “the place where the students spent most of their lives”, “perceived attitude of mother”, “perceived attitude of father” and “efficiency perception of the high school education and school life” variables. The research study group consists of 628 freshman students of a state university in Ankara. In collecting the data related to the independent variables, the Personal Information Form, developed by the researchers; in collecting the data related to the students' shyness levels, the Shyness Scale has been used. To compare the dyadic groups t-test and to compare the multiple groups one way ANOVA were used. According to the results, the shyness levels of the university students showed significant difference based on “gender”, “birth order”, “the place which the students spent most of their lives”, “perceived attitude of the mother”, “perceived attitude of the father” and “efficiency perception of the high school education and school life”. In accordance with the obtained data, the results have been discussed on and some suggestions have been made.

**Keyword:** Shyness, adolescent, university students.

Bulduğumuz yüzyıl bireylerin kendilerini var edebilme savaşı verdiği ve çalıştığı alanlarda başarı sağlayabilmek amacıyla tüm kaynaklarını kullanması gerekliliğine inandığı bir yüzyıldır. “Olmak” diğer bir ifadeyle bireyin kendisini var edebilmesi, yani Bandura'ya (1997) göre kendisini gerçekleştirebilmesi evrensel bir ihtiyaçtır. Bu ihtiyacı karşılayabilmek için birey, öncelikli olarak kendi iç kaynaklarına

başvurmaktadır. Dış kaynakların fazlalığı ve değerlendirilebilir durumda olması, iç kaynakların kullanılmaması durumunda bir anlam ifade etmemektedir. Bu nedenle bireyin kendini gerçekleştirebilmesi, başarılı olabilmesi, başarısının devamlılığını sağlayabilmesi, bu yönde eylemde bulunabilmesi için öncelikle bireyin kendisine ait

<sup>1</sup> Bu çalışmanın bir bölümü, 29-31 Ekim 2015 tarihlerinde, Descartes Üniversitesi'nde (Paris/FRANSA) düzenlenecek olan “6th World Conference on Learning, Teaching and Educational Leadership”de sunulmak üzere sözlü bildiri olarak kabul edilmiştir.

<sup>2</sup> Uzm., Kara Harp Okulu, Ankara. E-posta: [muraterol1980@hotmail.com](mailto:muraterol1980@hotmail.com)

<sup>3</sup> Uzm., Hacettepe Üniversitesi, Ankara. E-posta: [dilekavcipdr@gmail.com](mailto:dilekavcipdr@gmail.com)

olumlu algılara sahip olması ve kendini yeterli hissetmesi gerekmektedir.

Utangaçlık bireyin bir konuda eyleme geçebilmesini engelleyen veya belirleyen önemli bir iç dinamiktir. Cheek ve Buss (1981) utangaçlığı, “başkalarının karşısında ortaya çıkan huzursuzluk, engellenme ve sosyallikten kaçınma” olarak tanımlamıştır. Jones, Smith ve Briggs (1986) ise utangaçlığı, toplumsal etkileşimden kaçınma, toplumsal konulara gereğince katılmakta başarısız olma eğilimi olarak tanımlamıştır. Ancak utangaçlık, salt bir sosyallikten kaçınma olarak değerlendirilerek basite alınmamalıdır. Çünkü bireyler, sosyal ortamlarda “kendilerini ifade edebildiklerinde” ve “onay alabildiklerinde” özlere ilişkin yeterlikleri geliştirmekte ve buna bağlı olarak da sahip oldukları potansiyelleri değerlendirebilmektedirler. Ancak, utangaç bireyler bu durumun tam tersini yaşamakta ve buna bağlı olarak sosyal ortamlardan kendilerini soyutlamaktadırlar (Caprara, Steca, Cervone ve Artistico, 2003; Hermann ve Betz, 2004). Utangaç bireylerin, “diğer insanlar tarafından gülünç bulunacaklarını ve bu nedenle insanların kendilerine acıyacağını” düşündükleri için diğerlerinin dikkatlerini çekecek hiçbir şey söylemedikleri ve yapmadıkları; sosyal ortamlarda kendilerini yeterli derecede ifade edemedikleri ve sosyal ortamlardan kaçındıkları bilinmektedir (Gard, 2000; Henderson ve Zimbardo 1998; Kimmel ve Weiner, 1985; Yüksel, 2005).

Utangaçlığın gelişmesinde anne-baba ve çocuk etkileşiminin önemli olduğu konusunda genel bir düşünce birliği vardır. “Ebeveyni tarafından sürekli azarlanan, aşırı korunup kollanan, inisiyatif kullanmasına izin verilmeyen, yetersiz ya da beceriksiz olduğu kendilerine hissettirilen çocuklar ilerideki yaşamlarında utangaç, çekingen, ürkek, kendi başlarına karar veremeyen, sosyal ilişkiler kurmakta zorluk çeken yetişkinler olarak karşımıza çıkmaktadırlar (Yüksel, 2005). Yakın tarihlere kadar insanların sahip olması gereken önemli bir meziyet sayılan utangaçlık, günümüzde kişilerarası ilişkileri etkileyen önemli etmenlerden biridir (Cardduci ve Zimbardo, 1995; Durmuş, 2007). Utangaçlık çocukluk ve ön ergenlik çağlarında takdir edilen bir davranış olarak pekiştirilebilmektedir. Örneğin utangaç bir erkek çocuğu çok sevimli bulunabilmekte veya utangaç bir kız çocuğu “hanım hanımcık” olarak değerlendirilip takdir edilebilmektedir. Ancak, çocukluk ve ön ergenlik çağlarında sosyal onay aracı olabilen utangaçlık ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde birey için travmatik sonuçlar doğurabilmektedir.

Utangaçlık ile ilgili alanyazın incelendiğinde; cinsiyet (Akdoğan, 2007; Durmuş, 2007; Hermann ve Betz, 2004), doğum sırası (Ray Crozier ve Birdsey, 2003), yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri (Altıok, 2011; Erdal, 2003), anne-baba tutumu (Gökmenoğlu, 2011; Hamarta, Baltacı, Üre ve Demirtaş, 2010), anne-baba eğitim düzeyi (Aliyev ve

Kalgı, 2014; Cabak, 2002; Gökçe, 2002; Güler-Yılmaz, 2012; Yüksel, 2002, 2005), ailenin gelir durumu (Cabak, 2002; Gökçe, 2002; Güler-Yılmaz, 2012), okul türü (Güler-Yılmaz, 2012), algılanan akademik başarı durumu (Cabak, 2002; Yüksel, 2002, 2005), algılanan kişilik özellikleri (Durmuş, 2007), bağlanma stilleri (Deniz, 2006), ilişki tutumları (Ervin ve Presler, 2011; Tackett, Nelson ve Busby, 2013; Şahin ve Gizir, 2014), problem çözme ve stresle başa çıkma stratejileri (Altıok, 2011; Koç, 2006), onaylanma ihtiyacı (Demirbaş, 2009), cep telefonu kullanımı (Deniz, Yıldırım ve Çobanyıldız, 2014; Evegü, 2014), internet kullanımı (Deniz, Yıldırım ve Çobanyıldız, 2014; Evegü, 2014; Eldeleklioğlu ve Vural-Batık, 2013), duruş bozukluğu ve fiziksel görünüm algısı (Asl, 2014; Cabak, 2002) ve sigara içme durumunun (Erdal, 2003) utangaçlık ile ilişkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, farklı gruplar üzerinde yapılan çalışmalarda; sosyal öz yeterlik algısının (Caprara, Steca, Cervone ve Artistico, 2003; Hermann ve Betz, 2004), öz saygının (Butt, Moosa, Ajmal ve Rahman, 2011; Gökçe, 2002; Hamarta ve Demirbaş, 2009; Kemple, 1995; Şahin ve Gizir, 2014; Tackett, Nelson ve Busby, 2013; Yüksel, 2002, 2005), yalnızlığın (Erözkan, 2009; Gökçe, 2002; Güler-Yılmaz, 2012) ve yaşam doyumunun (Mowrer ve Parker, 2004) utangaçlık ile ilişkili olduğu görülmüştür. Utangaçlığı azaltmaya yönelik yapılan deneysel çalışmalarda ise sosyal beceri eğitiminin (Hasdemir, 2005; Kozanoğlu, 2006; Miller, 1995; Yıldırım, 2006), yaratıcı drama ile bütünleştirilmiş grupla psikolojik danışmanın (Durmuş, 2006), bilişsel-davranışçı grup terapisinin (Aydın, Tekinsav-Sütcü ve Sorias, 2010) ve yaratıcı drama eğitiminin (Abacı, 2014) bireylerin utangaçlık düzeyini anlamlı düzeyde azalttığı görülmüştür. Alanyazın bulguları göz önünde bulundurulduğunda; utangaçlığın, bireylerin davranışlarında önemli bir etkiye sahip olduğu, bireylerin eyleme geçmesini engellediği ve utangaç olan bireylerin olumsuz benlik algılarına sahip olduğu söylenebilir.

Utangaçlık, üniversite öğrencileri içinde önemli bir etkidir. Çünkü üniversite süreci bireylerin kendilerini gerçekleştirmede önemli bir yaşam dönemidir. Ergenlikten yetişkinliğe geçiş aşaması olan bu dönemde öğrenciler birçok farklı durumla karşılaşabilmektedir. “Kimlik krizi”, “kuşak çatışması”, “sosyal beklentiler ile kişisel isteklerde uyumsuzluk”, “karşı cinsle olan ilişkiler”, “yaşanan biyolojik değişim” ve “yerine getirilmesi gereken gelişimsel görevler” gibi pek çok etken ergenlik sürecinde bireylerin yaşamını etkilemektedir (Onur, 2001; Ünal ve Şahin, 2013). Bunlara ek olarak ergenliğin son dönemine denk gelen üniversite yaşantısının da bireylerin yaşamını etkilediği ve değiştirdiği söylenebilir. Üniversite yaşamında öğrencilerin kendilerine güvenmeleri, bireysel hareket etmeleri ve kendi kararlarını almaları beklenmektedir. Kendisine ve yaşamına ilişkin olumsuz duygulara ve algılara sahip ergenlerin üniversite yaşantısına uyum

sağlamakta zorlanabileceği söylenebilir. Ergenlik döneminde, edinilen olumsuz düşüncelerin, duyguların, davranışların ve alışkanlıkların üniversite yaşantısında ciddi bir dezavantaja döneceği ve bireyin üniversite yaşantısında bunlarla baş etmek zorunda kalacağı ortadadır. Farklı gruplar üzerinde yapılan çalışmalarda; utangaçlık düzeyi düşük olan bireylerin, sosyal öz yeterlik algıları (Caprara, Steca, Cervone ve Artistico, 2003; Hermann ve Betz, 2004) ile öz saygılarının (Butt, Moosa, Ajmal ve Rahman, 2011; Gökçe, 2002; Hamarta ve Demirbaş, 2009; Kemple, 1995; Şahin ve Gizir, 2014; Tackett, Nelson ve Busby, 2013; Yüksel, 2002, 2005) daha olumlu (yüksek) olduğu ve yaşamlarından daha fazla doyum aldıkları (Mowrer ve Parker, 2004) görülmüştür. Kendilerine ve yaşamlarına ait olumlu duygulara ve algılara sahip bireylerin ise daha etkili problem çözdükleri ve stresli yaşam olaylarına karşı daha dirençli oldukları bilinmektedir (Altıok, 2011; Huebner ve diğerleri, 2004; Koç, 2006). Benzer şekilde; utangaçlık düzeyi düşük üniversite öğrencilerinin de daha etkili problem çözme becerilerine ve stresle başa çıkma stratejilerine sahip oldukları bilinmektedir (Altıok, 2011; Koç, 2006). Bu bağlamda, alanyazında yapılan çalışmalara ek olarak, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesinin alanyazına katkı sağlayabileceği değerlendirilmiştir. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri ile ilişkili farklı değişkenlerin ortaya konması, utangaç öğrencilerin tespitinde ve bu öğrencilerin duyuşsal gelişimlerini sağlamaya yönelik verilebilecek “psikososyal eğitimlerin” düzenlenmesinde fayda sağlayabilir. Ayrıca bu araştırmadan elde edilen bulgular ile varılacak sonuçların ve yapılan önerilerin, psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) birimlerinde çalışan alan uzmanlarına, benzer konularda çalışacak olan araştırmacılara ve üniversite yönetimlerine yol gösterici olabileceği değerlendirilmektedir.

#### **Araştırmanın Amacı**

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu genel amacı gerçekleştirmek için aşağıdaki sorulara (araştırma problemlerine) yanıt aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
2. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri doğum sırasına göre farklılık göstermekte midir?
3. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yerine göre farklılık göstermekte midir?
4. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri algılanan anne tutumuna göre farklılık göstermekte midir?
5. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri algılanan baba tutumuna göre farklılık göstermekte midir?
6. Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri lise eğitimi ve yaşantısı yeterlik algısına göre farklılık göstermekte midir?

#### **Yöntem**

##### **Araştırmanın Modeli**

Ergenlerin utangaçlık düzeylerinin incelendiği bu çalışma, ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir araştırmadır. Bu araştırmada değişkenler arasındaki ilişkiler ölçülmeye çalışılmıştır.

##### **Örneklem**

Araştırmanın örneklemini, Ankara ilinde bulunan devlet üniversitelerinin çeşitli lisans bölümlerinin birinci sınıfında öğrenim gören 628 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmanın örneklemini, kolaylıkla bulunabileni örnekleme (Convenience Sampling) yöntemi ile oluşturulmuştur. Kolaylıkla bulunabileni örnekleme yöntemi, yakın çevrede bulunan ve ulaşılması kolay elde mevcut ve araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen bireyler üzerinde yapılan örneklemedir (Erkuş, 2011). Çalışma grubunda yer alan ergenlerin bilgileri Tablo 1’de sunulmuştur.

**Tablo 1. Çalışma Grubunda Yer Alan Ergenlerin Betimsel İstatistikleri**

<b>Değişkenler</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Öğrenim Görülen Üniversite</b>		
Hacettepe Üniversitesi	267	42.52
Ankara Üniversitesi	154	24.52
Gazi Üniversitesi	207	32.96
<b>Yaş</b>		
17 Yaş	152	24.2
18 Yaş	476	75.8
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	223	35.5
Erkek	405	64.5

Öğrencilerin bilgileri incelendiğinde, kız öğrenciler (n=223) grubun %35.5'ini, erkek öğrenciler (n=405) grubun %64.5'ini, 17 yaşındaki öğrenciler (n=152) grubun %24.2'sini, 18 yaşındaki öğrenciler (n=476) grubun % 75.8'ini oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırma için belirlenen değişkenlere ilişkin veriler *Utangaçlık Ölçeği* ve araştırmacılar tarafından geliştirilen *Kişisel Bilgi Formu* ile elde edilmiştir. Veri toplama araçlarına ilişkin bilgiler aşağıda verilmiştir.

**Kişisel Bilgi Formu (KBF):** Kişisel bilgi formu ile cinsiyet, doğum sırası, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri, algılanan anne tutumu, algılanan baba tutumu ve lise 'eğitimi ve yaşantısı' yeterlik algısı değişkenleri ile ilgili bilgiler saptanmıştır. Kişisel bilgi formunda anne tutumu, baba tutumu ve lise eğitimi ile ilgili sorulara verilen cevaplar öğrencilerin algılarını yansıtmaktadır. Ör: Lise 'eğitiminizi ve yaşantınızı' üniversite 'eğitimi ve yaşantısı' için yeterli buluyor musunuz? (evet, kararsızım, hayır).

**Utangaçlık Ölçeği (UÖ):** Cheek ve Buss (1981) tarafından 9 madde olarak geliştirilen ve daha sonra Cheek (1983) tarafından madde sayısı 13'e çıkarılan Utangaçlık Ölçeği (Shyness Scale) Güngör (2001) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlanmış formuna, Güngör (2001) tarafından 7 madde daha eklenerek, 20 maddelik yeni bir ölçek oluşturulmuştur. Ölçek, beşli likert tipi bir ölçektir ve alt faktörü bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100'dür. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde utangaçlığa; düşük puanlar ise düşük düzeyde utangaçlığa işaret etmektedir. Ölçek, "Yeni tanıştığım

kişilerle birlikteyken kendimi tedirgin hissedirim.", "Yeni tanıştığım insanlara doğal davranmakta güçlük çekerim." gibi maddelerden oluşmaktadır. Orijinal çalışmada, ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .88; Güngör (2001) tarafından yapılan çalışmada ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı  $\alpha=.91$ ; bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

### İşlem ve Verilerin Analizi

Araştırma verileri, 2013-2014 eğitim-öğretim yılı güz dönemi Kasım ayı içerisinde araştırmacılar tarafından toplanmıştır. Veriler 649 öğrenciden toplanmış fakat 21 öğrenci veri toplama aracında eksik ve hatalı cevaplama yaptıkları gerekçesiyle çalışma grubuna dâhil edilmemiştir. Çalışma grubundan toplanan veriler SPSS 18.00 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bağımsız değişkenlere göre utangaçlık düzeyleri *t*-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanarak tespit edilmiştir. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla Scheffe testi kullanılmıştır. Varyansların homojenliği Levene F testi ile incelenmiş ve homojenlik koşulunun tüm gruplarda karşılandığı görülmüştür. Araştırmada hata payı üst sınırı .05 olarak alınmıştır.

### Bulgular

Bu bölümde, örneklem grubunun utangaçlık düzeylerini incelemek için yapılan analizlerin sonuçlarına yer verilmiştir.

Öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin bağımsız değişkenlere göre anlamlı düzeyde farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan *t*-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2.** Utangaçlık Düzeylerinin Bağımsız Değişkenlere Göre *t*-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Sd	<i>t</i>	<i>p</i>
Cinsiyet	I. Kız	223	38.89	11.46	626	2.54	.011
	II. Erkek	405	36.52	11.04			
Bağımsız Değişkenler	Gruplar	N	$\bar{X}$	SS	Sd	F	<i>p</i>
Doğum Sırası	I. Tek Çocuk	53	42.83	13.48	3	4.75	.003
	II. İlk Çocuk	232	36.58	10.18			
	III. Ortanca Çocuk	167	37.26	12.49			
	IV. Son Çocuk	176	36.85	10.19			
Yerleşim Yeri (Yaşamın çoğunun geçirildiği)	I. Köy	96	41.09	11.38	3	6.27	.000
	II. Kasaba	49	38.06	11.29			
	III. İlçe	204	37.91	11.43			
	IV. Şehir	279	35.56	10.72			
Algılanan Anne Tutumu	I. Otoriter / Baskıcı / Aşırı Koruyucu	88	42.80	11.64	2	17.25	.000
	II. İlgisiz	139	38.92	11.24			
	III. Demokratik	401	35.63	10.70			
Algılanan Baba Tutumu	I. Otoriter / Baskıcı / Aşırı Koruyucu	73	44.90	12.81	2	37.29	.000
	II. İlgisiz	116	41.43	11.20			
	III. Demokratik	439	35.03	10.08			
Lise Eğitimi ve Yaşantısı Yeterlik Algısı	I. Yeterli Bulmayan	96	44.03	10.97	2	27.12	.000
	II. Kararsızım	118	39.09	10.46			
	III. Yeterli Bulan	414	35.33	10.85			

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $t_{(626)}=2.54$ ,  $p<0.05$ ]. Farkın kaynağını saptamak için grup ortalamalarına bakıldığında, kız öğrencilerin ( $\bar{X}=38.89$ ), erkek öğrencilere ( $\bar{X}=36.52$ ) göre utangaçlık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, doğum sırası değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(3, 624)}=4.75$ ,  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, kardeşi olmayan tek çocuk olan öğrencilerin ( $\bar{X}=42.83$ ) utangaçlık düzeylerinin, doğum sırasında ilk çocuk ( $\bar{X}=36.58$ ), ortanca çocuk ( $\bar{X}=37.26$ ) ve son çocuk ( $\bar{X}=36.85$ ) olan öğrencilerden daha yüksek olduğu; doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrencilerin ise benzer utangaçlık düzeylerine sahip olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(3, 624)}=6.27$ ,  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, üniversite yaşamından önce yaşamının çoğunu şehirde geçiren öğrencilerin ( $\bar{X}=35.56$ ) utangaçlık düzeylerinin, yaşamının çoğunu ilçede ( $\bar{X}=37.91$ ) ve kasabada ( $\bar{X}=38.06$ ) geçiren öğrencilerden daha düşük düzeyde olduğu; yaşamının çoğunu ilçede ve kasabada geçiren öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin ise yaşamının çoğunu köyde geçiren öğrencilerden ( $\bar{X}=41.09$ ) daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, algılanan anne tutumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(2, 625)}=17.25$ ,  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, annesinin tutumunu demokratik olarak algılayan öğrencilerin ( $\bar{X}=35.63$ ) utangaçlık düzeylerinin, annesinin tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerden ( $\bar{X}=38.92$ ) daha düşük düzeyde olduğu; annesinin tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin ise annesinin tutumunu otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu olarak algılayan öğrencilerden ( $\bar{X}=42.80$ ) daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, algılanan baba tutumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(2, 625)}=37.29$ ,  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, babasının tutumunu demokratik olarak algılayan öğrencilerin ( $\bar{X}$

=35.03) utangaçlık düzeylerinin, babasının tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerden ( $\bar{X}=41.43$ ) daha düşük düzeyde olduğu; babasının tutumunu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin ise babasının tutumunu otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu olarak algılayan öğrencilerden ( $\bar{X}=44.90$ ) daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

Araştırmaya katılan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, lise ‘eğitimi ve yaşantısı’ yeterlik algısı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür [ $F_{(2, 625)}=27.12$ ,  $p<0.05$ ]. Anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçlarına göre, lise ‘eğitimi ve yaşantısını’ üniversite ‘eğitimi ve yaşantısı’ için yeterli bulan öğrencilerin ( $\bar{X}=35.33$ ), bu konuda kararsız olan öğrencilerden ( $\bar{X}=39.09$ ) daha düşük düzeyde utangaçlık düzeyine sahip olduğu; kararsız olan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin ise lisede aldıkları eğitimi üniversite eğitimi için yeterli bulmayan ( $\bar{X}=44.03$ ) öğrencilerden daha düşük düzeyde olduğu görülmüştür.

### Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri cinsiyet, doğum sırası, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri, algılanan anne tutumu, algılanan baba tutumu ve lise ‘eğitimi ve yaşantısı’ yeterlik algısı değişkenlerine göre incelenmiştir. Utangaçlık ile ilgili alanyazında, “lise eğitimi ve yaşantısı yeterlik algısı” değişkeninin ele alındığı bir çalışma olmadığı görülmüştür.

Araştırmanın sonucunda ilk olarak, kız öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin erkek öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazında cinsiyet değişkenine göre utangaçlık düzeylerinin farklılık gösterdiği (Akdoğan, 2007; Durmuş, 2007; Hermann ve Betz, 2004) çalışmalar olduğu gibi; cinsiyet değişkenine göre utangaçlık düzeylerinin farklılık göstermediği (Altıok, 2011; Cabak, 2002; Caprara ve diğerleri, 2003; Çivitiçi, 2010; Deniz, Yıldırım ve Çobanyıldızı, 2014; Demirbaş, 2009; Gökçe, 2002; Güler-Yılmaz, 2012; Koydemir, 2006) çalışmalarda mevcuttur. Utangaçlık kültürel bağlamda ele alınabilen bir kavramdır. Utangaçlık cinsiyete göre farklılaşan bir özellik olmamakla birlikte oluşum kaynakları kültürel bağlamda cinsiyete göre farklılık gösterebilir. Kız ve erkek bireylere yüklenen sosyal roller ve beklentiler kız ergenlerin aleyhine utangaçlık düzeyinin farklılık gösterebileceğini düşündürmektedir. Araştırma sonuçları bu düşüncüyü destekler niteliktedir.

Araştırma sonucunda, kardeşi olmayan tek çocuk olan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin, doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; doğum sırasında ilk çocuk, ortanca çocuk ve son çocuk olan öğrencilerin ise benzer utangaçlık düzeylerine

sahip olduğu görülmüştür. Farklı gruplar üzerine yapılan çalışmalarda, doğum sırasına göre utangaçlık düzeyinin (Ray Crozier ve Birdsey, 2003), yaşam doyumunun (Koçak ve İçmenoğlu, 2012), benlik kavramının (Adana, Arslantaş ve Şahbaz, 2012; Çelik, 1994; Yiğit, 2010) ve sosyal fobinin (Gültekin ve Dereboy, 2011) farklılık göstermediği görülmüştür. Bazı çalışmalarda ise doğum sırasının stresle başa çıkma stratejilerini anlamlı düzeyde yordadığı (Kalkan ve Koç, 2008), ilk çocuğun daha iyimser olduğu (Koçak ve İçmenoğlu, 2012) ve tek çocuğun anne-babaları ile ilişkilerinde daha az çatışma yaşadıkları (Oskay, 1990) görülmüştür. Adler, tek çocuğun yalnız başına yetiştiği için toplumsal davranışlarının gelişmediğini; paylaşmayı ve diğer çocuklarla işbirliği yapmayı öğrenemediğini; akranlarıyla ilişki kurmada zorluk yaşadığını belirtmektedir (Burger, 2006; Corey, 2008; Murdock, 2012). Bu araştırmadan elde edilen sonuçların Adler'in kuramı ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Araştırma sonucunda, üniversite eğitimine kadar şehirde, ilçede, kasabada ve köyde yaşayan öğrencilerin farklı utangaçlık düzeylerine sahip olduğu; yaşamının büyük bölümünün geçirildiği yerleşim yerinin büyüklüğü azaldıkça, öğrencilerin utangaçlık düzeyinin arttığı görülmüştür. Farklı gruplar üzerine yapılan çalışmalarda yaşamının büyük bölümünü kasaba ve köyde geçiren bireylerin, yaşamının büyük bölümünü şehirde ve ilçede geçiren bireylere göre yüksek düzeyde utangaçlığa (Altıok, 2011; Erdal, 2003), düşük düzeyde öz saygıya ve atılganlığa sahip olduğu bulgularına ulaşılmıştır (Dinçer ve Öztunç, 2009; Kahriman, 2005; Yılmaz ve Ekinci, 2001). Bu araştırmadan elde edilen sonuçların üniversite öğrencileri için de bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. Bu araştırmanın bulguları ile yaşanan yerleşim yerinin nüfus büyüklüğü ve buna bağlı olarak sosyal imkânları arttıkça bireylerin utangaçlık düzeylerinin azaldığı söylenebilir. Yılmaz ve Ekinci (2001), kırsal bir kesimde ergen bireylerden beklenen rollerin şehirde veya büyükşehirde olduğundan daha pasif ve bağımlı nitelikte olduğunu; ergen bireylerin kırsal kesimde toplumun beklentileri doğrultusunda daha çekingen bir tutum sergileyebileceklerini belirtmektedir. Ekolojik bakış açısı bireyin içinde bulunduğu ortamdan bağımsız olarak değerlendirilemeyeceğini vurgulamaktadır (Bronfenbrenner, 1979). Bireyin mikro ve makro sistemi, bir diğer ifadeyle içinde bulunduğu yer ve yerin sosyal ve kültürel özellikleri bireyin kişiliğini de şekillendirmektedir. Bireyin yerleşim yerinin büyüklüğü sosyal etkileşimini destekleyebilir; diğer taraftan üniversiteye kadar yaşantısını kırsal kesimde geçiren üniversite öğrencisi birçok sosyal deneyimi ilk kez üniversitede yaşıyor durumunda olabilir. Bu nedenle yaşamının büyük bölümünü kırsal kesimde geçiren üniversite öğrencileri, ikili ilişkilerde ve sosyal ilişkilerde şehirde yaşayan üniversite öğrencilerine göre daha utangaç davranabilir. Bu nedenle üniversite hayatında

sosyal deneyimlerin pekiştirilmesi utangaçlığı azaltıcı bir faktör olabilir.

Araştırmanın sonucunda, annesinin ve babasının tutumunu otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu veya ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin demokratik olarak algılayan öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Farklı gruplar üzerine yapılan çalışmalarda anne-babasının tutumunu otoriter, baskıcı, aşırı koruyucu ve ilgisiz olarak algılayan bireylerin, demokratik olarak algılayan bireylere göre yüksek düzeyde utangaçlığa (Gökmenoğlu, 2011; Hamarta ve diğerleri, 2010), yüksek düzeyde sosyal kaygıya (Erkan, 2002; Erkan, Güçray ve Çam, 2002; Horsch, 2004; Karacan, Şenol ve Şener, 1996), olumsuz öz algılarına (Adana ve Kutlu, 2009; Özkan, 1994), düşük düzeyde güvengenliğe (Saruhan, 1996; Tatak, 2003), düşük düzeyde yaşam doyumuna ve öznel iyi oluşa (Dost, 2007, 2010; Çivitçi, 2009), yüksek düzeyde tükenmişliğe (Çapulcuoğlu ve Gündüz, 2013), düşük düzeyde eleştirel düşünceye (Tümkiye ve Aybek, 2008) sahip olduğu bulgularına ulaşılmıştır. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların üniversite öğrencileri için de bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. Birey ile anne-baba etkileşimi bireyin kişiliğine doğrudan etki yapmaktadır. Kılıçcı (2006) otoriter, ilgisiz ve reddedici aile ortamında yetişen çocukların demokratik aile ortamında yetişen çocuklara göre daha çekingen, içedönük ve utangaç olduklarını belirtmektedir. Alanyazından, otoriter/ baskıcı/ aşırı koruyucu ebeveyn tutumu ile yetişen bireylerin bağımsız hareket edemediği ve sorumluluk alamadığı (hata yapma ve hatalardan sonuç çıkarma deneyimlerini yaşamadığı) için buldukları sosyal ortamlarda pasif, çekingen, utangaç oldukları ve kaygı yaşadıkları anlaşılmaktadır. Bağımsızlaşmada önemli bir gelişim dönemi olan ergenlik dönemi ve üniversite yaşantısının bu tutumdan kaynaklı oluşan alışkanlıkların devamını desteklemeyeceği ortadadır. Üniversite yaşamında öğrenci bireysel hareket etmek, bireysel olarak kararlarını almak ve uygulamak durumundadır. Bu nedenlerle anne-baba tutumunun yetişkinliğin arifesinde olan ergen bireyler için çok önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Araştırmanın sonucunda son olarak, lisede aldığı eğitimi ve geçirdiği lise yaşantısını üniversite eğitimi ve yaşantısı için yeterli olduğunu düşünen öğrencilerin, yeterli olduğunu düşünmeyen veya bu konuda kararsız olan öğrencilere göre utangaçlık düzeylerinin anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür. Bu araştırmada belki de en ilginç ve dikkate değer bulgunun bu olduğu söylenebilir. Erol, Çelik ve Üçok'un (2015) yaptığı çalışmada, lisede aldıkları eğitimin öğrenci seçme ve yerleştirme sınavına (ÖSYS) hazırlık için yeterli olduğunu düşünen öğrencilerin, yeterli olduğunu düşünmeyen veya bu konuda kararsız olan öğrencilere göre daha olumlu benlik algılarına ve yaşam doyumlarına sahip olduğu görülmüştür. Erol ve Ercan'ın (2015) yaptığı çalışmada ise lisede aldıkları eğitimin üniversite

eğitimi için yeterli olduğunu düşünen yabancı uyruklu öğrencilerin, yeterli olduğunu düşünmeyen veya bu konuda kararsız olan yabancı uyruklu öğrencilere göre daha olumlu epistemolojik anlayışlara ve benlik algılarına sahip olduğu görülmüştür. Bu araştırmadan elde edilen sonuçların da bu ilişkileri destekler biçiminde olduğu söylenebilir. Ergenlik, kişiliğin son şeklini aldığı ve bireyin duyuşsal gelişiminde önemli bir dönemdir. Lise eğitimi ergenliğin ortalarına, üniversite eğitimi ise ergenliğin son dönemine denk gelmektedir. Lise eğitiminde edinilen olumsuz düşüncelerin, duyguların, davranışların ve alışkanlıkların üniversite yaşantısında ciddi bir dezavantaja döneceği ve bireyin üniversite yaşantısında bunlarla baş etmek zorunda kalacağı ortadadır (Erol ve Ercan, 2015). Bu çerçeveden araştırma bulgusu ele alındığında; lisede aldığı eğitimi ve geçirdiği lise yaşantısını, üniversite 'eğitimi ve yaşantısı' için yeterli bulmayan öğrencilerin utangaçlık düzeylerinin anlamlı olarak daha yüksek olmasının, doğal bir neden-sonuç ilişkisi olduğu söylenebilir.

Bu araştırmada cinsiyet, doğum sırası, yaşamın çoğunun geçirildiği yerleşim yeri, algılanan anne-baba tutumu ve lise 'eğitimi ve yaşantısı' yeterlik algısı değişkenine göre utangaçlık düzeylerinin anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği görülmüştür. Utangaçlığın bu değişkenler ile olan ilişkisinin ortaya konması ile alanyazına katkı sağlandığı söylenebilir. Bu araştırmadan elde edilen verilerin öğrencilerin kişisel ifadelerine dayalı olması bu araştırma için bir sınırlılıktır. Ayrıca, örneklem grubunun utangaçlık düzeyleri kullanılan ölçeğin ölçtüğü özelliklerle sınırlı olmuştur.

*Psikolojik danışma ve rehberlik (PDR) birimlerinde çalışan alan uzmanları açısından değerlendirildiğinde:* Üniversitelerin PDR birimlerine utangaçlık sorunu, sosyal fobi, sosyalleşememe, kendine güvensizlik gibi şikâyetlerle başvuran öğrencilerin durumlarının değerlendirilmesinde bütüncül bir yaklaşım sergilenebilir. İlgili alanyazından bireyin yetiştiği ve içinde bulunduğu ortamdan bağımsız olarak ele alınamayacağı anlaşılmaktadır. Öğrencilerin "aile yapısının", "anne-baba tutumunun" ve "yaşanılan yerleşim yerinin sosyal ve kültürel özelliklerinin", "bir önceki eğitim (lise) yaşantısının" utangaçlığın kaynağını belirlemede ve bu kapsamda farkındalık oluşturmada önemli etkenler olduğu anlaşılmaktadır. Bireyin içsel kaynaklarını harekete geçirmek PDR birimlerinde çalışan alan uzmanlarının görevidir. Sağlıklı bir üniversite yaşantısı, bireyin sahip olduğu olumsuz özelliklerin ve alışkanlıkların değişimini olumlu yönde sağlayabilir. Bu nedenle utangaç bir öğrenci için üniversite yaşamı fırsata dönüştürülebilir. Bu

amaçla PDR birimlerinde çalışan alan uzmanları utangaç öğrencilere yönelik küçük gruplardan oluşan "utangaçlıkla baş etme", "kişilerarası iletişim", "olumlu benlik saygısı" becerileri geliştirme gibi psiko-eğitim programları düzenleyebilirler. "Psiko-eğitim, katılımcılara bir kriz durumuyla ya da gelişimsel konularla baş etmede veya problemlerin önlenmesinde yardım etmeye yönelik eğitimlerdir. Bu eğitimler, sosyal becerilerin geliştirilmesine odaklıdır ve önleyici ya da çare bulucu olabilir" (Brown, 2013). Bu kapsamda; önleyici, koruyucu ve gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik hizmetlerinde alan uzmanlarının vereceği psiko-eğitimlerin önemli olduğu düşünülmektedir.

*Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı açısından değerlendirildiğinde:* Gelecekle ilgili ciddi kararların alınabildiği ergenlik döneminde bireylerin kendileri ve yaşamlarıyla ilgili olumlu uygulamalara sahip olmalarında ve utangaçlık düzeylerinin düşük olmasında demokratik anne-baba tutumlarının önemli olduğu görülmektedir. Ergenlik döneminde olan çocukları ile iletişim problemleri yaşayan anne-babalara, aile yaşam merkezleri bünyesinde "ergen bireyler ile iletişim", "olumlu anne-baba tutumu" vb. konularda alan uzmanlarının verdiği eğitimler düzenlenebilir. "Sosyal ya da yaşam becerileri diğer insanlarla olan etkileşimlerimizi düzeltir ve geliştirir. Bireyler, sosyal becerilerini dolaylı veya dolaysız olarak model alma yoluyla öğrenir" (Brown, 2013). Bu bağlamda, ebeveyn becerilerini geliştirmeye yönelik alan uzmanları tarafından verilecek psiko-eğitimlerin çocuk ve ebeveyn iletişiminin sağlıklı olabilmesi ve aynı zamanda ebeveynlerin çocuklarına olumlu rol modeli olabilmesi için önemli olduğu düşünülmektedir.

*Araştırmacılar açısından değerlendirildiğinde:* Örneklem grubundan elde edilen verilerin gerçeğe en yakın olabilmesinde; örneklem grubunun özelliklerine en uygun ölçme aracının seçilmesinin ve veri toplama sürecinde iyi bir yapılandırmanın yapılmasının (çalışma grubunu; çalışmanın amacı hakkında bilgilendirme ve ölçme sonucunun istenirse bireysel olarak paylaşılabilmesi gibi hususların) önemli belirleyiciler olduğu düşünülmektedir. Farklı ölçme araçları ve çeşitli (benzer veya farklı) değişkenler ile çeşitli (benzer veya farklı) gruplarda, araştırmaların yinelenmesinin alanyazına katkıda bulunacağı değerlendirilmektedir. Özellikle çok değişkenli araştırma modelleri oluşturularak, utangaçlık ergenliğin farklı dönemlerinde olan bireyler üzerinde incelenebilir. Ayrıca, belirli sosyodemografik özelliklere/statürelere sahip ergenlerin kendilerini ve utangaçlığını nasıl değerlendirdiği ile ebeveynlerinin onları nasıl değerlendirdiği de karşılaştırılabilir.

## Kaynaklar

- Abacı, S. (2014). *Yaratıcı dramanın ergenlerin utangaçlıkla baş etme ve atılganlıklarını geliştirmeye yönelik etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Adana, F., Arslantaş, H. ve Şahbaz, M. (2012). Lise öğrencilerinin benlik kavramlarını algılama biçimleri ve ilişkili faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 3(1), 22-29.
- Adana, F. ve Kutlu, Y. (2009). Anne-baba tutumlarının adolesanların kendilik kavramı üzerine etkisi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 12(2), 18-23.
- Akdoğan, R. (2007). *Farklı cinsiyet rollerine sahip üniversite öğrencilerinin öfke yaşama biçimleri ve utangaçlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Aliyev, R. ve Kalgı, M. E. (2014). İlköğretim Öğrencilerinin Utangaçlık ve Benlik Saygısı Düzeylerini Etkileyen Faktörler. *Turkish Journal of Education*, 3(2), 60-69.
- Altıok, S. (2011). *Üniversite öğrencilerinin utangaçlık ve başa çıkma stratejileri ilişkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Asl, N. S. (2014). *Ortaokul öğrencilerinin duruş bozuklukları ve utangaçlık ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- Aydın, A., Tekinsav-Sütücü, S. ve Sorias, O. (2010). Ergenlerde sosyal anksiyete belirtilerini azaltmaya yönelik bilişsel-davranışçı bir grup terapisi programının etkililiğinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 21(1), 25-36.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. London: Harvard University Press.
- Brown, N. W. (2013). *Psikolojik danışmanlar için psiko-eğitsel gruplar hazırlama ve uygulama rehberi* (1. Baskı). (V. Yorğun, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık (Orijinal çalışma basım tarihi 2011).
- Butt, M., Moosa, S., Ajmal, M. ve Rahman, F. (2011). Effects of shyness on the self esteem of 9th grade female students. *International Journal of Business and Social Science*, 2(12): 150-156.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ. D. Erguvan-Sarıoğlu, Çeviren). İstanbul: Kaknüs Yayınları. (Orijinal eser 2004 yılında basılmıştır.)
- Cabak, H. (2002). *Lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Malatya.
- Caprara, G. V., Steca, P., Cervone, D. ve Artastico, D. (2003). The contribution of self-efficacy beliefs to dispositional shyness: On social-cognitive systems and the development of personality dispositions. *Journal of Personality*, 71(6), 943-970.
- Carducci, J. B. ve Zimbardo, G. F. (1995). Are you shy? *Psychology Today*, 28(6), 34-46.
- Cheek, J. M. (1983). *The revised Cheek and Buss shyness scale (RCBS)*. Unpublished manuscript, Wellesley College, Wellesley, MA.
- Cheek, J. M. ve Buss, A. H. (1981). Shyness and sociability. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41(2), 330-339.
- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuram ve uygulamaları* (T. Ergene, Çeviren). Ankara: Mentis Yayıncılık. (Orijinal eser 2005 yılında basılmıştır)
- Çapulcuoğlu, U. ve Gündüz, B. (2013). Öğrenci tükenmişliğini yordamada stresle başa çıkma, sınav kaygısı, akademik yetkinlik ve anne-baba tutumları. *Eğitim Bilimleri Araştırma Dergisi*, 3(1), 201-218.
- Çelik, A. (1994). SSK Ankara hastanesi çocuk psikiyatri servisine başvuran 9-14 yaş arasındaki çocukların benlik kavramlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 2(1), 240-246
- Çivitçi, A. (2009). İlköğretim öğrencilerinde yaşam doyumu: Bazı kişisel ve ailesel özelliklerin rolü. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(1), 29-52.
- Çivitçi, N. (2010). Ergenlerde Sosyal karşılaştırma ve utangaçlık. *Eğitim Araştırmaları*, 38, 90-107
- Demirbaş, E. (2009). *Lise öğrencilerinin utangaçlık ve benlik saygılarının fonksiyonel olmayan tutumlar açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Deniz, M. E. (2006). Ergenlerde bağlanma stilleri ile çocukluk istismarları ve suçluluk-utanç arasındaki ilişki. *Eurasian Journal of Educational Research*, 22, 89-99.
- Deniz, S., Yıldırım, E. A. ve Çobanyıldız, M. (2014). Ergenlerde problemler mobil telefon kullanımı ile utangaçlık ve sosyal anksiyete ilişkisi. *Online Journal Of Technology Addiction ve Cyberbullying*, 1, 1-16.
- Diñer, F. ve Öztunç, G. (2009). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 22-33.

- Durmuş, E. (2006). *Yaratıcı drama ile bütünleştirilmiş grupla psikolojik danışmanın üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Durmuş, E. (2007). Utangaç olan ve olmayan öğrencilerin algıları. *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Science*, 40(1), 243-268.
- Eldeleklioğlu, J. ve Vural-Batık, M. (2013). Akademik başarı, internette kalınan süre, yalnızlık ve utangaçlığın internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(1), 141-152.
- Erdal, H. (2003). *Çalışan ve çalışmayan kadınların utangaçlıklarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 120-133.
- Erkan, Z., Güçray, S. ve Çam, S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(10), 64-75.
- Erkuş, A. (2011). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci* (3.baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Erol, M., Çelik, H. ve Üçok, A. (2015). Öğrenci seçme ve yerleştirme sınavına giren ergenlerin "benlik algılarının" ve "yaşam doyumlarının" incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama Dergisi*, 11(1), 321-345.
- Erol, M. ve Ercan, L. (2015). Türkiye'de öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin kişisel epistemolojileri ve benlik algılarının incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 11(2), 492-520.
- Erözkan, A. (2009). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3), 809-819.
- Ervin, P. G. ve Presler, S. J. (2011). Love styles, shyness and patterns of emotional self-disclosure. *Psychological Reports*, 108(3), 737-742.
- Evegü, E. (2014). *Ergenlerde siber zorbalığın utangaçlık ve bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Gard, C. (2000). How to overcome shyness. *Current Health*, 2, 27(1), 28-30.
- Gökçe, S. (2002). *Lise Öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin yordanması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gökmenoğlu, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri ile algıladıkları anne-baba tutumları arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul*.
- Gültekin, B. K. ve Dereboy, 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.
- Güler-Yılmaz, M. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişki (İstanbul ili tuzla ilçesi örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Güngör, A. (2001). Utangaçlık ölçeğinin geliştirilmesi geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(15), 17-22.
- Hamarta, E. ve Demirbaş, E. (2009). Lise öğrencilerinin utangaçlık ve benlik saygılarının fonksiyonel olmayan tutumlar açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 239-247.
- Hamarta, E., Baltacı, Ö., Üre, Ö. ve Demirtaş, E. (2010). Lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne-baba tutumları ve problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesi. *Aile ve Toplum*, 6(21), 73-82.
- Hasdemir, A. (2005). *Sosyal beceri eğitiminin lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Henderson, L. ve Zimbardo, F.G. (1998). *Syness. Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press.
- Hermann, K. S. ve Betz, N. E. (2004). Path models of the relationships of instrumentality and expressiveness to social self-efficacy, shyness, and depressive symptoms. *Sex Roles*, 51(1/2), 55-66.
- Horsch, L. M. (2004). Parental attitudes toward socially inhibited children: an exploratory analysis. *Unpublished Master Dissertation, State University, Polytechnic Institute, Virginia*.
- Huebner, E. S., Suldo, S. M., Smith, L. C. ve McKnight, C. G. (2004). Life satisfaction in children and youth: Empirical foundations and implications for school psychologists. *Psychology in the Schools*, 41(1), 81-93.
- Jones, W. H., Briggs, S. R. ve Smith, T. G. (1986). Shyness: conceptualization and measurement. *Journal of personality and social psychology*, 51(3), 629-639.
- Kahriman, İ. (2005). Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon sağlık yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(1), 24-32.

- Kalkan, M. ve Koç, H. E. (2008). Psikolojik doğum sırası bireylerin stresle başa çıkma stratejilerinin yordayıcısı mıdır? *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 45-59.
- Karacan, E., Şenol, S. ve Şener, Ş. (1996). Çocukluk ve ergenlik çağında sosyal fobi. *3P Dergisi Sosyal Fobi Ek Sayısı*, 4(1), 28-33.
- Kılıççı, Y. (1996). *Okulda ruh sağlığı*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kimmel, D. ve Weiner, I. (1985). Adolescence a developmental transition. *University of South Florida*, 318-321.
- Koç, H. E. (2006). *Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine göre stresle başa çıkma stratejilerinin incelenmesi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.
- Koçak, R. ve İçmenoğlu, E. (2012). Üstün yetenekli öğrencilerin duygusal zekâ ve yaratıcılık düzeylerinin yaşam doyumlarını yordayıcı rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), 73-85.
- Koydemir, S. (2006). Predictors of shyness among university students: Testing a self-presentational model. *Unpublished Doctoral Dissertation, Middle East Technical University, Ankara*.
- Kozanoğlu, T. (2006). *Utangaçlıkla baş edebilme sosyal beceri eğitim programının ergenlerin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Edirne.
- Miller, S. R. (1995). On the nature of embarrassment: Shyness, social evaluation and social skill. *Journal of Personality*, 63, 315-339.
- Mowrer, R. R. ve Parker, K. N. (2004). Revised multicultural perspective index and measures of depression, life satisfaction, shyness, and self-esteem. *Psychological Reports*, 95(3f), 1227-1228.
- Murdock, N. L. (2012). *Psikolojik danışma ve psikoterapi kuramları olgu sunumu yaklaşımıyla* (F. Akkoyun, Çeviri Editörü). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık. (2.basımdan çeviri)
- Onur, B. (2001). *Gelişim psikolojisi, yetişkinlik, yaşlılık, ölüm*. (5. Baskı). Ankara: İmge Kitapevi.
- Oskay, G. (1990). Değer yargılarından kaynaklanan ana-baba ergen çatışmasının sosyoekonomik ve benzeri değişkenler açısından incelenmesi. *Hacettepe Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(5), 221-244.
- Özkan, İ. (1994). Benlik saygısını etkileyen etmenler. *Düşünen Adam*, 7(3), 4-9.
- Ray Crozier, W. ve Birdsey, N. (2003). Shyness, sensation seeking and birth order position. *Personality and Individual Differences*, 35(1), 127-134.
- Saruhan, N. (1996). *Ankara il merkezinde lise son sınıfa devam eden öğrencilerin atılganlıkları ile ana ve baba tutumları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Şahin, E. E. ve Gizir, C. A. (2014). Üniversite öğrencilerinde utangaçlık: Benlik saygısı ve kişilerarası yetkinlik değişkenlerinin rolü. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(41), 75-88.
- Tackett, S. L., Nelson, L. J. ve Busby, D. M. (2013). Shyness and relationship satisfaction: Evaluating the associations between shyness, self-esteem, and relationship satisfaction in couples. *The American Journal of Family Therapy*, 41, 34-45.
- Tataker, T. (2003). *Ergenlerin atılganlık düzeyi ile ruhsal sorunları arasındaki ilişkinin araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- Tuzgöl-Dost, M. (2007). Üniversite öğrencilerinin yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(22), 132-142.
- Tuzgöl-Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(158), 75-89.
- Tümkiye, S. ve Aybek, B. (2008). Üniversite öğrencilerinin eleştirel düşünme eğilimlerinin sosyo-demografik özellikler açısından incelenmesi. *Ç.Ü.Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 387-402.
- Ünal, A. Ö. ve Şahin, M. (2013). Lise öğrencilerinin yaşam doyumlarının bazı değişkenlere göre yordanması. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 2(3), 46-63.
- Yıldırım, M. (2006). *Sosyal beceri eğitiminin lise 2. sınıf öğrencilerinin utangaçlık düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, S. ve Ekinci, M. (2001). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 4(2), 1-10.
- Yiğit, H. (2010). *Ergenlerin benlik saygılarının yaşam doyumunu ve bazı özellikler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(3), 37-57.
- Yüksel, G. (2005). Türkiye Cumhuriyetleri öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler: Gazi Üniversitesi örneği. *Bilgi*, 35, 151-172.

## *Extended Summary*

# Investigation of Shyness Levels of the Adolescents'

**Murat EROL and Dilek AVCI-TEMİZER**

Shyness is an essential dynamic inhibiting or determining an individual's taking of action in a particular subject. It is understood from the literature that shyness prevents individuals' action taking. Cheek and Buss (1981) define shyness as "a discomfort in front of others, prevention and avoidance of sociability". Jones, Smith and Briggs (1986) defines shyness as the tendency to avoid social interaction and to fail to involve in social issues. It is known that shy individuals are unable to express themselves enough and avoid doing or saying things which possibly attract others' attention in fear of being found ridiculous by others (Gard, 2000; Henderson & Zimbardo 1998; Kimmel & Weiner, 1985; Yüksel, 2005).

University era is an important period of life for self-realization. During this period, which hosts a transition between adolescence to adulthood, students are likely to encounter many different situations. It is evaluated that, positive feelings and perceptions hold by an individual are strong determinants of the development of a healthy adaptation process at the beginning, and the self-determination and of the performance of the university life. In this context, it was thought that examining the shyness levels of the university students in connection with "gender", "birth order", "place of residence", "perceived attitude parental" and "efficiency perception of high school education and school life" variables would be meaningful in addition to the studies added so far to the literature. Discovery of different variables related to the university students' shyness levels may contribute to the identification of the students with low level of shyness and to the organization of the psychosocial training programs aiming at ensuring their affective development.

### **Purpose**

In this study, it is aimed to investigate the shyness levels of university students. To achieve this principal purpose responses will be sought to the following questions:

1. Does shyness levels of university students show differences according to gender variable?
2. Does shyness levels of university students show differences according to birth order?

3. Does shyness levels of university students show differences according to settlement variable where most of the lifetime passed?
4. Does shyness levels of university students show differences according to perceived mother attitude?
5. Does shyness levels of university students show differences according to perceived father attitude?
6. Does shyness levels of university students show differences according to efficiency perception of high school education and school life?

### **Method**

This study is a descriptive research in which relational survey model was used. In this research, the relationships between the variables were aimed to be measured. The sample group of the research was composed with the method of convenience sampling. 628 freshmen students (the age range 17-18), from various undergraduate departments, belonging to the state universities in Ankara, 223 female (%35,5) and 405 male (%64,5), have created the working group of the research. Survey data were collected in 2013-2014 academic year fall semester in November. The data were collected from 649 students but 21 of them were not included into the study group due to the incomplete and/or incorrect answering in the data collection tool.

In collecting the data related to the independent variables determined for this research, Personal Information Form developed by the researchers was used and in collecting data related to the level of shyness the Shyness Scale developed by Cheek (1983) and adapted to Turkish by Güngör (2001) have been used. The data collected from the study group were analyzed by using SPSS 18.00 program. Shyness levels, based on the independent variables were examined by applying *t*-test and one-way analysis of variance (ANOVA). Homogeneity of variance were checked with Levene's F test and it was seen that homogeneity condition was met in all groups. Scheffe test was used in order to determine between which groups there are semantic differences. The maximum margin of error in the study was .05.

### Findings

Surveyed students' shyness levels have been shown to vary significantly according to "gender" variable [ $t_{(626)}=2.54, p<0.05$ ], "birth order" [ $F_{(3, 624)}=4.75, p<0.05$ ], "settlement where most of the lifetime passed" [ $F_{(3, 624)}=6.27, p<0.05$ ], "perceived mother attitude" [ $F_{(2, 625)}=17.25, p<0.05$ ], "perceived father attitude" [ $F_{(2, 625)}=37.29, p<0.05$ ] and "efficiency perception of high school education and school life" [ $F_{(2, 625)}=27.12, p<0.05$ ].

### Discussion

As the first result of this study, it was observed that female and male students have differences levels of shyness. In the result of study, it was observed that birth order with different students have differences levels of shyness. In the result of study, students living his/her majority of lifetime in a city or county were found to have significantly lower shyness levels than the students living in towns and villages. In the result of study, students perceiving his/her mother attitude as "authoritarian / repressive / overprotective" or "indifferent" were found to have significantly higher shyness levels than students perceiving as "democratic". In the result of study, students perceiving his / her father attitude as "authoritarian /

repressive / overprotective" or "indifferent" were found to have significantly higher shyness levels than students perceiving as "democratic". Finally, students considering the education they receive at high school is adequate for university education were found to have significantly lower shyness levels than students not considering or students who are undecided on this issue. It can be said that a contribution was made to the local literature with the findings obtained from this research.

When we evaluate in terms of working professionals in the field of counseling and guidance: Professionals working in counseling and guidance units can organize psychosocial training programs consisted of small groups for shy students. When we evaluate in terms of Ministry of Family and Social Policies: Such trainings as "communication with adolescent individuals", "positive parental attitude" for parents who have communication problem with children in adolescence period can be arranged within the centers for family life. When we evaluate in terms of researchers: It is assessed that recurrence of researches with similar or different variables on alternative samples of university students would contribute to literature.