



Kesit Akademi Dergisi

The Journal of Kesit Academy

ISSN: 2149 - 9225

Yıl: 2, Sayı: 4, Haziran 2016, s. 336-343

Ahmet AKIN

Doç.Dr., Sakarya Üniversitesi, aakin@sakarya.edu.tr

Süeda RADA

Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, radasueda@gmail.com

Saranda RABA

Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, saranda.r1009@hotmail.com

Sadık YILMAZ

Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Öğrencisi, Sakarya Üniversitesi, msdkylmz@gmail.com

BAŞKALARI TARAFINDAN UTANDIRILMA KORKUSU ÖLÇEĞİ'NİN TÜRKÇEYE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Özet

Bu çalışmanın amacı Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği'nin (BUKÖ; Gee, Antony, & Koerner, 2012) Türkçe'ye uyarlamak, geçerlik ve güvenilirliğini incelemektir. Araştırma 203 birey üzerinde yürütülmüştür. Doğrulayıcı Faktör Analizinde 10 maddeden oluşan tek boyutlu modelin yeterli uyum verdiği görülmüştür ($\chi^2= 76.19$, $sd= 30$, $RMSEA= .087$, $CFI= .95$, $IFI= .95$, $SRMR= .051$, $GFI= .93$). Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar ölçeğin Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Utandırılma Korkusu, Sosyal Anksiyete, geçerlik, güvenilirlik, doğrulayıcı faktör analizi

DEVELOPMENT OF THE FEAR OF EMBARRASSMENT BY OTHERS SCALE TO TURKISH: VAIDITY AND RELIABILITY STUDY

Abstract

This study investigated the validity and reliability of the Fear of Embarrassment by Others Scale Turkish Version of (FEOS; Gee, Antony, & Koerner, 2012). The study group consisted of 203 individuals. Results of confirmatory factor analysis demonstrated that ten items loaded on one factor; $\chi^2= 76.19$, $df= 30$, $RMSEA= .087$, $CFI= .95$, $IFI= .95$, $SRMR= .051$ $GFI= .93$). Internal consistency reliability coefficient was .90. These results demonstrate that the Turkish Version of the Fear of Embarrassment by Others Scale is a valid and reliable instrument.

Keywords: Fear of Embrassment, Social Anxiety, validity, reliability, confirmatory factor analysis

Giriş

Sosyal anksiyete kişinin sosyal fonksiyonlarının ve hayat niteliğinin önemli bir şekilde bozulmasına neden olan bir problemdir (Kessler, 2003). Sosyal ortamın içinde bulunan bireylerin utanç verici veya aşağılayıcı davranışlardan korkmaları sosyal anksiyete olarak tanımlanmaktadır (American Psychiatric Association, 2000). Sosyal anksiyeteye sahip olan bireyler kendilerini utandırılacak durumlardan korkmaktadır ve bu utancın yakınlarında olan kişilerin hareketlerinden ne kadar kaynaklandığı da bilinmemektedir. Utanç duygusu bilinçli olan bir duygudur, bu durumda birey başkasının tavırlarını önemseyerek kendini garip ve heyecanlı bir durumun içine sokmaktadır, örneğin bireyin başkası tarafından onay kazanması için kendini fazlasıyla meşgul etmesi (VandenBos, 2006).

Utanç duygusunun oluşma nedeni hakkında birçok modeller ortaya konulmuştur. Bu modellerden deneysel olanı Sosyal Değerlendirme modelidir. Sosyal değerlendirme modeli; utanç duygusunun temelinde kişilerin karşıdaki insanın onun hakkında olumsuz değerlendirmeye bulunacağı ve karşısındaki insana kendini yanlış tanıtaacağı tehdidi olduğunu belirtmiştir (Miller, 1995).

Sosyal anksiyete bozukluğu çok geç fark edilen ve bunun sonucunda depresyon, bireyin çalışma hayatında ve okul hayatında başarısızlık gibi birçok sorunlar doğuran bir problemdir (Beidel, Turner, & Morris, 1999). Sosyal anksiyete bozukluğunun en önemli belirtileri bireydir

de aşırı bir şekilde aşağılanma ve utanç korkusunun olmasıdır (Liebowitz, Heimberg, Fresco, Travers, & Stein, 2000). Bilişsel terapiye göre sosyal anksiyete durumunda bireyin katıldığı sosyal ortamda kabul edilmeyeceği tehdidi vardır, bunun nedeni karşıdaki bireylerin onu komik ya da utanılacak bir duruma sokacakları düşüncesidir (Özgüven & Sungur, 1998).

Sosyal anksiyete yaşayan bireyler, korktukları bir şeyi gerçekleştirdikleri zaman yoğun bir şekilde utanç duyacaklarına ilişkin bir kaygı yaşamaktadırlar. Diğer insanlar tarafından aşağılanmış, aptal, zayıf görünmekten korkarlar. Bu kişiler ellerinin ya da sesinin titrediğinin fark edilmesinden yoğun bir endişe duydukları için toplum içinde konuşmaktan kaçınırlar. Sosyal anksiyeteye sahip olan kişiler endişe duydukları her durumda sosyal anksiyete yaşarlar, bu semptomlar çarpıntı, terleme, rahatsızlık, kas gerginliği, yüz kızarması, el titremesi gibi belirtilerdir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1994).

Sosyal kaygıda kısır döngü konsepti, kişilerin bu duruma nasıl geldiği, bu durumun nasıl büyüdüğü ve kişinin sosyal durumlardan neden kaçtığını açıklamaktadır. Kısır döngü üç önemli bileşenden oluşmaktadır. Birincisi korkulu bekleyiş bileşeni, bireyin utanç verici bir an yaşayabileceğini düşünmesi ve bu olayda bir bekleyişte olmasıdır. Bu kişi olumsuz beklentiler içerisinde örneğin: kendini aptal durumuna düşürmek, kendini beceriksiz, cahil olarak görmek, karşıdaki kişinin ondan hoşlanmayacağı düşüncesine kapılmaktadır. İkinci bileşen kaçınmadır. Bu bileşen; kişinin korktuğu olaylardan kaçması, o ortamların kişiyi provoke ettiği için olaylara girmeye teşebbüs etmemesidir. Üçüncü bileşen; kişinin kendine karşı olan olumsuz atıflarıdır. Kişilerin bu durumda kendilerine karşı olumsuz düşünceleri vardır, her utandıkları olaydan kaçmaları kendilerine karşı güvenlerini geri kazanmalarını engellemektedir (Roth, 2014).

Utanma duygusu sosyal anksiyete yaşayan bireylerde en sık görülen belirtilerden biridir. Bu kişi izlendiği ya da izlendiğini düşündüğü zamanda toplum içinde sahip olduğu imajı hakkında kaygı duymaya başlar. Utanma duygusunu hisseden bireyler toplum içinde imajını yitirmiş ve kendilerini çaresiz görmektedir. Bu kişi eğer toplum içinde küçük düşürülürse bu durumdan kurtulamayacağını düşünür. Bunun sonucunda kişi toplumdan uzak durmayı tercih etmektedir (Beck, 2015).

Sosyal anksiyete çoğunlukla uzun sürer ve zaman geçtikçe kronikleşen bir rahatsızlığa dönüşür. Aynı zamanda bu rahatsızlıkla birlikte depresyon, alkol ve intihar davranışları bireyde belirebilir. Rahatsızlık sürecinde bireyin daha da kötüleşerek psikolojik fonksiyonlarının kaybına ya da normalden sapmasına neden olmaktadır (Evren, 2010). Manuzza ve arkadaşlarının

(1995) yaptıkları araştırmalar sonucunda, sosyal anksiyetenin ilk belirtilerinin genellikle çocukluk ve ergenlik çağlarının başında ortaya çıktığını ve bireylerin kendi tedavilerini otuzlu yaşlara kadar geciktirdiklerini ifade etmişlerdir.

Sosyal anksiyetenin bireylerde başkaları tarafından utandırılma korkusu doğurduğu görülmüştür. Bu araştırmanın amacı Gee, Antony ve Koerner (2012) tarafından geliştirilen Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği'ni Türkçeye uyarlamak ve ölçeğin geçerlik ve güvenirliliğini incelemektir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın verileri 203 bireyden elde edilmiştir. Katılımcıların 92'si kadın, 111'i erkektir ve yaşları 18 ile 62 arasında değişmektedir.

Veri Toplama Aracı

Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği (BUKÖ): Gee, Antony ve Koerner (2011) tarafından bireylerin başkaları tarafından utandırılma ya da aşağılanma korkusunu incelemek amacıyla geliştirilen orijinal ölçek formu; tek boyuttan ve 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir ('1'Bana Hiç Uygun Değil - '5' Bana Tamamen Uygun). Açımlayıcı faktör analizinde toplam varyansın %57'sini açıklayan ve faktör yükleri .67 ile .85 arasında sıralanan tek boyutlu bir yapı elde edilmiştir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlilik katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayıları .58 ile .79 arasında sıralanmaktadır. Uyum geçerliği çalışmasında başkaları tarafından utandırılma korkusu ile sosyal etkileşim kaygısı arasında ($r = .59$), sosyal fobi ($r = .66$), olumsuz değerlendirilme korkusu ($r = .67$) ve anksiyete duyarlılığı ($r = .59$) arasında pozitif ilişkiler bulunmuştur.

İşlem

Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği (BUKÖ) Türkçeye uyarlanması çalışmasında ilk olarak e-mail yoluyla iletişim kurularak gerekli izin alınmıştır. Bunun ardından ölçeğin İngilizce formu, iyi düzeyde İngilizce bilen 2 öğretim üyesi tarafından Türkçeye çevrilmiş ve daha sonra bu Türkçe formlar geri tercüme edilerek İngilizce formla arasındaki tutarlılık değerlendirilmiştir. Daha sonra Türkçe form anlam ve gramer açısından incelenerek gerekli düzeltmeler yapılmış ve denemelik Türkçe form elde edilmiştir. Son aşamada bu form, psikolojik danışma ve rehberlik ile ölçme ve değerlendirme alanındaki 3 öğretim üyesine incelenilerek anlaşılmayan ya da birden çok anlamı olan ifadeler araştırılmış ve görüşleri doğrultusunda bazı

değişiklikler yapılmıştır. BUKÖ'nün geçerlik çalışması olarak yapı geçerliği incelenmiştir. Yapı geçerliği için doğrulayıcı faktör analizi (DFA) yapılmıştır. BUKÖ'nün güvenirligi iç tutarlık yöntemiyle, madde analizi ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonuyla incelenmiştir. Geçerlik ve güvenirlik analizleri için SPSS 13.0 ve LISREL 8. programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Güvenirlik ve Madde Analizi

Yapılan analiz sonucunda, ölçeğin düzeltilmiş madde toplam korelasyon katsayılarının .49 ile .70 arasında sıralandığı görülmüştür. Bulgular Tablo 1'de görülmektedir. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı .90 olarak bulunmuştur.

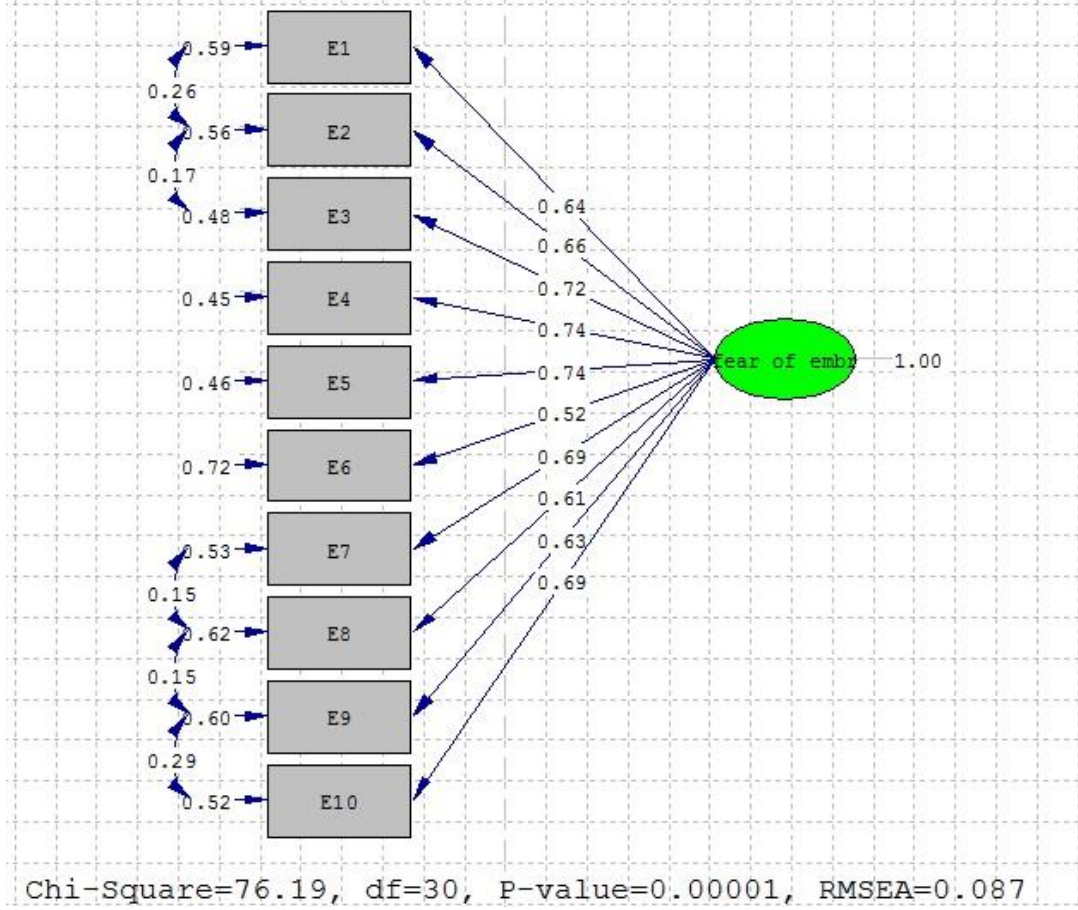
Tablo 1: Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği'nin Düzeltilmiş Madde-Toplam Korelasyonları

Madde no	Düzeltilmiş madde toplam korelasyonu	Madde silindiğinde Cronbach alfa
f1	,621	,887
f2	,656	,884
f3	,674	,883
f4	,672	,883
f5	,662	,884
f6	,492	,895
f7	,654	,885
f8	,611	,887
f9	,662	,884
f10	,703	,881

Yapı geçerliği

Doğrulayıcı Faktör Analizi. BUKÖ'nün yapı geçerliği için ölçeğin orijinal formunda bulunan faktörlerin doğrulanması amacıyla DFA uygulanmıştır. Ölçeğin uyum indeksleri ($\chi^2= 76.19$, $sd= 30$, $RMSEA= .087$, $CFI= .95$, $IFI= .95$, $SRMR= .051$, $GFI= .93$) tek boyutlu BUKÖ'nün yeterli uyum verdiğini ortaya koymuştur (Hu & Bentler, 1999). Ancak madde 1 ile madde 2, madde 2 ile madde 3, madde 7 ile madde 8, madde 8 ile madde 9 ve madde 9 ile madde 10 arasında ikili

hata kovaryansları tanımlanmıştır. Doğrulayıcı faktör analizine ait faktör yükleri Şekil 1'de gösterilmiştir.



Şekil 1: Başkaları Tarafında Utandırılma Korkusu Ölçeği'ne İlişkin Path Diagramı ve Faktör Yükleri

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, Gee ve diğerleri (2011) tarafından geliştirilen Başkaları Tarafından Utandırılma Korkusu Ölçeği'nin Türkçeye uyarlanması ile oluşturulan Türkçe formun geçerlik ve güvenirliliğinin incelenmesi amaçlanmıştır. Ölçeğin yapı geçerliği DFA ile incelenmiştir. DFA için uyum indeksi sınırları göz önüne alındığında, modelin iyi uyum verdiği ve ölçeğin tek boyutlu orijinal faktör yapısının Türkçe formun faktör yapısıyla uyduğu görülmektedir (Hu & Bentler, 1999).

Ölçeğin bütünü için güvenirlilik katsayılarının yüksek bulunması, güvenirliliğin yeterli düzeyde olduğunu göstermektedir. Madde analizi sonucunda madde-toplam korelasyon katsayılarının .30 ölçütünü karşıladığı görülmüştür.

BKUÖ'nün Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlilik çalışmalarından elde edilen bulgulara göre ölçeğin kullanıma hazır olduğu belirtilebilir. Ancak ölçeğin uyum geçerliğini belirlemek amacıyla, geçerlik ve güvenirliliği kanıtlanmış farklı ölçme araçları ile arasındaki ilişki incelenebilir. Son olarak ölçeğin test-tekrar test güvenirliliğinin incelenmesinin önemli olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Beck, A. T. (2015). *Anksiyete bozuklukları ve fobiler*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Beidel, D. C., Turner, S. M., & Morris, T. L. (1999). Psychopathology of childhood social phobia. *Journal of American Academic Child Adolescence Psychiatry, 38*, 643-650.
- DSM-IV-TR Tam Ölçütleri Başvuru Elkitabı, Amerikan Psikiyatri Birliği, (Çev. Ertuğrul Köroğlu). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Evren, C. (2010). Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Alkol Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 473-515*.
- Gee, B. A., Antony, M. A., & Koerner, N. (2012). Do socially anxious individuals fear embarrassment by close others? Development of the Fear of Embarrassment by Others Scale. *Personality and Individual Differences, 52*, 340-344.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structural analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling, 6*, 1-55.
- Kessler, R.C. (2003). *The impairments caused by social phobia in the general population: Implications for intervention*. Acta Psychiatr Scand, 19-27.
- Liebowitz, M. R., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Travers, J., & Stein, M. B. (2000) Social phobia or social anxiety disorder: What's in a name? *Archive of General Psychiatry, 57*, 191-192.
- Manuzza A, Schneier F, Chapman T ve ark. (1995). *Generalized social phobia: reliability and validity*. Arch Gen Psychiatry, 230-237.
- Miller, R. S. (1995). On the nature of embarrassability: Shyness, social evaluation and social skills. *Journal of Personality, 63*, 315-339.
- Roth, W. T., (2014). *Anksiyete terapisi*. İstanbul: Prestij Yayınları.

Özgüven, H., & Sungur, M. Z. (1998). Sosyal fobi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 9, 128-138.

Sipahi, B., Yurtkoru, E. S. & Çinko, M. (2008). *Sosyal bilimlerde SPSS'le veri analizi*. İstanbul: Beta Basım Yayım Dağıtım.

VandenBos, G. R. (2006). *APA dictionary of psychology*. Washington, DC: American Psychological Association.