

Lise Öğrencilerinin Utangaçlıklarının Algılanan Anne Baba Tutumları ve Problem Çözme Yaklaşımları Açısından İncelenmesi*

- Yrd. Doç. Dr. Erdal HAMARTA **
- Arş. Gör. Önder BALTACI***
- Prof. Dr. Ömer ÜRE****
- Uzm. Psik. Dan. Elif DEMİRBAŞ*****

Öz

Amaç: Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne baba tutumlarına göre farklılaşıp farklılaşmadığının ve utangaçlık ile problem çözme yaklaşımları arasında anlamlı düzeyde ilişki olup olmadığının belirlenmesidir.

Yöntem: Araştırma genel tarama modeline uygun olarak yapılmıştır. Araştırmanın örneklemini tesadüfi küme örnekleme yöntemi ile seçilen 377'si kız 275'i erkek olmak üzere toplam 652 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemini oluşturan öğrencilerin %24.7'si 9. sınıf, %44.5'i 10 sınıf %30.8'i 11. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin utangaçlıklarının belirlenmesinde Cheek tarafından 1990 yılında geliştirilen ve Güngör tarafından 2001 yılında Türkçe'ye uyarlaması yapılan 'Utangaçlık Ölçeği' kullanılmıştır. Öğrencilerin problem çözme yaklaşımlarının belirlenmesinde Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen Türkçe'ye uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılan "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Anne baba tutumlarının belirlenmesi amacıyla ayrıca bir ölçek uygulanmamıştır. Kişisel bilgi formunda anne baba tutumlarından kendilerine uygun olarak düşündüklerini işaretlemeleri istenmiştir. Verilerin analizinde varyans analizi, tukey testi, pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı ve regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Araştırma sonucunda lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne baba tutumuna göre anlamlı düzeyde farklılaştığı, algılanan anne baba tutumlarını otoriter olarak belirten öğrencilerin utangaçlık puan ortalamaları algılanan anne baba tutumlarını demokratik olarak belirten öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Araştırmanın diğer bir bulgusunda da problem çözme yaklaşımlarından düşünen, kaçınan, değerlendiren, kendine güvenli ve planlı yaklaşımların utangaçlık ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ergen, utangaçlık, algılanan anne baba tutumu, problem çözme yaklaşımları.

Abstract

An Investigation of High Schools Students' Shyness Respect to Their Perceived Parents' Attitudes, Problem-Solving Approaches.

Purpose: The purpose of this study is to determine whether high school students' shyness differentiate according to perceived parents' attitudes and there is meaningful difference between shyness and problem-solving approach. Research has been done in accordance with the general scanning model.

Methods: The sample of this study consists of total of 652 students, 377 of them female and 275 of them male selected through random cluster sampling method. Sample group consists of students: %24.7 of them 9th grade, % 44.5 10th grade, and %30.8 of them 11th grade. For determining students' shyness, 'shyness Scale' developed in 1990 by Cheek and adapted to Turkish by Güngör in 2001 was used. In determining Students' problem-solving approach, "Problem Solving Inventory" developed by Heppner and Petersen (1982) and adopted to Turkish by Şahin, Şahin and Heppner (1993) was used. No other scale was applied to determine attitudes of parents. In the Personal Information Form parents were asked to mark parental attitudes which they think appropriate for themselves. In the analysis of data, variance analysis, Tukey test, Pearson product moment correlation coefficient and regression analysis was used.

Results: As a result of research, it has been observed that high school students' shyness differentiate in meaningful level according to perceived parent attitudes and it has been found that score averages of students who define perceived parent attitudes as authoritarian are significantly higher than the ones who define as democratic. Another finding of research shows that there is a relationship in significant level between shyness and thinking, avoidant, assessor, self-confident and planned approaches by problem-solving approaches.

Key Words: Adolescence, shyness, perceived parents' attitudes, problem-solving approaches.

(*) Bu çalışma 21-23 Ekim 2009 tarihinde düzenlenen X. Ulusal PDR Kongresi'nde bildiri olarak sunulmuştur.

(**) Selçuk Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü.

(***) Ahi Evran Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı.

(****) Selçuk Üniversitesi, Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Böl., Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik ABD.

(*****) Rehberlik Araştırma Merkezi.

Giriş

İnsan doğası nedeniyle toplumsal bir varlıktır ve ilişkiler ağı içinde doğar, yaşar ve ölür. Bu ilişkiler ana baba-çocuk, arkadaş, komşu, iş arkadaşı gibi çeşitlilik gösterebilir ve birçok açıdan farklı olabilir (Hortaçsu, 2003). Çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemi olan ergenlik döneminde birey, diğer bireyler ile iletişim yoluyla sağlıklı ilişkiler kurmaya çalışmaktadır. Ancak iletişimde başarılı olmak her zaman mümkün değildir. Çünkü insanlarla iletişim kurabilmek birçok insana sıkıntı verir ve bu kişiler başkaları ile bir arada olmakta sorun yaşar, sosyal ortamlarda kendilerini ifade etmekte güçlük çeker ve doğru davranıp davranmadıkları konusunda endişe yaşarlar. Kişiler arası ilişkilerde bireyin kendisini rahatsız hissetmesi olarak tanımlanan utangaçlık (Enç,1980) kişinin sadece sosyal ilişkilerini etkilemekle kalmaz aynı zamanda sosyal becerilerinde de bazı yetersizliklere sebep olabilir.

İnsanlarla birarada yaşamayı kolayca başaramayan kişiler, “sıkılgan”, “utangaç”, “çekingen”, “ürkək”, “tutuk” ve “sosyal fobik” şeklinde sınıflandırılmaktadır (Bacanlı, 1999). Utangaçlık basit olarak, bireyin başkaları ile olan ilişkileri sırasında duyulan ve doğal davranışları ketleyen rahatsız edici bir duygudur (Enç,1980). Stevans’a (1997)’a göre ise utangaçlık, bireyin yaşamının her yönünü etkileyen, en hafif olanının bile iş, eş ve arkadaş seçimini etkileyen bir gruba girme konusunda kendisini çaresiz hissetmesine neden olan önemli etmenlerden biridir. Carducci ise (2000) utangaçlığı kişiler arası bir sorun olarak tanımlamıştır. Birçok insan için utangaçlık, temel ihtiyaçlarının önündeki bir engeldir ve insanları kontrol edip ve onları okulda, sosyal ve iş ortamlarında etkisiz kılmaktadır. Utangaç kişiler, dışlanma, depresyona girme, yalnızlığa itilme, insanlarla tanışma ve arkadaş edinmede zorlanma gibi sosyal problemler ile başkalarının yanında net düşünemedikleri ve olumsuz yargılara sahip oldukları için davranışsal karşılıklı konuşmalarda donup

kaldıkları bilişsel problemler yaşamaktadırlar (Carducci ve Zimbardo, 1995). Araştırmalar utangaç veya sosyal kaygılı olarak nitelendirilen bireylerin diğer bireylerle karşılaştırıldığında daha az arkadaşlarının olduğunu, hem cinsleriyle ve karşı cinsle yakın ilişkiler kurmada zorluk yaşadıklarını (Alden ve Taylor, 2004; Dodge, Heimberg, Nyman ve O’Brian, 1987; Hart, Turk, Heimberg ve Liebowitz, 1999; Turner, Beidel, Dancu ve Keys, 1986), sınıf arkadaşları ile daha az etkileşim kurduklarını, sosyal becerilerinin daha düşük olduğunu (Beidel ve diğerleri, 1999; Spence, Donovan ve Brechman-Toussaint, 1999), sosyal desteklerinin daha az olduğu ve sosyal işlevlerinde bozulmaların meydana geldiğini (Liebowitz, Gorman, Fyer ve Klein, 1985; Eng, Coles, Heimberg ve Safren, 2005), eğitsel başarı düzeylerinin daha düşük olduğunu (Eng ve diğerleri, 2005) göstermektedir. Bu araştırma sonuçları sosyal kaygılı bireylerin günlük yaşamlarında pek çok sosyal problemle karşı karşıya kaldıklarını ve bunları çözmeye zorluklar yaşadıklarını ortaya koymaktadır. Sosyal kaygılı bireylerin karşılaştıkları kişilerarası problemleri nasıl çözdüğüne ilişkin araştırmaların sayısı oldukça az olmakla birlikte ulaşılan kaynaklarda (Adalbjarnardottir, 1995; Hamarta, 2009; Rubin ve Mills, 1988; Stewart ve Rubin, 1995) sosyal kaygılı bireylerin kişiler arası problem çözme becerilerinin düşük ve etkisiz problem çözme yaklaşımları kullandıklarını göstermektedir.

Gerek günlük yaşantılardan, gerekse yaşam dönemlerinden kaynaklanan tüm problemler, insanların yaşamlarını etkili bir şekilde sürdürebilmeleri için problem çözme becerilerini kullanmalarını gerektirmektedir (Taylan,1990). Problemlerin çözümleri, problemlerin türü ve karmaşıklığına göre değişir. Bazı problemler tamamıyla mantık yoluyla çözümlenir, bazı problemler duygusal olgunluğu gerektirir. Bazı problemler ise olaylara yeni bir algılama açısından bakmayı gerektirir. Problem çözümleri arasındaki ortak yön amaca ulaşmaya ket vurma engelini ortadan kaldırmaktır (Cüceloğlu,1992). Heppner ve

Krouskopf (1987) problem çözmeyi, karışık içsel ve dışsal istek ve arzuların uyumu için, bilişsel ve etkili davranışsal süreçler olarak tanımlamışlardır. Heppner ve Baker (1997)' e göre, problem çözenin ve problemle başa çıkmanın birçok yönü vardır; a) Genel olarak başa çıkabilme yönü, bunlar; probleme odaklanmış başa çıkma ve duyguya odaklanmış başa çıkmadır. b) Problemi tanımayla ilgili bazı yeterlilikler, (Alternatif üretebilme ve karar verebilme gibi). c) Bilişsel süreçler; sonuçsal düşünme gibi. d) Problem çözen olarak kendine değer biçme. Yani bireyin kendisini problem çözme konusunda yeterli görmesi ve kendisine güvenmesidir. Problem çözme ile ilgili alan yazın incelendiğinde sonuçlar göstermektedir ki etkili problem çözme becerisine sahip bireyler daha fazla psikolojik ve fiziksel sağlık, daha fazla etkili başa çıkma ve mesleki uyuma sahiptir (Heppner, Witty ve Dixon, 2004).

Davranışlarının başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği ve gruplardan dışlanacakları düşüncesi ile baş etmeye çalışan utangaç bireylerin kendileri hakkındaki olumsuz değerlendirmelerinin ve inançlarının şekillenmesinde ebeveyn tutumlarının da etkisinin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Çünkü utangaçlık, aktif olmayan mizaç, stres yaratan okul çevresi, üstün büyük kardeş, sık yapılan eleştiri, kaos veya aile çatışması, aile ile ilgili ilişki zorlukları ile güvensizlik, tutarsızlık veya güvenilmez anne baba gibi çevresel tetikleyicilerle ağırlaşabilir (Henderson ve Zimbardo, 1998). Aile çocuğun girdiği ilk toplumsal çevre olması nedeniyle çocuğun sosyal gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Farklı yetiştirme tutumları ile bireyde farklı kişilik örüntülerinin oluşması mümkündür. Bu nedenle bireylerde oluşan davranış yapılarının ailelerin çocuklarına yönelik yaklaşımlarındaki farklılıklardan kaynaklandığı söylenebilir. Maccoby'in (1984) ana-baba tutumu ile ilgili yaptığı araştırmada, çocuğun sosyalleşmesine etki eden birçok faktör içinde, en önemli faktörün aile olduğu belirtilmektedir. Ana-babanın, çocuğun sosyalleşmesi için kullandığı yön-

temler, seçtiği ödül ve cezalar, öğretme biçimleri, aktarmaya çalıştığı değerler çocukların ilgileriyle, sosyal beceriyle birbirlerinden farklı kişilikler geliştirmesine neden olur (Akt., Erkan,2002).

Çocuğa karşı içten ve koşulsuz sevgi gösteren, başarılarını destekleyen, kişiliğine saygı duyarak, kendini geliştirmesine yardımcı olan, çocuğun görüş ve düşüncelerine önem veren ve aile tartışmalarında söz hakkı tanıyan, izin verirken de sorumluluk bilincini geliştirici şekilde yumuşak denetim uygulayan ana-baba tutumları demokratik tutumlar olarak tanımlanabilir (Gökçedağ, 2001). Demokratik yapıya sahip aile ortamlarında çocuklar küçük yaşlardan itibaren rahat bir ortamdadır. Düşüncelerini, duygularını açıkça ortaya koyabilmekte, kendisi ile ilgili kararları kendisinin düşünceleri alınarak verilmesi çocukta kendine güvenin iyice yerleşmesine yardımcı olmaktadır. Çocuk kendini ifade etme yeteneğini, dışadönük, yaratıcı olabileme özelliklerini kazanabilmektedir. Böylece birey, yetişkinlik hayatında ve öncesinde kişiler arası ilişkilerinde rahat olabilecektir (Yavuzer, 2003). Ayrıca demokratik ortamda büyüyen çocuklar anne babaları tarafından stresli ortamlarda aşırı koruma davranışlarına maruz kalmadıkları için stresli ortamlarda nasıl davranacaklarını ve zorlukların üstesinden nasıl geleceklerini öğrenmektedirler, kendi engellenmişliklerinin üstesinden gelebilmektedirler (Carducci ve Zimbardo, 1995). Ancak otoriter, ilgisiz ve reddedici bir tutuma sahip ebeveynlerin çocukları küçük yaşlardan itibaren baskı altına alınacak, dolayısıyla kendine güven duygusu ve özsaygısı gelişmeye fırsat bulamayacaktır. Aile ortamında çocuğa söz hakkı verilmemesi, çocuğun sevilmemesi, kendini ifade etmesine imkan sağlanmaması sürekli eleştirilmesi, mükemmeliyetçi davranılması, itaat isteği çocukların yaşamın ilk yıllarından itibaren içedönük, çekingen, utangaç olmalarına sebep olacaktır (Yavuzer, 2003). Ayrıca aşırı korunan çocuklar yaşamları boyunca stresten uzak tutuldukları için stresli ortamlarda bulunmaktan dolayı kaygı duymakta ve çareyi

ya ortamdan uzaklaşmakta ya da utangaçlıkta bulmaktadırlar (Carducci ve Zimbardo, 1995). Otoriter, ilgisiz ve reddedici aile ortamından gelen çocukların daha çekingen, içedönük ve utangaç oldukları bilinmekte (Horsch, 2004; Kılıççı, 2006) ve hatalı anne-baba tutumları, çocuğun utangaçlık duygu ve davranışını pekiştirip, davranış bozukluğu boyutuna gelmesine neden olabilmektedir (Öz, 2002). Sıcak, destekleyen, net beklentiler koyabilen anne babaların çocuklarının sosyal açıdan yeterli (Schmidt, Polak ve Spooner, 2005), çocukla ilişkisinde mesafeli, reddedici ve otoriter tutum içinde olan anne babaların çocuklarının ise utangaç ve çekingen oldukları saptanmıştır (Carducci, 2000; Eastburg ve Johnson, 1990; Güngör, 2000; Horsch, 2004; Karacan, Şenol ve Şener, 1996; Rapee, 1997; Schmidt, Polak ve Spooner, 2005; Zolten ve Long, 1997).

Lise yıllarına denk gelen ergenlik dönemi bireyin üstesinden gelmek durumunda olduğu pek çok problemle doludur. Bireyin bu dönemde karşılaştığı problemlerin üstesinden gelebilmesi özellikle yakın çevresinden alacağı sosyal destekle yakından ilişkilidir. Bu açıdan anne-babanın çocuklarına göstermiş olduğu davranış biçimi ergenlerin içinde buldukları dönemi daha sorunsuz geçirmelerine destek olabilir. Bu açıdan araştırma sonucunda elde edilecek bulgular utangaçlık ve anne baba tutumu arasındaki ilişkilerin anlaşılmasına önemli katkı sağlayabilir. Ayrıca utangaç bireylerin problem çözme yaklaşımlarının öğrenilmesi bu bireylerle çalışan uzmanlara önemli bilgiler sunabilir.

Amaç

Bu araştırmanın amacı lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne baba tutumları ve problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesidir. Araştırmanın genel amacına bağlı olarak aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinin utangaçlık puan ortalamaları algılanan anne-baba tutumlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

2. Lise öğrencilerinin utangaçlıkları ile problem çözme yaklaşımları arasında anlamlı düzeyde ilişki var mıdır?

3. Lise öğrencilerinin problem çözme yaklaşımları utangaçlığı anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Araştırma ilişki modeline uygun olarak yürütülmüştür. Araştırmanın evreni Konya, Kırşehir ve Trabzon il merkezinde bulunan lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini üç il merkezindeki liselerden tesadüfi küme örneklemini ile seçilen altı liseden 377'si kız 275'i erkek olmak üzere toplam 652 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemini oluşturan öğrencilerin %24.7'si 9. sınıf, %44.5'i 10. sınıf %30.8'i 11. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanmasında "Utangaçlık Ölçeği", "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Anne baba tutumlarının belirlenmesi amacıyla ayrıca bir ölçek uygulanmamıştır. Kişisel bilgi formunda anne baba tutumlarını ifade eden kısa açıklamalar verilmiş ve öğrencilerden bu açıklamalarda ifade edilen anne baba tutumlarından kendi anne baba tutumlarını tanımlayan açıklamaları işaretlemeleri istenmiştir.

Utangaçlık Ölçeği:

Araştırmada bireylerin utangaçlık düzeylerini ortaya koymak amacıyla Cheek tarafından (1990) geliştirilen ve Güngör tarafından (2001) Türkçe'ye uyarlaması yapılan "Utangaçlık Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekten 20 maddelik 5'li likert tipi yeni bir ölçek oluşturulmuştur (Güngör, 2001). Bireylerden ölçekteki ifadelerin karşısında bulunan "Bana Hiç Uygun Değil", "Uygun Değil", "Karasızım", "Bana Uygun Değil", "Bana Çok Uygun" seçeneklerinden bir tanesini işaretlenmeleri istenilir. Ölçekten alınacak en yüksek

puan 100, en düşük ise 20 puandır. Bireyin puanının yüksek olması kendisini utangaç olarak algıladığını göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği bir testin tekrarı diğeri iç tutarlılık olmak üzere iki yolla hesaplanmıştır. Ölçeğin 78 öğrenciye üç hafta ara ile iki kez uygulanması sonucu elde edilen korelasyon katsayısı .83'tür. Ölçeğin iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach alfa katsayısı ise .91'dir (Güngör 2001). Ölçeğin lise öğrencileri için geçerlik çalışması Gökçe (2002) tarafından yapılmıştır. Utangaçlık Ölçeği'nin yapı geçerliğini kanıtlamak ve ölçek maddelerinin utangaçlık değişkenini tek bir boyutta ölçüp ölçmediğini saptamak amacıyla "Faktör Analizi" uygulanmıştır. Ankara merkez ilçelerinden üst; orta ve alt sosyo ekonomik düzeydeki üç lise belirlenmiştir. 329 öğrenci tesadüfi olarak seçilmiş ve bu öğrencilere "Utangaçlık Ölçeği" uygulanmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin tek boyutlu olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Utangaçlık ölçeğinin lise öğrencileri için güvenilirliği "test-tekrar-test" ve "iç tutarlılık" yöntemi olmak üzere iki yolla yapılmıştır. "Test-tekrar test" yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayısı $r = .81$ olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach Alfa katsayısı ise .87 olarak bulunmuştur (Gökçe, 2002).

Problem Çözme Envanteri:

Öğrencilerin problem çözme yaklaşımlarının belirlenmesinde P.P. Heppner ve C.H. Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye uyarlamasını Şa-

hin, Şahin ve Heppner (1993)'nin yaptıkları Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Problem Çözme Envanteri, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendisini algılayışını ölçen, kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Ergen ve yetişkinlere uygulanır. 35 maddeden oluşur ve 1-6 arası puanlanan Likert tipi bir ölçektir. **Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireyin problem çözme becerileri konusunda kendini yetersiz olarak algıladığını gösterir.** Araştırmacılar tarafından yapılan güvenilirlik çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa güvenilirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Tek ve Çift sayılı maddeler ayrılarak, yarıya bölme tekniği ile elde edilen güvenilirlik katsayısı ise $r = .81$ olarak bulunmuştur. Yapılan faktör analizi sonucunda ölçekte 6 faktör olduğu bulunmuştur (Savaşır ve Şahin, 1997).

Verilerin Analizi

Algılanan Anne-Baba tutumlarına göre lise öğrencilerinin utangaçlıklarının farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesi amacıyla varyans analizi, farklılaşmanın kaynağının belirlenmesinde ileri analiz olarak tukey testi kullanılmıştır. Lise öğrencilerinin utangaçlıkları ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin belirlenmesinde pearson momentler çarpım korelasyon katsayısı, problem çözme yaklaşımlarının utangaçlığın önemli yordayıcısı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla regresyon analizi kullanılmıştır.

Tablo 1: Algılanan Anne-Baba Tutumlarına Göre Lise Öğrencilerinin Utangaçlıklarının Karşılaştırılması

	N	\bar{X}	S. Sapma	F	Tukey Testi Sonuçları
Otoriter	106	54.25	13.29	4.269* .002	Otoriter > Demokratik
Demokratik	350	48.78	14.33		
İlgisiz	31	54.23	11.30		
Koruyucu	126	52.21	13.81		
Tutarsız	39	51.18	13.77		

$p < .05$

BULGULAR

Bu bölümde araştırmancın alt problemlerine bağılı olarak yapılan istatistiksel analizlere yer verilmiştir. Öncelikle algılanan anne baba tutumlarına göre lise öğrencilerinin utangaçlıklarının farklılaşp farklılaşmadığının belirlenmesine yönelik varyans

analizi sonucuna (Tablo 1), daha sonra utangaçlık ve problem çözme yaklaşımları arasındaki korelasyona ilişkin bilgiler (Tablo 2) ve son olarak problem çözme yaklaşımlarının utangaçlığın önemli yordayıcısı olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yapılan regresyon analizi sonuçlarına (Tablo 3) yer verilmiştir.

Tablo2: Utangaçlık ve Problem Çözme Arasındaki İlişki

		Aceleci Yaklaşım	Düşünen Yaklaşım	Kaçıngan Yaklaşım	Değerlendirici Yaklaşım	Kendine Güvenli Yaklaşım	Planlı Yaklaşım
Utangaçlık	r	.029	.186(**)	.219(**)	.182(**)	.316(**)	.280(**)
	p	.463	.000	.000	.000	.000	.000

* $p < .05$ ** $p < .01$ n=652

Tablo 2 incelendiğinde lise öğrencilerinin utangaçlık puanlarının düşünen, kaçıngan, değerlendirici kendine güvenli ve planlı yaklaşımla pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Problem çözme envan-

terinde yüksek puanlar olumsuz duruma işaret ettiğinden utangaçlık arttıkça düşünen, değerlendirici, kendine güvenli ve planlı yaklaşımın azaldığını göstermektedir.

Tablo 3: Utangaçlık Üzerinde Çok Yönlü Regresyon Analizi

Yord	R	R ²	R ² _{ch}	F	β	t	p
Aceleci	.38	.144	.136	.18.072	-.037	-.954	.340
Düşünen					-.059	-1.232	.218
Kaçıngan					.159	4.058	.000
Değerlendirici					.071	1.748	.081
Kendine Güvenli					.227	4.836	.000
Planlı Yaklaşım					.130	2.733	.006

Tablo 3'te lise öğrencilerinin problem çözme yaklaşımlarının bütün olarak utangaçlığı açıkladığı ($R=.38$, $R^2=.14$, $F(6,645)=18.07$, $p<.001$), utangaçlıktaki varyansın %14.4'ünün problem çözme yaklaşımlarından kaynaklandığı görülmüştür. Utangaçlığın yordayıcılarının hangi problem çözme yaklaşımları olduğunun anlaşılması amacıyla β ve t değerlerine bakıldığında kaçınan ($\beta =.159$, $p<.05$), kendine güvenli ($\beta =.227$, $p<.05$) ve planlı yaklaşımın ($\beta =.130$, $p<.05$) utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA

Araştırma bulguları incelendiğinde anne babalarını otoriter olarak algılayan lise öğrencilerinin utangaçlık puanlarının anne babalarını demokratik olarak algılayanlardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum küçük yaşlardan itibaren evde söz hakkı verilmeyen baskı altında tutulan çocukların sosyal olarak kendilerini ifade etmekte zorlandıklarını ve bu durumun içedönük, çekingen, utangaç olmalarına neden olduğuna işaret etmektedir. Otoriter, ilgisiz ve reddedici aile ortamından gelen çocukların daha çekingen ve içedönük ve utangaç olduklarını (Kılıççı, 2006) ve bu olumsuz tutumların utangaçlık duygu ve davranışını pekiştirip, davranış bozukluğu boyutuna gelmesine neden olabilmektedir (Öz, 2002). Diğer yandan demokratik yapıya sahip aile ortamlarındaki çocuklar küçük yaşlardan itibaren rahat bir ortamdadır. Düşüncelerini, duygularını açıkça ortaya koyabilmekte, kendisi ile ilgili kararları kendisinin düşünceleri alınarak verilmesi çocukta kendine güvenin iyice yerleşmesine yardımcı olmaktadır. Çocuk kendini ifade etme yeteneğini, dışadönük, yaratıcı olabilme özelliklerini kazanabilmektedir. Böylece birey, yetişkinlik hayatında ve öncesinde kişiler arası ilişkilerinde rahat olabilecektir (Schmidt, Polak ve Spooner, 2005; Yavuzer, 2003). Araştırma bulgumuzla ilgili önceki çalışmalar incelendiğinde (Eastburg ve Johnson, 1990; Güngör, 2000; Horsch, 2004; Karacan, Şenol

ve Şener, 1996; Rapee, 1997; Schmidt, Polak ve Spooner, 2005) yüksek utangaçlık gösteren bireylerin utangaçlık düzeyi düşük bireylere göre anne babasının yaklaşım biçimini aşırı koruyucu, baskıcı ve reddedici olarak algılayan çocuklar olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın diğer bir bulgusunda ise öğrencilerin utangaçlık puanlarının problem çözmenin düşünen, kaçınan, değerlendirci, kendine güvenli ve planlı yaklaşım ile pozitif ilişkili olduğu görülmüştür. Problem çözme envanterinde yüksek puanlar olumsuz duruma işaret ettiğinden utangaçlık arttıkça düşünen, değerlendirci, kendine güvenli ve planlı yaklaşımın azaldığı söylenebilir. Ayrıca problem çözme yaklaşımlarından kaçınan yaklaşım, kendine güvenli yaklaşım ve planlı yaklaşımın utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğu bulunmuştur. Bu sonuçlar utangaç bireylerin bir problem durumuyla karşılaştıklarında problemle yüzleşmek yerine problemden kaçınmayı tercih ettiklerine, problem çözme konusunda kendilerine güvenmediklerini ve plansız davrandıklarını göstermektedir. Utangaçlıkla yapılan çalışmalarda utangaç bireylerin benlik saygılarının düşük olduğuna ilişkin önemli bulgular sunmaktadır (Gökçe, 2002; Henderson ve Zimbardo, 1998; Fordham ve Stevenson-Hinde, 1999; Demirbaş, 2009). Bu sonuçlar utangaç bireylerin kendine güvenmemelerini ve kaçınan davranış gösterdiklerini açıklayabilir. Ayrıca utangaçlık ve sosyal kaygı ile ilgili yapılan çalışmalarda utangaç ya da sosyal kaygılı bireylerin stresli durumlarda kaçınma gibi duygu odaklı başa çıkma stillerini daha çok kullandıklarına ilişkin araştırma sonuçları (Eisenberg, Shepard, Fabes, Murphy ve Guthrie, 1998; Findlay, Coplan ve Bowker, 2009; Burgess, Wojslawowicz, Rubin, Krasnor ve LaForce, 2006) araştırma bulgumuzla paralellik göstermektedir. Problem çözme becerisi olumlu duyguların oluşması ve sıkıntılarının hafifletilmesi ile de ilgilidir (Korkut, 2004). Ayrıca problemlere çözüm üretebilmeye ilişkin becerileri

yeterli görmek, kişisel dirençleri daha belirgin hale getirebilecektir (Palancı, 2004). Ancak utangaç bireylerin kendilerine ve problem çözme becerilerine ilişkin olumsuz algılamaları kişisel dirençlerinin zayıflamasına neden olabilir. Utangaçlık ve problem çözme arasındaki ilişkilerin incelendiği araştırmalarda utangaç bireylerin problem çözme becerilerinin daha düşük olduğuna ilişkin bulgular (Rubin ve Mills, 1988; Adalbjarnardottir, 1995; Stewart ve Rubin, 1995) ile etkili olmayan problem çözme yaklaşımları kullandıklarına ilişkin bulgular ile (Palancı, 2004; Hamarta, 2009) araştırma bulgularımız benzerlik göstermektedir.

Gelecekle ilgili pek çok kararın alındığı ergenlik döneminde lise öğrencilerinin utangaçlıklarının düşük olmasında hepsinden önce, kendilerini ifade edebildikleri, kararlarına saygı gösterildiği demokratik anne baba tutumları önemlidir. Bu sebeple anne baba eğitimleri düzenlenerek demokratik anne baba tutumlarının yangınlaşması sağlanabilir. Utangaçlık ve problem çözme arasındaki ilişki olduğuna ilişkin bulgu, utangaçlığın azaltılmasına yönelik yapılacak çalışmalarda problem çözme becerilerinin geliştirilmesine ilişkin etkinliklere yer verilebileceğini göstermektedir.

KAYNAKÇA

- Adalbjarnardottir, S., "How Schoolchildren Propose To Negotiate: The Role Of Social Withdrawal, Social Anxiety, And Locus Of Control", **Child Development**, N. 66, p. 1739-1751, 1995.
- Alden, L.E. VE Taylor C.T., "Interpersonal Processes In Social Phobia", **Clinical Psychology Review**, V. 24, p. 857-882, 2004.
- Bacanlı, H., **Sosyal Beceri Eğitimi**, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara 1999.
- Beidel D.C, Turner, S. M. VE Morris T. L., "Psychopathology Of Childhood Social Phobia", **Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry**, V.38, N.6, p. 643-650, 1999.
- Burgess, K.B., Wojslawowicz, J. C., Rubin, K. H., Rose-Krasnor, L. VE Booth-Laforce, C., "Social Information Processing And Coping Strategies Of Shy/Withdrawn And Aggressive Children: Does Friendship Matter?", **Child Development**, V.77, N.2, p. 371 – 383, 2006.
- Carducci, J.B., "Shyness:The New Solution", **Psychology Today**, V.33, N.1, p. 38-46, 2000.
- Carducci,J.B., ZIMBARDO G.P., "Are You Shy?", **Psychology Today**, V.28, N.6, p. 34-46, 1995.
- Cüceloğlu, D., **Psikolojiye Giriş**, Remzi Kitabevi, Ankara 1993.
- Demirbaş, E., "**Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Ve Benlik Saygılarının Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Açısından İncelenmesi**", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Konya 2009.
- Dodge, C. S., Heimberg, R. G., Nyman, D. VE O'brian, G. T., "Daily Interactions Of High And Low Socially Anxious College Students: A Diary Study", **Behavior Therapy**, V.18, p. 90–96, 1987.
- Eastburg, M. ve Johnson, B.W., "Shyness And Perceptions Of Parental Behavior", **Psychological Reports**, V.66, p. 915-921, 1990.

- Eisenberg, N., Shepard, S.A., Fabes, R.A., Murphy, B.C. ve Guthrie, I.K., "Shyness And Children's Emotionality, Regulation, And Coping: Contemporaneous, Longitudinal, And Across-Context Relations", **Child Development**, V.69, p. 767–790, 1998.
- Enç, M., "**Ruh Bilim Terimleri Sözlüğü**", Türk Dil Kurumu Yayınları, Ankara 1980.
- Eng, W., Coles, M. E., Heimberg, R. G. Ve Safren, S. A., "Domains Of Life Satisfaction In Social Anxiety Disorder: Relation To Symptoms And Response To Cognitive-Behavioral Therapy", **Anxiety Disorders**, V.19, p. 143–156, 2005.
- Erkan, Z., "**Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyleri, Ana-Baba Tutumları ve Ailede Görülen Risk Faktörleri Üzerine Bir Çalışma**", Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana 2002.
- Fordham, K. ve Stevenson-Hide, J., "Shyness, Friendship Quality, And Adjustment During Middle Childhood", **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, V.40, N.5, p. 757-768, 1999.
- Findlay, L.G., Coplan, R. J. ve Bowker A., "Keeping It All Inside: Shyness, Internalizing Coping Strategies And Socio-Emotional Adjustment In Middle Childhood", **International Journal of Behavioral Development**, V.33, N.1, p. 47-54, 2009.
- Gökçe, S., "**Lise öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin yordanması**", Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2002.
- Gökçedağ, S., "**Lise Öğrencilerinin Okul Başarısı Ve Kaygı Düzeyi Üzerinde Anne-Baba Tutumlarının Etkilerinin Belirlenip Karşılaştırılması**", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2001.
- Güngör, A., "**Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi**", Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi (Araştırma Raporu), Ankara 2000.
- Güngör, A., "Utangaçlık Ölçeğinin Geliştirilmesi Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışmaları", **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, Yıl:15, Cilt:2, S:17–22, 2001.
- Hamarta, E., "Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme Ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi", **İlköğretim Online**, C.8, S.3, s. 729-740, [Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>, 2009.
- Hart, T. A., Turk, C. L., Heimberg, R. G. ve Liebowitz, M. R., "Relation Of Marital Status To Social Phobia Severity", **Depression and Anxiety**, V.10, p. 28–32, 1999.
- Henderson, L. ve Zimbardo P., **Shyness. Encyclopedia of Mental Health**, Academic Pres CA, San Diego 1998.
- Hepner, P. P. ve Baker, C. E., "Applications of the Problem Solving Inventory", **Measurement & Evaluation in Counseling & Development**, V.29, N.4, p. 229-241, 1997.
- Hepner, P. P., Witty, T. E. ve Dixon, W. A., "Problem-Solving Appraisal And Human Adjustment: A Review Of 20 Years Of Research Using The Problem Solving Inventory", **The Counseling Psychologist**, V.32, N.3, p. 344-428, 1997.
- Hepner, P.P. ve Krauskoph, C. J., "The Integration Of Personal Problem Solving Processes Within Counselling" **The Counseling Psychologist** N.15, p 371-447. 1987.
- Horsch, L.M., "**Parental Attitudes Toward Socially Inhibited Children**", Virginia Polytechnic Institute and State University, Master of Science in Psychology, 2004.
- Hortaçsu, N., **Çocuklukta İlişkiler- Ana Baba, Kardeş ve Arkadaşlar**, İmge kitabevi, İstanbul 2003.

- Karacan, E., Şenol, S. ve Şener, Ş., "Çocukluk Ve Ergenlik Çağında Sosyal Fobi", **3P Dergisi Sosyal Fobi Ek Sayısı**, C.4, S.1, p.28-33, 1996.
- Kılıççı, Y., **Okulda Ruh Sağlığı**, Anı Yayıncılık, Ankara 2006.
- Korkut, F., **Okul Temelli Önleyici Rehberlik Ve Psikolojik Danışma**, Anı yayıncılık, Ankara 2004.
- Liebowrtz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J. ve Klern, D. F., "Social Phobia: Review of A Neglected Anxiety Disorder", **Archives of General Psychiatry**, V.42, p. 729–736, 1985.
- Öz, İ., **Çocukta Uyum Ve Davranış Bozuklukları**, Kök Yayıncılık, Ankara 2002.
- Palancı, M., "Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Sorunlarını Açıklamaya Yönelik Bir Model Çalışması", **XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı'nda sunulan Bildiri**, İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya 2004.
- Rapee, R.M., "Potential Role Of Childrearing Practices İn The Development Of Anxiety And Depression", **Clinical Psychology Review**, N.17, p. 47-67, 1997.
- Rubin, K. H. VE MİLLS, R. S. L., "The Many Faces Of Social İsolation İn Childhood", **Journal of Consulting and Clinical Psychology**, N.56, p. 916-924, 1998.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H., **Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler**, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara 1997.
- Schmidt, A., Polak, C.P., Spooner, A.L., "Biological And Environmental Contributions To Childhood Shyness: A Diathesis-Stress Model", W.R. Crozier ve L. E. Alden (ed.) **The Essential Handbook of Social Anxiety For Clinicians**, West Sussex : John Wiley, 2005.
- Spence, S. H., Donovan, C. ve Brechman-Toussaint, M., "Social Skills, Social Outcomes, And Cognitive Features Of Childhood Social Phobia", **Journal of Abnormal Psychology**, N.108, p. 211–221, 1999.
- Stevens, A.J., **Utangaçlığınızı Yenin**, Çev:G.Tümer, HYB Yayıncılık, Ankara 1997.
- Stewart, S.L. ve Rubin, K.H., "The Social Problem-Solving Skills Of Anxious-Withdrawn Children", **Development and Psychopathology**, N.7, p. 323–336, 1995.
- Şahin, N., Şahin, N.H., ve Heppner, P.P., "Psychometric Properties Of The Problem Solving Inventory İn A Group Of Turkish University Students", **Cognitive Therapy and Research**, V.17, N. 4, p. 379-396, 1993.
- Taylan, S., **"Heppner'in Problem Çözme Envanterinin Uyarlama, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışmaları**, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara 1990.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., Dancu, D. V. ve Keys, D. J., "Psychopathology Of Social Phobia And Comparison To Avoidant Personality Disorder", **Journal of Abnormal Psychology**, N.95, p. 389–394, 1986.
- Yavuzer, H., **Çocuğu Tanımak ve Anlamak**, Remzi Kitabecisi, İstanbul 2003.
- Zolten, K. ve N. Long., **Shyness**, Department of Pediatrics, University of Arkansas for Medical Sciences, Arkansas 1997.