

SOSYAL KAYGININ BENLİK SAYGISINA VE İŞLEVSEL OLMAYAN TUTUMLARA GÖRE YORDANMASI

Aynur Eren Gümüş*

ÖZET

Bu araştırmada, sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanıp yordanamayacağı incelenmiştir. Araştırma grubuna üniversite 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden 339 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplamak için üç ölçek kullanılmıştır: SDKDE, RBSÖ ve FOTÖ-A. Veriler üzerinde yapılan çoklu regresyon analiziyle RBSÖ alt ölçeklerinin birlikte sosyal kaygı puanları ile orta düzeyde bir ilişkisinin olduğu bulunmuş; ancak alt ölçeklerden bazılarının sosyal kaygının önemli birer yordayıcısı olduğu bulunurken, bazı alt ölçeklerin ise özellikle benlik saygısı alt ölçeğinin sosyal kaygının önemli birer yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. FOTÖ-A alt ölçeklerinin ise birlikte sosyal kaygı puanları ile düşük bir ilişkisinin olduğu; ancak, hiçbirinin sosyal kaygının anlamlı birer yordayıcısı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

ANAHTAR SÖZCÜKLER: Sosyal kaygı, benlik saygısı, işlevsel olmayan tutumlar.

ABSTRACT

In this research, it was examined that whether social anxiety can be predicted based on self-esteem and dysfunctional attitude or not. 339 university students, freshmen and sophomores took part in the research group. In the study three scales were used to collect data: LSAS, RSES and DAS. The results of multiple regression analysis which were based on data showed that there was a mid-level correlation between

the subscales of RSES cooperatively and social anxiety scores. However, some of the subscales were significant predictors of social anxiety and some of the subscales, and especially the self-esteem subscale were not significant predictors of social anxiety. The analysis of the results of DAS subscales showed that there was a low level correlation between FOTO-A subscale cooperatively and social anxiety scores; however obtained, none of the subscales were a significant predictor of social anxiety.

KEY WORDS: Social anxiety, self-esteem, dysfunctional attitudes.

Antony ve Swinson'a (2000) göre sosyal kaygı, başkaları tarafından olumsuz yargılanacağına, kötü bir izlenim bırakacağına ve başkalarının karşısında aptal gibi görüneceğine ya da utanç duyacak biçimde davranacağına ilişkin korku duyma nedeniyle bireyin sosyal durumlarda rahatsızlık duyma ya da gerginlik yaşama eğilimidir. Dayhoff'a (2000) göre sosyal kaygı, başkalarının gözü önünde ya da başkaları tarafından değerlendirilme durumundayken bir sosyal duruma girmenin ya da performans göstermenin tetiklediği bir korku tepkisidir.

Yapılan çeşitli tanımlara bakıldığında sosyal kaygı, kişinin çeşitli sosyal durumlarda uygun olmayan biçimde davranacağı, kötü bir duruma düşeceği, olumsuz bir izlenim bırakacağı ve başkaları tarafından olumsuz (aptal, zavallı, beceriksiz, yetersiz, vb.) bir biçimde değerlendirileceği beklentisiyle yaşadığı bir rahatsızlık ve gerilim durumu olarak tanımlanabilir.

* Yrd. Doç. Dr. Maltepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı, aynurgumus@hotmail.com

Sosyal kaygıya ilişkin çok sayıdaki görüş, sosyal kaygı yaşantısının temelinde benlik saygısının eksikliğine (Berent, 1994; Beck, Emery ve Greenberg 1996; Dayhoff, 2000; Leary, 2001a; 2001b) ve büyük ölçüde olumsuz beklentilerden (olumsuz eleştirilme, görmezden gelinme, reddedilme, sahip olunan yetenekleri küçümseme, farklı sosyal durumların gerektirdiği performansı gösterememe vb.) doğan bir korku durumu olması nedeniyle bilişsel yapısına işaret etmektedir (Beck, 1979; Hawton, Salkovskis, Kirk ve ark., 1989; Beck, Emery ve Greenberg 1996; Dayhoff, 2000). Özellikle bilişsel modellerin sosyal kaygıya ilişkin sundukları açıklayıcı çerçevede, düşük benlik saygısı ile olumsuz düşünceler ve inançların birarada ele alınışını Pelham ve Swann'ın (1989) ve Bouvard ve arkadaşlarının (1999) araştırma sonuçları da destekler niteliktedir.

Benlik saygısı kişinin sahip olduğu benlik kavramına dayanır ve düşük benlik saygısı kişinin kendisini güvensiz, değersiz, yetersiz gördüğü, kendine özgünlük duygusundan yoksun olduğu bir durumu ifade eder (Berent, 1994). Benlik kavramı ile tutarlı olarak yaşantılarını düzenleme eğilimine sahip olan insan için benlik saygısının düşüklüğü, aynı zamanda o insanın başkaları tarafından değer verilmeyi ve kabul edilmeyi hak etmediğine inanarak davranacağı anlamına da gelir (Harter, 1996).

Kişinin kendisine yönelik olumsuz inançlarının daha sonra karşılaşılabilecek sosyal durumlarla başa çıkma yeterliğini de olumsuz etkilediği; rahatsızlık yaşanan sosyal durumla başa çıkmaya yardım edecek düşüncelerin de durdurulduğu; böylece sosyal durumlarda yaşanan başarısızlıkla benliğe ilişkin olumsuz algılamaları sürekli besleyen bir kısır döngünün oluştuğu ve sosyal kaygının artarak devam etmesine neden olduğu (Gruber ve Heimberg, 1997) ileri sürülmektedir.

Çarpıtılmış ve işlevsel olmayan bilişsel süreçlerin benliği olumsuz değerlendirmeye olan ilişkisinin

sosyal kaygıda önemli rol oynadığı varsayılır (Clark ve Wells, 1995). Bu bilişsel süreçler, işlevsel olmayan temel inançlardan kaynaklanırlar.

Temel inançlar, yaşam boyu gelişen; ancak başlangıcı çocukluk döneminde önemli diğerleriyle kurulan ilişkiler ve etkileşimler sonucu ortaya çıkan, oldukça değişmez bir biçimde kişinin kendisine, diğer insanlara ve yaşadığı dünyaya ilişkin temel ve merkezi inançlarıdır. Çoğu kendimize yönelik olan bu inançlar, olumlu olabileceği gibi olumsuz da olabilirler. Özellikle gerilim anlarında olumsuz inançlar daha fazla harekete geçerek (Beck, 1995), benlik kavramının da bir kısmını oluşturduklarından başkalarıyla olan etkileşimlerde ne düşünüleceğinin ve nasıl davranılacağına standartlarını belirlerler; insanların yaşadıkları dünya üzerinde ne ölçüde kontrol kurabileceklerini, ne kadar seveceklerini ve sahip oldukları değere ilişkin bilgiler içerirler. Aynı zamanda içinde bulunulan sosyal durum hakkında ve bu durumda rolün nasıl oynanması gerektiği hakkında bazı sayıtların, tutumların, kuralların ya da beklentilerin oluşumunu sağlarken, çok sayıda olumsuz otomatik düşüncenin ortaya çıkmasına kaynaklık ederler (Dayhoff, 2000). Farkedilmesi kolay olmayan ara inançlar, farkedilmesi en zor ve en derinde yer alan temel inançlar ile farkedilmesi en kolay ve en yüzeyde yer alan otomatik düşünceler arasında bulunurlar. Temel inançlar etkin biçimde tutumlar, kurallar ve sayıtlar biçiminde düzenlenmiş olan ara inançları ve onlar da etkin bir biçimde bireyin düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını yönlendirirler (Beck, 1995).

Sosyal kaygılı bireylerin, işlevsel olmayan sayıtlarını üç gruba ayırmak olasıdır: (1)Sosyal performansla ilişkin aşırı derecede yüksek standartlar koyma: “Güçsüzlüğüme ilişkin en ufak bir belirti göstermemeliyim” gibi. (2)Sosyal değerlendirilmeye ilişkin koşullu inançlar: kişinin kendisi hakkında doğru olduğuna inandığı olumsuz özelliklerin ön koşulu olan inançlar. “Gerçekten beni tanırlarsa, benden hoşlanmayacaklar.” örneğindeki gibi, (3) Benliğe ilişkin koşullu

olmayan inançlar: Bu inançlar sadece sosyal durumlarda ortaya çıkan, sürekli olmayan olumsuz inançlardır. Çoğu sosyal kaygılı kişi, depresyondaki kişiler gibi kendi değeri ve önemine ilişkin olumsuz inançlara sahiptirler. Örneğin, “Tuhaf biriyim”, ya da “İticiyim” gibi. Ancak, depresyonlu bireylerde olduğu gibi sosyal kaygılı bireylerde bu inançlar sürekli olmayıp, başkalarından kendilerine yönelik tehdit algılamadıkları durumlarda ya da yalnız olduklarında benliğe karşı oldukça olumlu düşüncelere dönüşürler (Clark ve Wells, 1995).

Tarihsel olarak incelendiği zaman benlik saygısı, başarı ve başarısızlıkların çeşitli ölçütlere göre karşılaştırılması ile bilişsel/eleştirel bir sistem olarak görülür. Benliğe yönelik olumsuz değerlendirmeleri depresif belirtilerin içinde görme geleneği Freud ile başlar ve bilişsel yaklaşımlarla da devam eder. Ancak bazı bilişsel modeller, kaygı bozuklukları dahil çeşitli problem durumların açıklanmasında düşük benlik saygısının doğrudan etkileyici rolüne değil, aracılık rolüne işaret ederler (Harter, 1996). Kuramsal açıklamalarda sosyal kaygı ile düşük benlik saygısı ya da benliği olumsuz değerlendirme eğilimi sıklıkla bir arada ele alınırken bu varsayımı doğrudan destekleyecek çok az sayıda araştırmaya rastlanmaktadır (Alden, Mellings ve Ryder, 2001). Yapılan bazı araştırmalar, sosyal kaygı ile düşük benlik saygısı arasında ilişki olduğuna yönelik kanıtlar sunmakla (Franzoi, 1983; Elliot, 1984; Baldwin ve Sinclair, 1996; Stevens, 1997; Arıcıoğulları, 2001) beraber, bu bulguları destekleyecek yeterli sayıda araştırma bulunmamaktadır. Diğer taraftan Joinson’un (1999) internet aracılığıyla yaptığı bir araştırmanın sonuçlarının benliği olumsuz değerlendirmenin sosyal kaygıda önemli bir rol oynadığına ilişkin yeterli kanıt bulunmadığına işaret etmesi, De Jong’un (2002) yüksek ve düşük sosyal kaygılı bireylerin benlik saygısı düzeyleri arasında fark bulunmadığına ve dahası her iki grubun da yüksek benlik saygısına sahip olduğu sonucuna ulaşması, benliği olumsuz değerlendirmenin tek

başına sosyal kaygının önemli bir özelliği olduğuna kuşkuyla yaklaşılabildiğine işaret etmektedir. Ancak, bu bulguların da araştırmalarla desteklenmesine gereksinim vardır. Bu araştırmanın amacı da sosyal kaygı puanlarının ilişkisi olduğu işaret edilen benlik saygısı ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanıp yordanamayacağını test etmeye yöneliktir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Çalışma grubuna Kocaeli Üniversitesi, Teknik Eğitim Fakültesi’nde öğrenim gören 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden uygulama sırasında sınıfta bulunan ve ölçüklerin yönergelerine uygun yanıt veren 339 öğrenci alınmıştır. Teknik Eğitim Fakültesi öğrencilerinin çok büyük bir kısmının erkek olması ve aralarında yaş farkının olmaması nedeniyle cinsiyet ve yaş birer değişken olarak araştırma kapsamına alınmamışlardır.

Veri Toplama Araçları

Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri (SDKDE)

Bu araştırmada sosyal kaygı puanlarının elde edilmesinde kullanılan ölçek Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri (SDKDE) adıyla Türkçe’ye uyarlanan (Eren-Gümüş, 1997) Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeğidir (Liebowitz Social Anxiety Scale-LSAS). 24 maddeden oluşan bu ölçek, 4’lü Likert derecelendirmesiyle doldurulan bir ölçektir (Safren, Heimberg, Horner ve diğ. 1999). Ölçekte toplam puanla birlikte, kaygı ve kaçınma alt ölçüklerinin yanında, performans durumları ve sosyal etkileşim durumlarında yaşanan kaygıyı ölçen alt ölçükleriyle yedi ayrı puan hesaplanabilir (Liebowitz, 1987). Ancak, performans ve sosyal etkileşim durumları alt ölçüklerine ilişkin kuramsal bir tanımlamanın olmayışı önemli bir eleştiri konusu olduğundan (Herbert, Rheingold ve Brandsma, 2001) ve yapılan faktör analizi çalışmaları farklı sonuçlar ver-

diğinden (Slavkin, Holt, Heimberg ve diğ., 1990; Heimberg, Horner, Juster ve diğ. 1999; Eren-Gümüş, 2002), bu araştırmada alt ölçekler düzeyinde inceleme yapılmamıştır. Heimberg ve diğerlerinin (1999) yaptığı çalışmayla LSAS'nin yaygın olarak kullanılan altı ölçek ile benzer ölçekler geçerliği incelenmiş ve hem toplam puan hem de alt ölçekler arasında bulunan korelasyon katsayıları 0.001 düzeyinde anlamlı olduğu ve ayırdedicilik geçerliğinin de yüksek olduğu bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları; bütününe ilişkin toplam ($r=0.96$), toplam kaygı ($r=0.92$), sosyal etkileşim durumları kaygısı ($r=0.89$), performans durumları kaygısı ($r=0.81$), toplam kaçınma ($r=0.92$), sosyal etkileşim durumlarından kaçınma ($r=0.89$), performans kaçınma ($r=0.83$) hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam puanları ile alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayıları genelde çok yüksek olup, bu değerler 0.68 ile 0.98 arasında değişmektedir.

Ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Eren-Gümüş (1997; 2002) tarafından normal üniversite örneklemeyle birlikte yapılmıştır. Puanlama yine dörtlü olup, özgün forma göre 0 yerine 1'den başlatılmıştır. SDKDE'nin kapsam ve görünüş geçerliği için uzmanların kanısına başvurulmuştur.

Eren-Gümüş (2002) tarafından yapılan faktör analizi sonuçlarına göre normal örnekleme performans ve sosyal etkileşim durumları alt ölçeklerinin maddeleri, olduğu belirtilen faktör içinde yer almadığı görülmüştür. Faktör analizi sonuçlarını değerlendirmede faktör yükleri temel ölçüt olarak alınmış ve 5. maddesi dışında faktör yükleri .79 ile .31 arasında bulunmuştur. Faktör yükü .25 olan 5. madde alanyazında sosyal kaygının temel özelliği olarak kabul edilmesi nedeniyle ölçekten çıkarılmamıştır. İki faktörlü çözümde iki faktörün açıkladıkları toplam varyansın %34.98 olduğu; bu varyansın %19,28'i birinci faktörden ve %15,70'i ikinci faktörden kaynaklandığı görülmüştür. Bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayıları da oldukça yüksek (birinci alt ölçek için .84; ikinci alt ölçek için .75 ve tüm

ölçek için .88) bulunmuştur.

Bu araştırmada, kaygı ve kaçınma alt ölçekleri arasındaki korelasyon katsayısı $r = 0.89$; hem kaygı hem de kaçınma puanlarının toplam sosyal kaygı puanları ile aralarındaki korelasyon katsayıları her ikisi için de $r = 0.97$ olarak bulunduğundan yordanan sosyal kaygı puanları için toplam puan dikkate alınmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Bu ölçek, Rosenberg'in benlik saygısını kendine güven ve kendine değer verme duyguları olarak tanımlamasının üzerine kurulan, bilişsel ve duygusal yapısıyla benlik saygısını ölçmek amacıyla geliştirilmiş ilk ölçektir. RBSÖ, 63 maddeden ve 12 alt ölçekten (benlik saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi, ana-baba ilgisi, babayla ilişki, psişik izolasyon) oluşur. Ölçek genel olarak karışık derecelmeli likert tipi bir kendini değerlendirme ölçeğidir (Keith ve Bracken, 1996). RBSÖ alt ölçeklerini birbirlerinden bağımsız kullanmak olanaklıdır. Özellikle 10 maddelik benlik saygısı ölçeği araştırmalarda sıklıkla tek başına kullanılmakta ve ölçeğin bütününe geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarında, en fazla bu alt ölçek sınanmaktadır (Çuhadaroğlu, 1986). Ölçeğin her bir alt ölçeğinin ayrı bir yanıt anahtarı olup, değerlendirme doğru sayısına ve puanların azlığı ya da çokluğuna göre ikili, üçlü ya da dörtlü nitelendirmelerle yapılmaktadır. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için test-tekrar test yapılmış ve alt ölçekler için elde edilen güvenilirlik katsayılarının .46 ile .89 arasında değiştiği görülmüştür. Ölçeğin geçerlik çalışması için yapılan benzer ölçekler geçerliğinde Belirti Tarama Listesi (SCL-90-R) kullanılmış ve alt ölçekler için korelasyon değerleri olarak .45 ile .70 arasında değişen değerlere ulaşılmıştır.

Bu araştırmada RBSÖ'nin sadece benlik saygısı alt ölçeği değil, diğer alt ölçekleri de yordayıcı değişkenler olarak dikkate alınmıştır.

Fonksiyonel Olmayan Tutumlar Ölçeği - A Formu (FOTÖ-A):

Bu ölçek, Weismann ve Beck tarafından Dysfunctional Attitude Scale (DAS) adıyla, bilişsel kuram temel alınarak "önsel-a priori" bir yaklaşımla geliştirilmiştir. Bir kendini değerlendirme ölçeği olarak 40 maddeden oluşan ve 7'li likert tipi bir ölçek olan FOTÖ-A, olumsuz şemaların bir ürünü olarak depresif duygu durumuyla beraber ortaya çıkan ara inançları değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Dört alt ölçeğe (mükemmeci tutum, onaylanma ihtiyacı, bağımsız tutum ve değişken tutum) sahip olan ölçeğin özgün güvenilirlik çalışmaları sonucunda sağlam bir geçerlik ve güvenilirliğe sahip olduğu bulunmuştur. Şahin'in (1997) yaptığı Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının sonuçlarından da öncekilere yakın bulgular elde edilmiş, ancak FOTÖ-A puan ortalamaları alanyazınla karşılaştırıldığında olağanın dışında çok yüksek bulunmuştur. Bu durumun ters maddelerden kaynaklanabileceği yorumu yapılmış, özellikle bağımsız tutum alt ölçeğinin kültüre dayalı yanlılık gösterebileceğinin araştırmacılar tarafından dikkate alınması gerektiği belirtilmiştir.

Bu araştırmada FOTÖ-A'nın dört alt ölçeği yordayıcı değişkenler olarak dikkate alınmıştır.

Uygulama

Veri toplama araçları 2002-2003 öğretim yılı ikinci yarısında Teknik Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilere bir hafta içinde araştırmacı tarafından uygulanarak veriler toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Tablo 1. Sosyal Kaygının RBSÖ Alt Ölçeklerine Göre Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Yordayıcı Değişkenler			β	β		
SABİT	95.568	2.700	-	-	35.397	.000

Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde standart çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Tüm analizlerde istatistik anlamlılık derecesi 0.05 olarak belirlenmiştir. Bu araştırmada RBSÖ'nin alt ölçekleri sınıflamalı değişkenler oldukları için Büyüköztürk'ün (2006) de işaret ettiği gibi "dummy" değişkeni olarak kodlandıktan sonra işleme alınmıştır.

BULGULAR VE YORUM

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı puanları ile benlik saygısı ve işlevsel olmayan tutum puanlarına yapılan standart çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 1 ve Tablo 2 de verilmiştir.

Çoklu regresyon analizi uygulamasında, yordayıcı değişkenler (benlik saygısı ve işlevsel olmayan tutumlar) bağımlı değişken (sosyal kaygı) arasında ilişkinin doğrusal bir ilişkiyi tanımladığı ve puanların normal dağılıma sahip olduğu görülmüştür.

Yordayıcı değişkenler olarak RBSÖ'nin alt ölçeklerine göre sosyal kaygının yordanmasına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 1'de verilmiştir.

Kişilerarası iliş. tehdit algı.	4.348	0.810	0.271	0.073	5.370	.000
Tartışmal. katılma derecesi	-2.953	0.938	-0.153	0.023	-3.149	.002
İnsanlara güvenme	-3.885	1.409	-0.133	0.018	-2.757	.006
Eleştiriye duyarlılık	3.949	1.529	0.126	0.016	2.583	.010
Ana-baba ilgisi	3.665	1.585	0.113	0.013	2.312	.021
Psikosomatik belirtiler	2.066	0.989	0.107	0.011	2.089	.038
Psşik izolasyon	2.118	1.053	0.103	0.011	2.011	.045
Hayalperestlik	2.167	1.166	0.094	0.009	1.859	.064
Kendilik kavramının sür.	3.137	1.967	0.080	0.006	1.595	.112
Depresif duygulanım	1.263	0.948	0.072	0.005	1.333	.184
Benlik saygısı	1.032	1.418	.040	0.002	0.727	.467
Babayla ilişkiler	0.769	1.073	0.035	0.001	0.717	.474

R = 0.556

R²= 0.31

F(12;326) = 12.179

p = .000

p<0.05

Tablo 1'e bakıldığında RBSÖ alt ölçeklerinin birlikte sosyal kaygı puanları ile orta düzeyde bir ilişkisinin (R = 0.556) olduğu ve sosyal kaygıdaki varyansın %31'ini 0,001 anlamlılık düzeyinde açıkladıkları görülmektedir.

RBSÖ alt ölçeklerinin sosyal kaygı puanlarının önemli birer yordayıcısı olup olmadıkları, test istatistiklerinde görülmektedir: Benlik saygısı alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t=0.727$ değerinin ($p = .467$) 0.05'e göre anlamlı değer üretmediği; aynı şekilde kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, depresif duygulanım, hayalperestlik ve babayla ilişki alt ölçeklerinin regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t değerlerinin 0.05'e göre anlamlı değer üretmedikleri görülmektedir.

Eleştiriye duyarlılık alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = 2.583$ değerinin ise 0.05'e göre anlamlı ($p = .01$) olduğu, aynı şekilde psikosomatik belirtiler alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = 2.089$ değerinin ($p = .038$); kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme alt ölçeğindeki

regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = 5.370$ değerinin ($p = .000$); tartışmalara katılabilme derecesi alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = -3.149$ değerinin ($p = .002$); ana-baba ilgisi alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = 2.312$ değerinin ($p = .021$) ve son olarak psşik izolasyon alt ölçeğindeki regresyon katsayısının anlamlılığına ilişkin $t = 2.011$ değerinin ($p = .045$) 0.05'e göre anlamlı olduğu görülmektedir.

Standardize edilmiş regresyon katsayısının (β) büyüklüğüne göre RBSÖ alt ölçeklerinin sosyal kaygı üzerindeki görece önem sırası; kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama, tartışmalara katılabilme derecesi, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, ana-baba ilgisi, psikosomatik belirtiler, psşik izolasyon, hayalperestlik, kendilik kavramının sürekliliği, depresif duygulanım, benlik saygısı ve babayla ilişkilerdir.

Araştırmanın diğer yordayıcı değişkenleri olarak FOTÖ-A alt ölçeklerine göre sosyal kaygının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Sosyal Kaygının FOTÖ-A Alt Ölçeklerine Göre Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken			B			İkili	Kısmi
SABİT	87.494	5.778	-	15.142	.000		
Mükemmelci tutum	0.113	0.072	0.095	1.580	.115	0.143	0.086
Bağımsız tutum	0.281	0.175	0.090	1.604	.110	0.126	0.087
Onaylanma ihtiyacı	0.106	0.098	0.065	1.077	.282	0.126	0.059
Değişken tutum	0.106	0.201	0.029	0.526	.599	0.051	0.029

R = 0.186 R² = .035
 F(4;334) = 2.995 p = .019 p < 0.05

Tablo 2'ye bakıldığında FOTÖ-A alt ölçeklerinin birlikte sosyal kaygı puanları ile düşük düzeyde bir ilişki (R = 0.186) gösterdiği ve sosyal kaygıdaki varyansın %3'ünü 0.05 anlamlılık düzeyinde açıklayabildikleri görülmektedir.

FOTÖ-A alt ölçekleri olan mükemmelci tutum, onaylanma ihtiyacı, bağımsız tutum ve değişken tutum puanları ile sosyal kaygı puanları arasındaki ikili ve kısmi korelasyon değerleri incelendiğinde pozitif yönde ancak düşük ve anlamlı olmayan bir ilişkinin olduğu ve bu alt ölçeklerin regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları da incelendiğinde hiçbirinin sosyal kaygının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma, sosyal kaygı puanlarının benlik saygısı ve işlevsel olmayan tutum puanlarına göre yordanıp yordanamayacağını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Üniversite 1. ve 2. sınıf öğrencilerinden oluşan araştırma grubundan toplanan veriler üzerinde yapılan standart çoklu regresyon analizi sonucunda RBSÖ alt

ölçeklerinin birlikte sosyal kaygı puanları ile orta düzeyde bir ilişkisinin (R = 0.556) olduğu ve sosyal kaygıdaki varyansın %31'ini anlamlı düzeyde açıkladıkları görülmektedir. Alt ölçekler düzeyinde yapılan incelemede kişilerarası ilişkilerde tehdit algılama, tartışmalara katılabilme derecesi, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, ana-baba ilgisi, psikosomatik belirtiler ve psikşik izolasyon alt ölçeklerinin 0.05 düzeyinde anlamlı değer ürettikleri ve sosyal kaygının önemli birer yordayıcısı oldukları sonucu elde edilmiştir. Bu alt ölçeklere ilişkin sonuçlar beklenen nitelikte ve alanyazınla uyumludur. Ancak, RBSÖ alt ölçeklerinden en önemlisi olan benlik saygısı alt ölçeğinin ve onun yanında kendilik kavramının sürekliliği, depresif duygulanım, hayalperestlik ve babayla ilişki alt ölçeklerinin sosyal kaygının önemli birer yordayıcısı olmadıkları sonucuna ulaşılmıştır. Üstelik standardize edilmiş regresyon katsayılarının (β) büyüklüğü bakımından benlik saygısı alt ölçeğinin, anlamsız değer üreten diğer alt ölçeklerin neredeyse en başında yer alması şaşırtıcı bulunmuş ve bu sonuç tartışmada özellikle ele alınmıştır.

Alanyazın incelendiğinde sosyal kaygının açıklanmasında genelde temel alınan bilişsel yaklaşımlar olumsuz bilişlerle birlikte bireyin kendisine yönelik

olumsuz içsel konuşmalara ve düşük benlik saygısına işaret etmektedirler (Berent, 1994; Clark ve Wells, 1995; Beck, Emery ve Greenberg,1996; Gruber ve

başkaları tarafından onaylanmanın çok önemli olduğu ve olumlu değerlendirilmenin ölçütlerini karşılamada yetersiz kalınacağı, hatta felaket beklentileri içinde olduklarına işaret etmektedirler. Clark ve Wells (1995) sosyal kaygı yaşayan bireylerin karşılanması neredeyse olanaksız mükemmelci standartlarının fazlalığına işaret etmektedir. Bu araştırmanın sonuçları özellikle de mükemmelci tutum ile onaylanma ihtiyacı alt ölçeklerine ait sonuçları, alanyazınla uyumlu görünmemektedir.

FOTÖ-A'nın Türkiye uyarlamasını yapan Şahin (1997), ölçeğin puan ortalamalarını alanyazınla karşılaştırdığında olağanın dışında çok yüksek bulmuştur. Bu durumun ters maddelerden kaynaklanabileceği yorumuyla birlikte, ters maddelerin çoğunu içeren bağımsız tutum alt ölçeğinin kültüre dayalı yanlılığına araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Ters yanıtlanan maddelerin yoğunluk kazandığı bağımsız ve değişken tutum alt ölçekleri için bu açıklamaya başvurulabilir. Ancak, mükemmelci tutum ve onaylanma ihtiyacı alt ölçeklerinde bir maddenin dışında ters yanıtlanan maddelerin olmayışı ve bu alt ölçeklerin ilgili maddelerinin sosyal kaygı yaşantısıyla yakından ilgili olmaları sosyal kaygı yordamada önemli olabileceklerini düşündürmüştür. Ancak, bu ölçeklerin de bağımsız tutum kadar sosyal kaygı ile anlamsız ve düşük ilişkilerinin olduğu sonucunu, Şahin'in (1997) de işaret ettiği gibi kültürel farklılığın bir sonucu olabileceğiyle açıklamak olanaklıdır. Bu açıklamadan ayrı olarak, sosyal kaygı düzeyi yüksek kişilerin kaygı yaşantılarını tetiklemeyen bir ölçme ortamında Clark ve Wells'in (1995) de belirttiği gibi olumlu ve daha gerçekçi düşüncelerin ortaya çıkabileceğiyle açıklamak da uygun görünmektedir.

KAYNAKLAR

Alden, L.E., Mellings, T.M.B. ve Ryder, A.G. (2001). Social anxiety, social phobia, and the self. (Ed: Hofmann, S.G. ve DiBartolo, P.M), *From social anxiety to social phobia, multiple perspectives*, (304-320) Boston: Allyn and Bacon.

Antony, M.M. ve Swinson, R.P. (2000). *The shyness ve social anxiety workbook. Proven techniques for overcoming your fears*. Oakland: New Harbinger Publications, Inc.

Arıcıoğulları, Z. (2001). Ortaöğretim öğrencilerinde sosyal fobi ve benlik saygısı arasındaki ilişki ve bunları etkileyen faktörler. (Tıpta uzmanlık tezi). Dicle Üniversitesi Tıp Fakültesi, Diyarbakır.

Baldwin, M.W. ve Sinclair, L. (1996). Self esteem and 'If ... then' contingencies of interpersonal acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1130-1141.

Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: A Meridian Book.

Beck, A.T., Emery, G. ve Greenberg, R.L. (1996). Cognitive therapy for the evaluation anxieties. (Ed: C.G. Lindemann) *Handbook of treatment of the anxiety disorders* (235-260). Northvale: Aronson.

Beck, J.S. (1995). *Cognitive therapy: Basics and beyond*. New York: The Guilford Press.

Berent, J. (1994). *Beyond shyness. How to conquer social anxieties*. New York: Frieside Book.

Bouvard, M., Guerin, J., Rion, A.C., ve arkadaşları (1999). Psychometric study of the self-esteem inventory of Lawson. *European Review of Applied Psychology*, 49, 165-172.

Büyüköztürk, Ş. (2006). *Deneyisel desenler. Öntest-sontest kontrol grubu desen ve veri analizi*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.

Clark, D.M., Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. (Ed: Heimberg, R.G. Liebowitz, M.R., Hope, D.A. ve Schneier, F.R.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment*. (69-93). New York: Guilford Press.

Çuhadaroğlu, F. (1986). Adölesanlarda benlik saygısı, (Yayınlanmamış uzmanlık tezi). Hacettepe Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ankara.

Dayhoff, S.A. (2000). *Diagonally-parked in a parallel universe. Working through social anxiety*. New Mexico: Effectiveness-Plus Publications.

De Jong, P.J. (2002). Implicit self-esteem and social anxiety: Differential self-favouring effects in high and low anxious individuals. *Behaviour Research and Therapy* 40, 501-508.

Elliot, G.C. (1984). Dimensions of the self-concept: A source of further distinctions in the nature of self-consciousness. *Journal of Youth and Adolescence*, 13, 285-307.

Eren Gümüş, A. (1997). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Eren Gümüş, A. (2002). Sosyal kaygıyla başa çıkma grup programının üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisi. (Yayınlanmamış doktora tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Franzoi, S.L. (1983). Self-concept differences as a function of private self-consciousness and social anxiety. *Journal of Research in Personality*, 17, 275-287.

Gruber, K. ve Heimberg, R.G. (1997). A cognitive-behavioral treatment package for social anxiety. (Ed: Yalom, I.D. ve Walton, T.R.), *Treating anxiety disorders*. San Fransisco: Jossey-Bass Publishers.

Harter, S. (1996). Historical roots of contemporary issues involving self-concept. (Ed: Bracken, B.A.) *Handbook of self-concept*. (1-37) New York: John Wiley.

Hawton, Salkovskis, Kirk ve Clark (1989). *Cognitive Behavior Therapy for Psychiatric Problems. A Practical guide*. New York: Oxford University Press.

Heimberg, R.G., Horner, K.J., Juster, H.R., Safren, S.A., Brown, E.J., Schneier, F.R. ve Liebowitz, M.R. (1999). Psychometric properties of the Liebowitz social anxiety scale. *Psychological Medicine*.29, 199-212.

Herbert, J.D., ve Rheingold, A.A. ve Brandsma, L.L. (2001). Assessment of Social Anxiety and Social Phobia. (Ed: Hofmann, S.G. ve DiBartolo, P.M.), *From social anxiety to social phobia. Multiple perspectives*. Boston: Allyn and Bacon.

Joinson, A. (1999). Social desirability, anonymity and internet-based questionnaires. *Behavior Research Methods, Instrument ve Computers*. 31, 439-445.

Keith, L.K., ve Bracken, L.A. (1996). Self-concept instrumentation: A historical and evaluative review. (Ed: Bracken, B.A.) *Handbook of self-concept*. (91-170) New York: John Wiley.

Leary, M.R (2001a). Social anxiety as an early earning system: A refinement and extention of the self presentational theory. (Ed: Hofmann, S.G. ve DiBartolo, P.M.), *From social anxiety to social phobia, multiple perspectives*, (321-334) Boston: Allyn and Bacon.

Leary, M.R. (2001b). Shyness and the self: Attentional, motivational and cognitive self process in social anxiety and inhibition. (Ed: Crozier, W.R. ve Alden, L.E.), *International handbook of social anxiety. Concept, research and interventions relating to the self and shyness*. (217-234). New York: John Wiley ve Sons, Inc.

Liebowitz, M.R. (1987). Social phobia. *Modern Problems of Pharmacopsychiatry*. 22,141-173.

Marshall, J.R. (1994). *Social Phobia. From shyness to stage fright*. New York: Basic Books.

Pelhalm, B.W., Swann, W.B. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 672-680.

Safren, S.A., Heimberg, R.G., Horner, K.J., Juster, H.R., Schneier, F.R.ve Liebowitz, M.R. (1999). Factor structure of social fears: The Liebowitz social anxiety scale. *Journal of Anxiety Disorders*, 13, 253-270.

Slavkin, S.L., Holt, C.S., Heimberg, R.G., Jaccard, J.J., ve Liebowitz, social phobia scale: An exploratory analysis of construct validity. *Archives of General Psychiatry*. 49, 282-288.

Stevens, J.A. (1997). *Utangaçlığımızı yenin*. G. Tümer (Çev.) Ankara: HYB Yayıncılık.

Şahin, N. (1997). Fonksiyonel olmayan tutumlar ölçeği. (Ed: I. Savaşır, N.H.Şahin), *Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. (46-53) Ankara: Türk Psikologlar Derneği.

SUMMARY

A PREDICTION OF SOCIAL ANXIETY BASED ON SELF ESTEEM AND DYSFUNCTIONAL ATTITUDES

Aynur Eren Gümüş*

Social anxiety represents a universal concern about what others think. Socially anxious people hold beliefs which lead to their prediction that they will behave in a way which results in their rejection or loss of status in social situations (Beck, Emery & Greenberg, 1985).

Numerous views on social anxiety indicate that the basis of the experience of social anxiety lies lack of self-esteem (Berent, 1994; Beck, Emery ve Greenberg 1996; Dayhoff, 2000; Leary, 2001a; 2001b) and it is also indicated that a cognitive structure largely is caused by negative expectations (Beck, 1979; Hawton, Salkovskis, Kirk ve ark., 1989; Beck, Emery ve Greenberg 1996; Dayhoff, 2000). The representatives of cognitive models dealing with social anxiety, Pelham m dd . d 8 ekl h j lb i f kj forward the relationship between the low self-esteem and the negative thoughts and beliefs. Clark and Wells (1995), supporting this view, state that distorted and dysfunctional cognitive processes play an active role in negative self evaluation.

In the theoretical explanations social anxiety and low self-esteem is discussed in the same context, whereas there are very few studies which support this hypothesis directly (Alden, Mellings ve Ryder, 2001). Although some studies provide evidence regarding relationship between social anxiety and low self-esteem (Franzoi, 1983; Elliot, 1984; Baldwin ve Sinclair, 1996; Stevens, 1997) 7 hYe klb h (iec ijk i indicate that there is insufficient evidence for this and it should be suspected that low self-esteem itself is an

important characteristic of social anxiety (Joinson 1999; De Jong; 2002).

The aim of this study is to test whether social anxiety can be predicted based on self-esteem and dysfunctional attitudes.

METHOD

The study group consisted of 339 university students, freshmen and sophomores. In the study three scales were used to collect data: LSA, RSES and DAS. Multiple regression analysis was used to analyse the data.

RESULTS

Results showed a mid-level correlation between the subscales of RSES as a whole and social anxiety scores. While some of the subscales were significant predictors of social anxiety, the other subscales, especially the self-esteem subscale, were not. The analysis of the results of the DAS subscales showed a low level correlation between FOTO-A subscales as a whole and social anxiety scores; however, none of the individual subscales was a significant predictor of social anxiety.

DISCUSSION

The outcomes of the research have suprisingly revealed that some of the RSES subscales and especially the self-esteem scale, were not significant predictors of social anxiety. A very small number of studies referenced indicates that insufficient attention

* h e h lj f dl hi ji ; jc a lj i ; jc 8 bmb h 8 bc Fi aet a d c l hba 7 d bc b
aynurgumus@hotmail.com

has so far been given to this topic whereas a relationship between self-esteem and social anxiety is generally mentioned in the literature. The result is also ikffehj o j h iklje e died d ed i (2002) studies. In addition, because the research data was collected in a nonthreatening social environment, the results are consistent with the views of Clark and Wells (1995) regarding the appearance of some negative self evaluations in threatening social situation. To sum up, it is important to point out the untested Yfj mi ec e jjh kting psychological problems to low self-esteem, in order to understand better important problems such as social anxiety.

In conclusion there is low correlation between DAS subscales as a whole and social anxiety scores; however, none of the subscales on its own is a significant predictor of social anxiety. This result can be interpreted as either the result of a cultural diversity that d fkj elm h j eh j Yd dj lf h j i referring to the views of Clark and Wells (1995). Thus, negative and unrealistic thoughts may not occur in an environment that does not trigger social anxiety.