

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL KAYGI, MÜKEMMELLİYETÇİLİK VE DEĞERLER ARASINDAKİ İLİŞKİNİN AÇIKLANMASINA YÖNELİK BİR MODEL ÇALIŞMASI

A MODEL STUDY FOR THE EXPLANATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL ANXIETY, PERFECTIONISM AND VALUES OF UNIVERSITY STUDENTS

Abdullah MERT¹

Başvuru Tarihi: 31.05.2018 Yayına Kabul Tarihi:16.01.2019 DOI: 10.21764/maeuefd.428886

Özet: Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, mükemmeliyetçilik ve değerleri arasındaki ilişkinin açıklanmasına yönelik bir modeli sınamaktır. Araştırmanın örneklemini bir devlet üniversitesinin çeşitli bölümlerinde okuyan ve çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 121 kız (% 50.2) ve 120 erkek (%49.8) olmak üzere toplam 241 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırma ilişkisel tarama modeline göre yapılmıştır. Verilerin toplanmasında, üniversite öğrencilerinin kaygılarını ölçmek için Sosyal Kaygı Ölçeği, değerleri ölçmek için Schwartz Değerler Listesi ve mükemmeliyetçiliği ölçmek için Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler, “Yapısal Eşitlik Modeli”ne göre AMOS 19 Programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonuçları, değerler, sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik kavramları arasında anlamlı bir ilişkinin olduğunu göstermiştir. Üniversite öğrencilerinde değerler ile sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik arasındaki yordayıcı ilişkiler incelenmiş, bu inceleme sonucunda değerlerin altı exogenous, sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik verileri arasında iki yönlü ilişkiye sahip olduğu görülmüş ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular, ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılarak öneriler sunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: *Sosyal Kaygı, Değerler, Mükemmeliyetçilik*

Abstract: The purpose of this research is to examine the social anxieties of university students in terms of values and perfectionism. The research was conducted as general screening model and the sample of the research consists of a total of 241 university students, including 121 girls and 120 boys who study at various departments of a state university. The research was done in accordance with the relational screening model. In the collection of data, the Social Anxiety Scale was used to measure the anxieties of university students, the Schwartz Values List to measure values, and the Multidimensional Perfectionism Scale to measure perfectionism. The findings were analyzed by using the AMOS 19 Program according to the "Structural Equation Model". According to the results of the research, it can be said that values and perfectionism are an important predictor of social anxiety. The predictor relationships between values and social anxiety and perfectionism in terms of university students were examined, and the values were found to be statistically significant and to have bi-directional correlations which are in between the six exogenous data and the social anxiety and perfectionism data. The suggestions revealed as a result of the research were presented by discussing the results that were obtained in the light of the related literature.

Keywords: *Social Anxiety, Values, Perfectionism*

¹ Dr. Öğretim Üyesi, Uşak Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, e-posta: abdullahmert@gmail.com, ORCID NO: 0000-0003-0653-2297.

Giriş

İnsan yaşamı, çeşitli dönemlerden oluşmaktadır. Bu dönemlerden biri de üniversite yaşamıdır. Öğrenciler, üniversite yaşamlarında çeşitli zorluklarla karşılaşmaktadırlar. Yeni bir sosyal çevreye girmek, arkadaş edinmek, uyum sağlamak ve başkaları tarafından değerlendirilmek önemli zorluklar arasında sayılabilir. Öğrencilerin yeni bir sosyal çevreye girmeleri, arkadaşlıklar edinmeye çalışmaları ve yeni bir imaj ile buraya uyum sağlamaya çalışmaları sosyal kaygıya neden olmaktadır (Budak, 2000). Sosyal kaygı; bireyin, çeşitli sosyal durumlar karşısında uygun olmayan biçimde davranacağı, olumsuz bir imaj bırakacağı, kötü bir duruma düşeceği ve başkaları tarafından olumsuz bir biçimde değerlendirileceği beklentisiyle yaşadığı rahatsızlık ve gerilim durumudur (Eren-Gümüş, 2010). DSM-V'e göre sosyal kaygı, sosyal ortamlarda bulunmaktan utanmak, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu ve bu korkuyu yoğun bir şekilde yaşama ve korkulan bu durumlardan kaçınma eğilimi ile açıklanabilecek yaygın bir kaygı bozukluğudur. Kişinin başkalarınca değerlendirilme düşüncesi ile ortaya çıkan belirgin bir korku ya da kaygı duyma durumudur (American Psychological Association – DSM-V, 2014). Dünya Sağlık Örgütü de (2004) ICD 10'da sosyal kaygı bozukluğunu: “Baskaları tarafından incelenme korkusu, sosyal durumlardan kaçınma olarak tanımlanmıştır. Sosyal kaygı, kişinin dikkat odağı olma ve diğer bir kişi veya kişiler tarafından olumsuz değerlendirilme, değersiz sayılma (Beck, 2005); toplumsal bir davranımın gözlenme, incelenme ve değerlendirilme (Kashdan, 2007) korkusudur. Ayrıca sosyal kaygı, sosyal etkileşimde bulunmaktan kaçınma (Crome, Grove, Baillie, Sunderland, Teesson, Slade, 2015; Mills., Grant, Judah ve Lechner 2014; Norton, Abbott, Norberg ve Hunt, 2015), kişinin gerçekleştirdiği eylemleriyle küçük düşebileceği (Feist ve Rosenberg, 2009), başkalarınca olumsuz değerlendirilme korkusu (Bilge ve Keçecioglu, 2008; Carrigan ve Randall, 2003; Eren-Gümüş, 2010) ve başkaları tarafından kontrol edileceği düşüncesi (Yalom, 2008), bireylerin eleştirilme korkusu (Koyuncu, 2012) ve rezil olacağı düşüncesi (Işık, 1996) şeklinde açıklanmıştır. Bireylerin “değerlendirilme kaygısı” (Beck ve Emery, 2006) ve başkalarının varlığı ile ilgili mantıklı olmayan, ısrarlı bir korku (Davison ve Neale, 2004) yaşamaları, başkaları tarafından da olumsuz değerlendirilmeleri (Hirsch, Clark, Mathews ve Williams, 2003; Hirsch, Meynen ve Clark, 2004) ve de sahip oldukları olumsuz kendilik imgesinin etkisi ile kendilerini olduğundan da olumsuz değerlendirmeleri (Hirsch, Mathews, Clark, Williams ve Morisson, 2006) sosyal yaşamlarına olumsuz olarak yansımaktadır. Sosyal kaygı yaşayan bireyler, sosyalleşmeye yönelik güçlükler yaşamakta ve bunlarla baş edebilmeye yönelik yetersizlik hissetmekte (Hardin, 2002); sosyal yaşantılarında daha abartılı ve olumsuz olarak algıladığından dolayı bireylerin sosyal ortamlardaki davranışlarını etkilemekte ve bu durum artan bir endişeye de yol açmaktadır (Chen, Yao, Qian ve Lin, 2015).

Sosyal kaygısı olan insanlar, sosyal ortamlarda veya performans gerektiren durumlarda olumsuz değerlendirilip aşağılanacağı konusunda aşırı bir korku duyarlar (Dilbaz, 1997). Çevresi tarafından kabul edilme isteği yüksek olan ve kendilerine sürekli ve her alanda ulaşamayacağı yüksek standartlar koyan, olumsuz inanışlara sahip olan bireylerde (Işık ve Taner, 2006), sosyal

kaygının, daha yoğun bir şekilde yaşandığı bilinmektedir (Leary ve Kowalski, 1995). İnsanın potansiyelinin herhangi bir konuda bütünüyle performansa dönüşmesini engelleyen bazı faktörler vardır. Bunlardan birinin de yüksek kaygı olduğu ve bu durumun öğrenmeyi ve performansı olumsuz etkilediği ortaya koyulmuştur (Hamilton, 1975; Kieffer ve Reese 2009). Olumsuz sonuçlar elde edilmesine rağmen arzulanan kişisel standartları elde etmek için çaba sarf edilmesi mükemmeliyetçilik olarak açıklanmaktadır (Shafran, Egan ve Wade, 2017). Bu standartlar, bireylerde mükemmeliyetçiliğe neden olabilmektedir (Demirci, Çepikkurt, Kızıldağ Kale ve Güler, 2018).

Yapılan hatalardan dolayı aşırı kaygı duyma şeklinde ortaya çıkan çoğunlukla çok boyutlu ve sofistike bir yapı (Jansson-Fröjmark ve Linton, 2007) olarak mükemmeliyetçilik ortaya çıkmaktadır. Mükemmeliyetçilik, bireyin kendi kendisine çok zorlayıcı standartlar belirlemesi ve sorunlara yol açmasına rağmen bunlara ulaşmak için amansızca çaba göstermesidir (Shafran, Egan ve Wade, 2017). Mükemmeliyetçi özelliğe sahip bireylerin en iyisini gerçekleştirmeye yönelik çabalar gösterdikleri ve mantık dışı aşırı beklentiler koydukları ve psikolojik açıdan sorun yaratan durumlar ile ilgili eylemlerde farklılıklar gösterdiklerinden söz edilmektedir (Chan, 2009). Mükemmeliyetçilik, performans üzerinde aşırı kişisel standartlar oluşturma (Burns, 1980; Kottman ve Ashby, 2000), yüksek ve gerçekçi olmayan kişisel standartlar belirleme (Adler, 1956; Ashby ve Kottman, 1996; Flett ve Hewitt, 2002; Hill, Zrull ve Turlington, 1997), bu standartlara katı bir şekilde uyma (Craddock, Church, Harrison, ve Sands, 2010), mükemmel olmayan hiçbir şeyden mutlu olamama (Frost, Marten, Lahart, ve Rosenblate,1990) ve hata yapmadan beklentileri elde etme uğraşı (Slade, Newton, Butler ve Murphy, 1991) olarak açıklanmıştır. Mükemmeliyetçi bireyler, diğerlerinden daha iyi ve başarılı olmaya çalışarak, mükemmel ulaşma çabası (Hewitt ve Flett, 1991) içerisindeyler. Mükemmeliyetçilik duygusunu, her zaman olumsuz bir kavram olarak değerlendirmek doğru olmaz. Mükemmeliyetçilik, bazen kişiyi hedefe ulaşması için motive eden bir kavram iken; bazen de kişide çeşitli ruhsal problemlere neden olan bir kavrama dönüşebilir.

Mükemmeliyetçilik hakkında yapılan ilk çalışmalarda (Burns, 1980; Hollender, 1965; Patch, 1984), tek boyutlu bir yapı olarak kabul edilmiştir. Sonraki çalışmalarda mükemmeliyetçilik, pozitif ve negatif yönlü (Adler, 1956; Kottman ve Ashby, 2000; Rice ve Mirzadeh, 2000; Slade ve Owens, 1998; Stoeber ve Otto, 2006) olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Olumlu mükemmeliyetçilik, bireylerin yüksek standartlara ulaşabilmek için gösterdiği çaba iken (Stoeber ve Otto, 2006) olumsuz mükemmeliyetçilik, başkalarının kendisi üzerindeki beklentilerini yüksek tutarak işlevsiz kılmaktır (Slade ve Owen, 1998). Olumlu mükemmeliyetçilik biçiminin aksine, mükemmeliyetçiliğin negatif biçimi kişiliğin olumsuz boyutlarıyla ilgilidir. Ayrıca mükemmeliyetçilik, normal ve nevrotik boyutlar olmak üzere ikiye ayrılmıştır. Normal mükemmeliyetçilik mantıklı amaç ve standartlar belirlemek iken, nevrotik mükemmeliyetçilik ise mantıklı olmayan amaç ve standartlar belirleme eğilimi olarak açıklanmıştır (Hamachek, 1978). Frost ve diğ.(1990) tarafından yapılan bir çalışmada, altı alt boyut ve olumlu ve olumsuz etkileri olabilen bir yapıdan bahsedilmiştir. Bunlar sırasıyla (1) kişisel standartlar, (2) eylemlerinden

şüphe duyma, (3) ebeveyn beklentileri, (4) ebeveynlerin eleştiriciliği, (5) hata yapma endişesi ve (6) organizasyondur. Düzen, organizasyon ihtiyacı ve kişisel standartlar, olumlu yapı içinde değerlendirilirken; ebeveyn beklentileri, ebeveyn eleştiriciliği, hata yapma endişesi, erteleme ve eylemlerinden şüphe duyma, olumsuz yapılar içinde değerlendirilmektedir. Bu alanda çalışan Hewitt ve Flett (1991) ise mükemmeliyetçiliğin üç farklı boyutu olabileceğini açıklamışlardır. Bunlar: (1) toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilik, (2) kendine yönelen mükemmeliyetçilik ve (3) diğer insanlara yönelen mükemmeliyetçiliktir. Kendine yönelen mükemmeliyetçilikte bireyler, çok yüksek ve gerçekçi olmayan standartlara sahiptirler. Hatalarını ve eksikliklerini kabul etmek istemezler ve sürekli kusursuz olmak isterler.

Mükemmeliyetçiliğin temelleri, yaşamın ilk dönemlerinde mükemmeliyetçi ve talepkar ailelerin tarafından şekillendirilmektedir (Shcherbakova, 2001). Mükemmeliyetçiliğin erken yaşlarda geliştiğini ve ailenin mükemmeliyetçi bireylerin oluşmasında rolü olduğu söylenmektedir (Flett ve diğ., 2002). Bireyleri yetiştiren mükemmeliyetçi aileler, kusursuz bireyler yetiştirmeye çalışmaktadırlar. Mükemmeliyetçi olan kişiler, eğer kusursuz olursam toplum tarafından değerli ve kabul edilebilir birisi olarak görüleceğini düşünür (Greenspot, 2008). Toplum tarafından dayatılan mükemmeliyetçilikte bireyler, diğer kişilerin kendileri için yüksek standartlar koyduklarına inanırlar ve onların onayını kazanmak, olumsuz değerlendirmelerden kaçınmak için bu standartlara uymaları gerektiğini düşünürler. Toplum tarafından belirlenmiş mükemmeliyetçiliğe sahip insanların sosyal değerlerden etkilendiği bilinmektedir (Yıldız, Sezen ve Yenen, 2007). Değerler, bireylerin mükemmeliyetçilik düzeylerini etkilemektedir ve bireylerin yüksek standarda sahip olmak istemelerine neden olabilmektedir (Flett ve Hewitt, 2002; Kesici, 2015).

Değer, insanların davranışlarına yön veren inançlar sistemi olarak açıklanmaktadır (Ulusoy ve Dilmaç, 2012). Değer kelimesi, latince'de “değer olma” ya da “güçlü olma” anlamına gelen “valare” kelimesi ile aynı kökten gelmektedir (Bilgin, 1995). Değer, bir milletin sahip olduğu bilimsel, sosyal, ekonomik ve kültürel değerlerini içeren maddi ve manevi unsurların tamamı (Türk Dil Kurumu, 2018) ve bir şeyin kıymetini belirlemeye çalışan soyut ölçü, bir şeyin değdiği karşılık, kıymet (TDK, 2017) olarak tanımlanmıştır. Değerler, ahlaki yönde verilen kararlar (Kohlberg, 1981), tutum ve davranışların doğruluğunun ya da yanlışlığının kararlaştırıldığı standartlar (Planinc, 2008; Veugelers, 2000), insanları çeşitli şekillerde etkileyen ve yol gösteren olgular (Mert, 2014), sosyal çevreye uyum için gerekli olan bilgi, beceriler (Schwartz, 1992), davranışlarımıza yön veren, rehberlik eden inançlar (Güngör, 2000; Halstead ve Taylor 2000) ve kurallar (Hökelekli, 2010), neyin doğru ve yanlış, neyin iyi ve kötü olduğunu belirleyen ölçütler (Şişman, 2011), yaşamı etkileyen yaşama yön veren düşünceler (Doğanay, 2006) ve davranışlarımızı belirleyen kanaat ve ilkeler (Kesici, 2014; Shaver ve Strong, 1976; Ulusoy ve Dilmaç, 2012) olarak açıklanmıştır. Bu açıklamalara bakıldığında değerler, bireylerin hem düşüncelerini hem de davranışlarını etkilemektedir. Bireyin neyi nasıl yapacağını ve nasıl davranacağını söyleyen değerleri ile en iyisini gerçekleştirmeye yönelik çabalar olan

mükemmeliyetçiliğin olumsuz değerlendirilme korkusu ve bu korkuyu yoğun bir şekilde yaşama olarak değerlendirilen sosyal kaygıyı etkilemekte olduğunu kolaylıkla söylenebilir.

Sosyal kaygısı yüksek olan kişiler, kendi kendilerine bazı varsayımlar geliştirmekte ve sosyal ilişkilerini bu varsayımlar temelinde açıklamaktadırlar (Yazıcı-Çelebi, 2017). Sosyal kaygı, kişinin başkalarının nasıl değerlendirildiği ve algılandığı ile aşırı ilgilenmesiyle ortaya çıkar (Leary ve Kowalski, 1995). Bu durumda sosyal kaygı kavramının, değerler ile mükemmeliyetçilik düzeylerini etkileyen faktörlerden biri olduğu söylenebilir. Sosyal yaşantılarında yüksek standartlara ulaşmaya çalışma, hata yapma endişesi ve mükemmel ulaşma gibi duygular, insanlarda mükemmeliyetçilik duygusuna neden olmaktadır. Bireyler mükemmel ulaşma konusunda mantık dışı inançlara sahip olabilirler. Bu inançlara sahip bireylerin değerli olabilmesi için tamamen yetenekli, hatasız, her şeye yeterli ve her şey hakkında çabası olan ve başaran birisi olması gerektiğini ifade eder ve bu şekilde saygı görebileceği düşünürler (Burger, 2006). Mükemmeliyetçi bireyler, performanslarından neredeyse hiç memnun değildir. Bu düşünceye sahip olan bireylerin yüksek standartlarının olduğu ve aşırı zor veya olağandışı amaçlar belirleyebildikleri söylenmektedir (Antony ve Swinson, 2000). Kusursuz bir yaşamı hedefleyerek yaşamaya çalışma kaygıya neden olmaktadır. Sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik boyutunda kişi dışarıdan bir standart koyulduğunu algıladığı için kontrolü dışarı atfetmektedir ve bu da kişinin kendisinde olan kontrolün az olduğunu hissetmesine sebep olmakta ve kendini suçlama düzeyi ile çaresizlik ve yardımsızlık hissi artırmaktadır (Krantz, Rude, 1984). Bu durum, bireyin değerler sistemi ile yakından ilişkilidir. Literatür incelendiğinde değerlerin bireyin davranışlarını birçok yönden etkilediği anlaşılmaktadır. Değerler, insanların inançları, düşünceleri ve davranışları ile yakından ilişkilidir. Bilim insanları, insan davranışlarını açıklamada önemli bir yere sahip olan kavramın, değerler olduğunu belirtirler. Değerler, toplumsal deneyimlerin ölçülerini saptar ve bir davranış tarzını diğerine tercih etmede önemli bir rol oynarlar. Bunun yanı sıra değerler, davranışların kaynaklarını oluşturur ve onlar için de önlemleri belirler. Belirli bir davranışın oluşmasında belirleyici olan değerler, aynı zamanda davranışın nasıl olduğuna da karar verirler (İşler ve Dilmaç, 2016). İnsanın değerler sistemi, düşünce, davranış ve inançları etkilemektedir. Bu inançlar, kişisel yüksek ve gerçekçi olmayan kişisel standartlar belirleme yani mükemmeliyetçiliğe neden olmaktadır. Bu yüksek ve hayali standartlar da bireyin toplum tarafından olumsuz değerlendirileceği düşüncesine yol açmakta başka bir deyişle sosyal kaygıya sebep olmaktadır. Bu bilgiler ışığında araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, mükemmeliyetçilik ve değerler arasındaki ilişkilerinin belirlenmesine yönelik bir modelin sınanması ve değerler ile mükemmeliyetçiliğin sosyal kaygının yordayıcısı olup olmadığının incelenmesi amaçlanmaktadır.

Yöntem

Üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygının değerler ve mükemmeliyetçilik açısından incelendiği bu araştırmada, ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. İlişkisel tarama araştırmaları, iki veya

daha fazla sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığı ve/veya derecesini saptamayı amaçlayan araştırmalardır (Cohen, Manion ve Morrison, 2000; Karasar, 2011).

Çalışma Evreni

Araştırmanın çalışma örneklemini, 2013–2014 yılında kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ve gönüllülük esasına göre seçilen 18-22 yaş aralığında olan bir devlet üniversitesi eğitim fakültesinin Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlığı 113 (% 46.88), Sınıf 34 (% 14.10), Okul Öncesi 28 (% 11.61), Matematik 24 (% 9.95), Fen 17 (% 7.05), Sosyal 14 (% 5.8) ve Türkçe 11 (%4,56) öğretmenliği bölümlerinde okuyan 121 kız (% 50.2) ve 120 erkek (%49.8) olmak üzere toplam 241 üniversite öğrencisinden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Sosyal Kaygı Ölçeği. Üniversite öğrencilerinin "sosyal kaygı"sını ölçmek için Özbay ve Palancı (2001) tarafından geliştirilen Sosyal Kaygı Ölçeği (SKÖ) kullanılmıştır. Ölçek geliştirme çalışmalarında öncelikle tüm maddeler arasındaki korelasyon matrisleri incelenmiş ve örneklem uygunluğu ve Sphericity testleri uygulanmıştır. KMO örneklem uygunluk katsayısı .90, Barlett Küresellik testi χ^2 değeri 3644.58 ile $p<.001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Uygunluk gösteren ve açıklanabilir üç faktör olduğu belirlenmiştir. Ölçüt geçerliği için SCL-90 ölçeğinin ilgili beş ölçeği, Rathus atılmanlık envanteri ve MMPI testinin Sosyal içedönüklük alt testi kullanılmıştır. Varimax rotasyon faktör analizleri sonucu üç faktörlü bir yapı elde edilmiş ve (1) sosyal kaçınma, (2) kritize edilme kaygısı ve (3) bireysel değersizlik duygusu olarak adlandırılmış ve bu üç faktör, toplam varyansın %32.9'unu açıkladığı görülmüştür. “Sosyal kaçınma” alt boyutu toplam varyansın 22.3' ünü; “kritize edilme kaygısı”: toplam varyansın 6.2'sini; “değersizlik duygusu” alt boyutu toplam varyansın 4.4' ünü açıklamaktadır. Ölçek, likert tipi 0-4 aralığında beşli derecelendirmeye sahiptir ve Cronbach Alfa değeri 0,89'dur. Ölçeğin kriter geçerliği için kullanılan MMPI Si alt testi ile $r=.43$, $p<.001$, SCL alt testlerinden kişiler arası ilişkilerde duyarlılık alt testi ile, $r=.51$, $p<.001$, kaygı testi ile, $r=.25$, $p<.01$, fobik anksiyete alt testi ile $r=.36$, $p<.001$, depresyon alt testi ile $r=.40$, $p<.001$ düzeyinde kuramsal açıklamaya uygun pozitif lineer ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan varyans analizi sonucunda $F=68.58$, $P<.001$ düzeyinde sonuç anlamlı bulunmuştur. Alınan puanların yükselmesi SK düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Mevcut çalışmada tüm ölçek için Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı .85 olarak bulunmuştur.

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği. Frost vd., (1990) tarafından öğrencilerin mükemmeliyetçilik eğilimlerini belirlemek amacıyla geliştirilen Özbay ve Mısırlı-Taşdemir (2003) Türkçeye uyarlanan ölçek, 35 madde altı alt boyuttan oluşmaktadır.

Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısının tüm ölçek için .83 olduğu ve toplam varyansın %47,8'ini açıkladığı görülmüştür. Bunun yanı sıra alt boyutların iç tutarlılık katsayıları; “hatalara aşırı ilgi” (9 soru) için .77, “davranışlardan şüphe” (5 soru) için .61, “düzen” (6 soru) için .87, “aile

beklentileri” (5 soru) için .71, “kişisel standartlar” (4 soru) için .63, ve “ailesel eleştiri” (6 soru) için .65 için .63 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada, ölçeğin toplamı için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .91’dir.

Schwartz Değerler Listesi. Schwartz (1992) tarafından geliştirilen ve Kuşdil ve Kağıtçıbaşı (2000) tarafından Türkçeye uyarlanan Schwartz Değerler Ölçeği 59 madde ve 11 alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmacılar tarafından 10 değer grubunu içeren ölçeğin orijinaline, dinî değerlerin ilave edilmesiyle 11 değere çıkmıştır. Bunlar; güç, başarı, hazcılık, uyarılma, özyönelim, evrensellik, iyilikseverlik, geleneksellik, uyma, güvenlidir.

Kuşdil ve Kağıtçıbaşı (2000), tarafından yapılan çalışmada değerlerin güvenilirlik kat sayıları iyilikseverlik .76, evrenselcilik .77, hazcılık .54, başarı .66, güç .75, uyarılma .70, geleneksellik .63,özyönelim .69, güvenlik .59 ve uyma .51 olarak ifade edilmiştir. Ana değer grupları için iç tutarlılık analiz sonuçlarında muhafazakârlık grubu .80, yeniliğe açıklık .81, özaşkınlık .81, özgünlük .84 olarak bulunmuştur. Tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı.92 olarak hesaplanmıştır. Mevcut çalışmada, tüm ölçeğin iç tutarlılık katsayısı.88 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplaması

Araştırma verileri bir devlet üniversitesinin çeşitli fakültelerinde okuyan öğrencilerinden Sosyal Kaygı Ölçeği, Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Schwartz Değerler Listesi kullanılarak toplanmıştır. Uygulama işlemi, araştırmacı tarafından gönüllü olmayı kabul eden öğrencilere sınıf ortamında uygulanmıştır. Ayrıca araştırmanın amacı katılımcılara açıklamıştır. Araştırmada veri toplamak için aşağıdaki ölçekler kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma sonucu elde edilen veriler, bir devlet üniversitesinin eğitim fakültesinde öğrenim gören üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygının değerler ve mükemmeliyetçilik açısından “ Yapısal Eşitlik Modeli”ne göre AMOS 19 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Genellikle bu teori çok değişkenli gözlemlerden oluşan “nedensel” süreçleri temsil eden karşılıklı ilişkileri ortaya koyan istatistiksel olarak test edilme yaklaşımdır (Byrne, 2010). Araştırma sonucunda sosyal kaygı ile değerler ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkilere ilişkin önerilen model, Şekil 1’de sunulmuştur.

Bulgular

Araştırma sonucu elde edilen son modelde ($X^2 = 396.05$, $df = 120$, $p < .001$) altı exogenous (uyum, güç, özdenetim, başarı, yardımseverlik, hazcılık, geleneksellik, uyarılma, güvenlik, evrensellik), iki endogenous (sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik) verisi bulunmaktadır. Test edilen modelde tespit edilen yolların her birinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. The Bentler-Bonett normed (NFI) ve The Tucker-Lewis coefficient (TLI) kat sayı endeksleri ile diğer uyum indeksleri açısından modelin uyumlu olduğu bulunmuştur (Tablo 1). Verilen değerlere göre

model kabul edilebilir uyum indeksi değerlerine sahiptir. Modelde yer alan endogenous (sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik) verileri arasındaki her biri yüksek değerlere sahip iki yönlü ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu söylenebilir.

Tablo 1.

Yapısal Eşitlik Modelinin Uyumuna İlişkin İstatistiksel Değerler

<i>Ölçüm</i>	<i>Mükemmel Ölçütleri</i>	<i>UyumKabul Edilebilir Ölçütleri</i>	<i>UyumModelin Değerleri</i>	<i>Uyum İndeksi</i>
¹ (χ^2/sd)	$,0 \leq \chi^2 /sd \leq 2$	$2 \leq \chi^2 /sd \leq 3$	3,300	
² AGFI	$,90 \leq AGFI \leq 1,00$	$,85 \leq AGFI \leq ,90$,854	
³ GFI	$,95 \leq GFI \leq 1,00$	$,90 \leq GFI \leq ,95$,938	
³ CFI	$,95 \leq CFI \leq 1,00$	$,90 \leq CFI \leq ,95$,955	
³ NFI	$,95 \leq NFI \leq 1,00$	$,90 \leq GFI \leq ,95$,922	
³ TLI	$,95 \leq TLI \leq 1,00$	$,90 \leq TLI \leq ,95$,975	
⁴ RMSEA	$,00 \leq RMSEA \leq ,05$	$,05 \leq RMSEA \leq ,08$,072	
⁴ SRMR	$,00 \leq SRMR \leq ,05$	$,05 \leq SRMR \leq ,10$,749	

¹(Kline, 2011), ²(Schermelleh-Engel ve Moosbrugger, 2003), ³(Baumgartner ve Homburg, 1996; Bentler, 1980; Bentler ve Bonett, 1980; Marsh, Hau, Artelt, Baumert ve Peschar, 2006), ⁴(Browne ve Cudeck, 1993),

Tablo 1’de test edilen modelin doğrulanmış ve doğrulanmayan ilgili değişkenlerin doğrudan ve dolaylı ilişkilerine yönelik yol analizi (n=241) bütün sayılar standardize edilmiş yol analizi incelenmiştir.

Tablo 1’deki bulgulara göre; GFI, RMSEA, SRMR, indeksleri için AMOS programından elde edilen değerler arasındaki farkın .01 ölçütünü (Cheung ve Rensvold, 2002; Hox, 1995) aşmadığı belirlenmiştir. Bu ölçüt, Hox (1995) ile Cheung ve Rensvold (2002) tarafından yapılan çalışmalarda ölçüm değişmezliği kriteri olarak .01 değerinin esas alınması önerisinden yola çıkılarak belirlenmiştir. χ^2 /sd , CFI, NFI, NNFI/TLI, indeksi için ise AMOS programından elde edilen değerler arasındaki farkın .01 ölçütünü aştığı belirlenmiştir. Ancak; CFI, NFI, indeksleri için AMOS programından elde edilen değerler arasındaki farkın virgülden sonraki üçüncü basamağında gerekli yuvarlamalar yapıldığında, bu uyum indeksleri için de iki programda hesaplanan değerler arasındaki farkın .01 ölçütünü aşmadığı söylenebilir.

Tablo 2.

Üniversite Öğrencilerinin Sahip Oldukları Değerler İle Sosyal Kaygı Düzeyleri Ve Mükemmeliyetçilikleri Arasındaki Yordayıcı İlişkilerine Yönelik Model.

<i>Yordayıcı Değişken</i>	<i>Bağımlı Değişken</i>	<i>Toplam Etki</i>	<i>Doğrudan Etki</i>	<i>Dolaylı Etki</i>	<i>Standart Hata</i>	<i>Kritik Değer</i>
Mükemmelliyetlik	Sosyal Kaygı	,616	,616	0	,135	7,282*
Değer	Sosyal Kaygı	-,126	-,126	0	,105	-2,362*

^aToplu etki = Doğrudan etki + Dolaylı etki, *p <0.01, **p < 0.05.

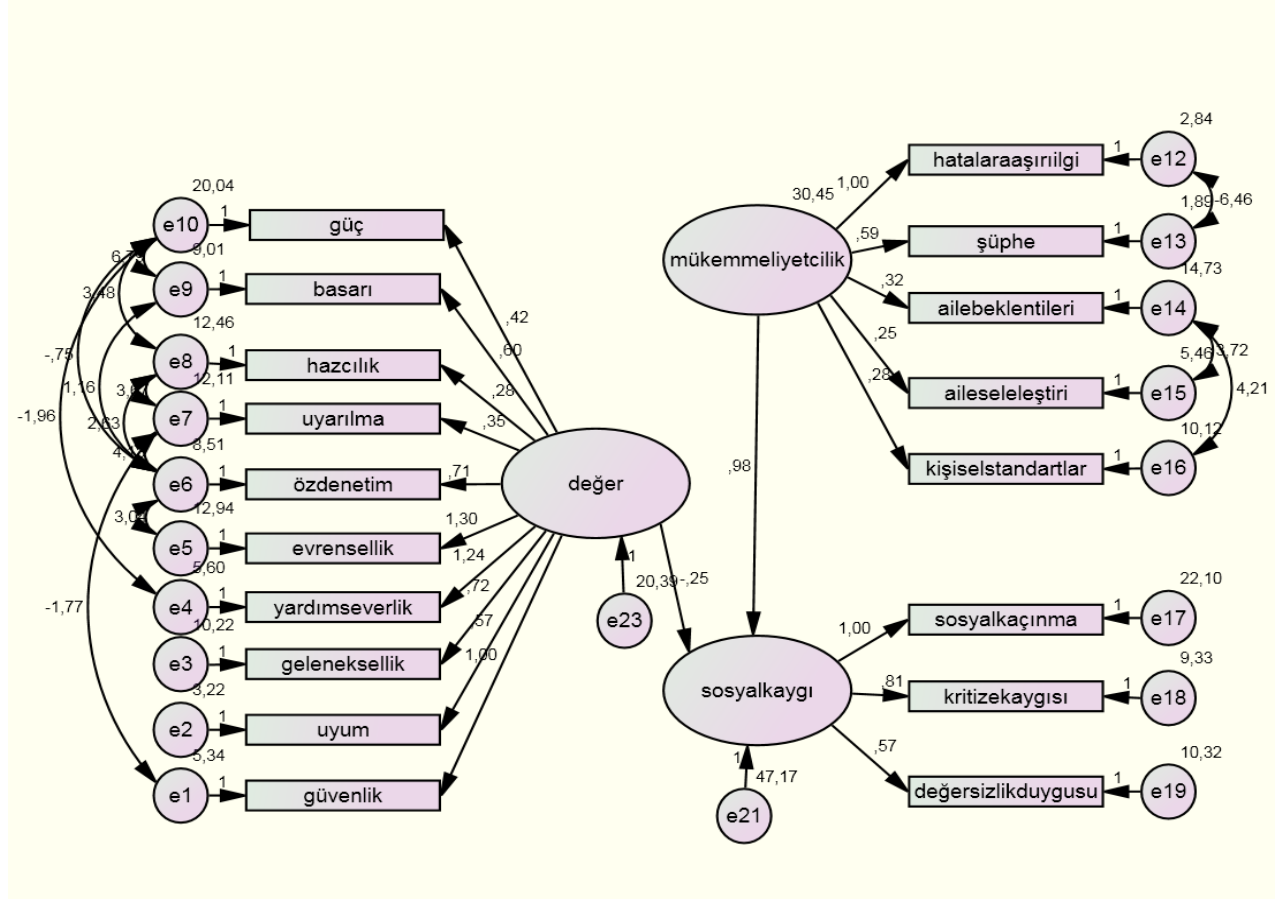
Tablo 2 incelendiğinde mükemmeliyetçiliğin, sosyal kaygıyı etkileyen en önemli bağımsız değişken ($t=7,28$, $p<0.01$) olduğu saptanmıştır. Bu değişkene ilişkin bağlantı katsayı değeri $\beta =0,61$ olarak tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilikleri ile sosyal kaygı arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişkinin olduğu bulunmuştur. Başka bir ifade ile ortaya çıkan bu durum üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik ölçeği puanlarının artmasıyla sosyal kaygı eğilimlerinin de artacağını ortaya koymaktadır.

Ayrıca denenen modelde değer değişkeninin, sosyal kaygıyı etkileyen en önemli birinci değişken ($t=-2.362$, $p<0.01$) olduğu tespit edilmiştir. Bu değişkene ilişkin bağlantı katsayı değeri $\beta = -0.126$ olarak belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin değerleri ile sosyal kaygıları arasında negatif yönlü doğrusal bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Başka bir ifade ile ortaya çıkan bu durum, üniversite öğrencilerinin değer artışının sosyal kaygı eğilimlerini de azaltacağı ön görülmektedir.

Oluşturulan modele göre sosyal kaygı mükemmeliyetçiliği doğrudan; değer ise birinci en önemli değişken olarak anlamlı yordamakta, bunun sonucunda da sosyal kaygı ile mükemmeliyetçilik arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişki değerlerle ise negatif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Test edilen modelde, elde edilen bulguların yapısal eşitlik modeline ilişkin ortaya çıkan sonuçları Şekil 1’de yer almaktadır.

Şekil 1.

Yapısal Model Yol Diyagramı



Şekil 1. incelendiğinde sosyal kaygıyı etkileyen en önemli bağımsız değişkenin mükemmeliyetçilik olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilikleri ile sosyal kaygı arasında pozitif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır. Üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyleri arttıkça sosyal kaygı düzeyleri de arttığı söylenebilir. Test edilen modelde sosyal kaygıyı etkileyen birinci en önemli değişkenin değer değişkeni olduğu görülmektedir. Üniversite öğrencilerinin değerler ile sosyal kaygı arasında negatif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buradan yola çıkarak, üniversite öğrencilerinin değerleri arttıkça sosyal kaygılarının azalacağı ifade edilebilir.

Tartışma Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonucunda, üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, mükemmeliyetçilik ve değerler arasındaki ilişkilerin belirlenmesine yönelik bir model sınanmış, analizler sonucu elde edilen bulgular tartışılmış ve yorumlanmıştır. Sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik bulguları ile değerlerin altı alt boyutu, (uyum, güç, özdenetim, başarı, yardımseverlik, hazcılık, geleneksellik,

uyarılma, güvenlik, evrensellik) arasında çift yönlü korelasyonlara sahip olduğu tespit edilmiş ve istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır. Modelde yer alan sosyal kaygı ve mükemmeliyetçilik değişkenleri arasında çift yönlü yüksek korelasyon değerlerine sahip olduğu ve istatistiksel olarak da anlamlı olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgular, üniversite öğrencilerinin mükemmeliyetçilik düzeyinin artmasıyla, sosyal kaygı düzeylerinin artacağını ortaya koymaktadır. Beck (2015)'e göre kaygılı bireydeki temel düşüncesinin kendine yönelik bir tehlike olduğunu ve çevresindeki her şeyi bu temelde yorumladığını, sürekli bu uyarılara karşı tetikte ve korku içinde olduğunu belirtmiştir. Sosyal kaygıya sahip bireylerin sürekli olarak başkaları tarafından değerlendirildiğinin düşünmesi bulunduğu çevrede daha kaygılı olmasına neden olmaktadır. Sosyal kaygı, sosyal durumlarda duyulan kaygı, korku ve rahatsızlık hissiyatı ile bu durumlardan isteyerek kaçınma ve başkalarınca olumsuz değerlendirilmekten korkma olarak açıklanmıştır (Heimberg, Hope, Rapee ve Bruch, 1988). Sosyal ortamlardan uzak durma yani kaçınmanın belirgin olduğu bu kaygı 2 türünde birey diğerleri tarafından reddedileceğini, kabul görmeyeceğini düşündüğü için kaçınma davranışını göstermektedir (Teachman ve Allen, 2007). Araştırmanın değişkeni sosyal kaygı olduğu göz önüne alınırsa; sosyal kaygının sosyal kaçınma, kritize edilme ve değersizlik duygusu ile algılanan sosyal desteğin aile, arkadaş ve öğretmenden alınan sosyal destek arasında negatif yönlü anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür (Baltacı, 2010). Ayrıca sosyal kaygı belirtileri olan bireylerin olumsuz bir kendilik algısı bulunmakta (Glashouwer ve ark., 2013; Wilson ve Rapee, 2006), yalnızlık (Karababa ve Dilmaç 2016) ile negatif yönlü bir ilişki olduğu anlaşılmakta, kişilerarası etkileşimlerde zorluklar yaşamakta (Cuming ve Rapee, 2010; Voncken ve Bögels, 2008), affetme (İşler ve Dilmaç, 2016) ters yönlü bir ilişkinin olduğunu açıklamakta ve bu etkileşimlerde kendilerini olumsuz olarak algılamakta ve başkalarının da öyle değerlendireceğini düşünmektedirler (Niels, Christensen, Stein ve Means-Christensen, 2003). Sosyal kaygı ile mükemmeliyetçilik arasında karşılıklı olarak pozitif yönlü bir ilişkinin olduğu saptanmıştır. Mükemmeliyetçi bireyler, kendi hatalarını ve zayıflıklarını gizlemeye çalışmakla birlikte, hata yapma, yetersizlik, eleştirilme ve suçlanma korkuları yaşayabilmektedirler (İnanç ve Yerlikaya, 2008). Kendisine yüksek standartlar belirleyen bireylerin eleştirme korkusu yaşaması kaçınılmaz olacaktır. Mükemmeliyetçilik konusuna duyulan ilginin artması, belki de, birçok toplum tarafından, üstünlük, kusursuzluk ve başarı üzerine yerleştirilmiş yüksek beklentiler ve yüksek değerlerle ilişkili olarak her geçen gün artan zorlu yaşam şartlarından kaynaklanmaktadır (Matte & Lafontaine, 2012). Kendine yönelik mükemmeliyetçilik boyutunun, sosyal olarak belirlenen mükemmeliyetçilik boyutunun olmadığı durumlarda daha olumlu olabileceğini belirtilmektedir (Klibert, Langhinrichsen-Rohling ve Saito, 2005). Buradan yola çıkarak her iki değişken birbiri ile ilişkili olduğu söylenebilir. Yukarıdan elde edilen bilgilere bakarak sosyal kaygıyı etkileyen birçok değişken olduğu görülmektedir. Elde edilen bilgilerin sonucu, yapılan diğer çalışmalar tarafından desteklendiği söylenebilir.

Ayrıca yapılan diğer araştırmalarda, mükemmeliyetçilik, öğrencilerin sorunlarla baş etme (Stöeber ve Rennert, 2008), kusursuz olma, başarı ve kabul görme eğilimleri (Mısırlı-Taşdemir, 2004; Kawamura ve Frost, 2004; Siegle ve Schuler, 2000; Tuncer ve Voltan-Acar, 2006), olumlu sosyal beceriler (Ommundsen, Roberts, Lemyre ve Miller, 2005), kaygı (Mobley, Slaney ve

Rice, 2005), sınav kaygısı (Yıldırım, Gençtanırım, Yalçın ve Baydan, 2008), yaşam ve okul doyumunu (Göç, 2008), psikolojik belirti düzeyleri (Sapmaz, 2006), akademik güdü (Elion, Wang, Slaney ve French, 2012; Mobley vd., 2005) ve benlik saygısı (Ashby ve Rice, 2002; Elion, vd., 2012; Mobley vd., 2005) gibi kavramlarla da ilişkili olduğu görülmüştür. Kendileri için yüksek standartlar belirleyen ancak ulaşamayacağı standartların farkında olan öğrencilerin, uyumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip olan öğrencilere göre sosyal ilişkilerde daha başarılı olduğu bulunmuştur (Gilman ve Ashby,2003). Mükemmeliyetçi insanlar, genellikle kendi standartlarını yakalayamadıklarını hissederler, bu nedenle bir yandan başarmak için çabalarken bir yandan da başarısızlıktan devamlı korkarlar. Hedefledikleri standarda ulaştıkları zaman bile genellikle bu başarılarını hafife alırlar, hedeflerinin yeterince zor olmadığını veya herkesin buna ulaşabileceğini düşünürler bir dahaki sefere daha da yüksek bir hedef koyarlar. Kottman ve Ashby (2000) göre mükemmeliyetçiliğe yönelik kavramsal literatür dikkate alındığında öğrencilerin yüksek standartları karşılamak için mükemmel olmaya çalışacaklardır. Bu da öğrencilerin sosyal kaygı yaşamalarına neden olacaktır.

Araştırmadan elde edilen veriler doğrultusunda üniversite öğrencilerinin değer yönelimleri ile sosyal kaygı arasında negatif yönlü doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bunun da üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler arttıkça sosyal kaygı düzeylerinin düştüğü söylenebilir. Üniversite öğrencilerinin kültürel normları, bireyin toplum içindeki davranışlarını etkileyecektir. Fichter, (1990)'a göre değerler, kültür ve topluma anlam ve önem veren ölçütlerdir. Rokeach, (1973) belli bir davranış tarzı üzerinde inanış olarak ele alırken; Schwartz, (1992) ise kişilerin hayatlarına kılavuzluk eden, önem derecelerine göre değişen, hedefler olarak görmektedir. Birey kültürden elde ettiği ve davranışlarına yön veren, nasıl davranacağını söyleyen değerlerden etkilenmesi beklenir. İnsanlar sosyal kaygı yaşadıklarında, davranışları değişmektedir (Öztürk, 2014). Seki ve Dilmaç, (2015) tarafından yapılan bir çalışmada, değerlerin sosyal görünüş kaygısı ve öznel iyi oluş üzerinde doğrudan etkileri olduğu tespit edilmiştir. Değerler, bireylerin sosyal yaşantılarına yön verebilmektedir. Bireylerin sosyal kaygı yaşaması, sosyal ortamlardan kaçınmasına neden olmaktadır (Türkçapar, 1999). Yapılan başka bir araştırmada ise durumluk kaygısı, değerlerin alt boyutlarından güç ve hazcılık tarafından yordandığı saptanmıştır (Yiğit, 2012). Bu çalışmalar, mevcut çalışma ile paralellik göstermekte ve bulguları desteler niteliktedir. Dolayısıyla üniversite öğrencilerinin sahip olduğu değerler, sosyal kaygı eğilimleri ile yakından ilişkili olduğu söylenebilir. Değerler insanlara neyi, nerede ve nasıl yapacağını söyleyen aileden kültürden getirdikleri davranış kalıplarıdır. Bu kalıplar insanların düşünce dünyasını etkilemektedirler. Birey, toplum ve insanlığın varlığı, gelişmesi değerlere ve onların gerçekleşmesine bağlıdır. İnsanları bir arada tutan etkenler, sahip oldukları değerlerdir (Aydın ve Gürler, 2012). Dunlop (1996) ise, değerleri insanların içinde buldukları durumları, eylemleri ve nesnelere ile diğer insanları değerlendirmede ve yargılamada benimsedikleri örüntüler olduğunu söylemiştir. Değerler, insanı harekete geçiren olgular olarak bakıldığında hem sosyal kaygıya hem de mükemmeliyetçiliğe etki ettiği söylenebilir. Elde edilen bulgular mükemmeliyetçilik düşüncesinin, sosyal kaygıya arttırdığı görülmektedir. Bunun yanı sıra insan davranışlarını

açıklayan değerlerin mükemmeliyetçilik ve sosyal kaygı davranışları ile ilişkili olduğu söylenebilir.

Bu etkiler, başkaları tarafından değerlendirme korkusu yaşayan insanlarda derin olacaktır. Bunun sonucu sosyal kaygı yaşaması da kaçınılmaz olacaktır. Bu kapsamda yapılan sosyal kaygının etkileşim ve izlenme kaygısı (Leary, 2001), özyönelim, yardımseverlik ve evrensellik (Kaya, İkiz, ve Asıcı, 2017) ve öznel iyi oluş (Seki ve Dilmaç, 2015) gibi bazı değişkenler mevcut çalışmayı desteklemektedir. Bunun yanı sıra üniversite öğrencilerinin değişim döneminde birçok öğrencide sosyal kaygı belirtileri ortaya çıkmakta ya da var olan belirtiler artmaktadır (İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu, 2000). Bu açıdan bakıldığında, değerler ve insanlar arasındaki ilişkiler tek yönlü ve bire bir değildir. Bunun yanında mevcut veya yeniden benimsenen davranışlarla değerleri ilişkilendirmek mümkündür (İşler ve Dilmaç, 2016). Değerlere yönelik kavramsal literatür dikkate alındığında, değer yönelimleri, bireylerin sosyal çevreyi anlamaları, standartlar belirlemeleri ve bu standartlara uygun bir yaşam sürmeleri beklenebilir.

Sonuç olarak, üniversite öğrencilerinin sahip oldukları değerlerin artmasıyla sosyal kaygı düzeyinde azalma olacağı; mükemmeliyetçilik düzeylerinin artmasıyla sosyal kaygı düzeylerini artacağı görülmüştür. Elde edilen bu bilgiler doğrultusunda yapılan araştırmanın, her yıl binlerce gencimizin üniversiteye dâhil olduğu ülkemizde, gençlerimizin tutum ve davranışlarını daha iyi anlamaya ve değerlendirmeye katkı sunacağı düşünülmektedir. Bununla birlikte, mevcut çalışmanın bazı sınırlılıkları olduğu söylenebilir. Bunlardan ilki, araştırmanın verileri, 2013-2014 eğitim-öğretim yılında bir devlet üniversitenin eğitim fakültesinde öğrenim gören ve çalışmaya gönüllü katılmayı kabul eden öğrencilerden elde edilmiştir. İkincisi, veriler, uygulanan ölçme araçları ile toplanmıştır. Bu sınırlılıklar, araştırma sonuçlarının değerlendirilmesinde önemli bir yere sahiptir. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyi ile ilgilidir. Bundan sonraki çalışmalarda, sosyal kaygı değişkeni farklı örneklem ve değişkenlerle incelenmesi önemli görülmektedir. Ayrıca, değişkenler arası ilişkilerin farklı çalışma grupları ile incelenmesi sonuçların genellenebilirliği açısından önemli olacaktır. Araştırma bulgularından birisi de üniversite öğrencilerinin değerleri ile sosyal kaygı düzeyi arasında negatif bir ilişkinin olduğunun tespitidir. Buradan yola çıkarak değerlerin aileden başlayarak tüm kurumlarda yaygınlaştırılarak verilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir. Sosyal kaygının önemli bir yordayıcısının değerler olduğu anlaşılmaktadır. Bunun için üniversite öğrencilerinin değerlerini arttırmaya yönelik seminerler düzenlenebilir. Mükemmeliyetçilik, üniversite öğrencilerinin gelişim dönemi dikkate alındığında sosyal kaygıya olan etkisi daha iyi anlaşılacaktır. Üniversite öğrencilerindeki sosyal kaygıyı azaltmak için mükemmeliyetçilik kavramının anlaşılmasına yönelik farkındalık etkinlikleri düzenlenebilir.

Kaynakça

Adler, A. (1956). *Striving for superiority*. In H. L. Ansbacher ve R. Ansbacher (Eds.), *The individual psychology of Alfred Adler: A systematic presentation in selections from his writings* (pp. 101–125). New York: Harper ve Row.

- Antony, M., M. ve Swinson, R. P. (2000). *Mükemmeliyetçilik dost sandığınız düşman*. (Çev. A. Açıkgöz) İstanbul: Kuraldışı Yayınevi.
- American Psychological Association (APA). (2014). *Ruhsal bozuklukların tanınması ve sayımsal elkitabı* (DSM-V) (E. Köroğlu, Çev., 5. Baskı). Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aydın, M. Z. ve Gürler, Ş.A. (2012). *Okullarda Değerler Eğitimi*. Ankara: Nobel.
- Ashby, J. ve Kottman, T. (1996). Inferiority as a distinction between normal and neurotic perfectionism. *Individual Psychology: Journal of Adlerian Theory, Research ve Practice*. 52 (3), 237–245.
- Ashby, J., S. ve Rice, K., G. (2002). Perfectionism, dysfunctional attitudes, and self-esteem: A structural equations analysis. *Journal of Counselling and Development*, 80 (2), 197-203.
- Baltacı, Ö.(2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Baş, V. ve Hamarta, E. (2015). Üniversite öğrencilerinde değerler ve yaşamın anlamı arasındaki ilişki. *Değerler Eğitimi Dergisi*. Cilt 13, No. 29, 369-391.
- Baumgartner, H. ve Homburg, C. (1996). Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, 13(2), 139-161.
- Beck, A. T., Emery, G. ve Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective*. New York: Basic Books
- Beck, A. T. ve Emery, G. (2006). *Anksiyete bozuklukları ve fobiler*. Litera Yayıncılık. İstanbul.
- Beck, A. T. (2015). *Bilişsel terapi ve duygusal bozukluklar* (A. Türkcan, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Bentler, P.M. (1980). Multivariate analysis with latent variables: Causal modeling. *Annual Review of Psychology*, 31, 419-456.
- Bentler, P.M., ve Bonett, D.G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, 88, 588-606.
- Bilge, F. ve Kellecioğlu, H. (2008). Psychometric properties of the brief fear of negative evaluation scale turkish form. *Eurasian Journal of Educational Research*, 32, 21–25
- Bilgin, N. (1995). *Sosyal psikolojide yöntem ve pratik çalışmalar*. Sistem Yayınları, İstanbul.

- Bruch, M., A. ve Heimberg, R.,G. (1994). Differences in perceptions of parental and personal characteristics between generalized and nongeneralized social phobias. *Journal of Anxiety Disorders*, 8,(38) 155-168.
- Browne, M.W. ve Cudeck, R. (1993). *Alternative ways of assessing model fit*. In: Bollen, K.A. ve Long, J.S. (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage
- Byrne, B., M. (2010). *Structural equation modeling with amos: Basic concepts, applications, and programming*, (2nd ed.). New York –London: Taylor ve Francis Group.
- Budak, S. (2005). *Psikoloji Sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*. (Çev. İ. D. Erguvan Sarioğlu) İstanbul: Kaknüs Yayınları
- Burns, D., D. (1980). The perfectionist's script for self-defeat. *Psychology Today*, 41 (34), 70–76.
- Carrigan, M., H. ve Randall, C., L. (2003). Self-medication in social phobia: a review of the alcohol literature. *Addictive Behaviors*, 28, 269–284.
- Chan, D. W. (2009). Dimensionality and typology of perfectionism: The use of the frost multidimensional perfectionism scale with chinese gifted students in Hong Kong. *Gifted Child Quarterly*, 20 (53), 174- 187.
- Chen, S., Yao, N., Qian, M. ve Lin, M. (2015). Attention biases in high social anxiety using a flanker task. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 51, 27-34.
- Cheung, G.W ve Renswold, R.B. (2002). Evaluating goodness-of-fit indexes for testing measurement invariance, structural equation modeling. *A Multidisciplinary Journal*, 9(2), 233-255.
- Cohen, L., Manion, L. ve Morrison, K. (2000). *Research methods in education*. London: Routledge Falmer.
- Craddock, A., E., Church, W., Harrison, F. ve Sands, A. (2010). Family of origin qualities as predictors of religious dysfunctional perfectionism. *Journal of Psychology and Theology*, 38 (3), 205-214.
- Crome, E., Grove, R., Baillie, A. J., Sunderland, M., Teesson, M. ve Slade, T. (2015). DSM-IV and DSM-V social anxiety disorder in the Australian community. *Australian ve New Zealand Journal of Psychiatry*, 49 (3), 227-235.

- Demirci, E. , Çepikkurt, F. , Kızıldağ Kale, E ve Güler, E. (2018). Öğretmen adaylarının mükemmeliyetçilik ve öfke eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 20, (1).
- Dilbaz, N.(1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası Dergisi*, 1,18–24.
- Doğanay, A. (2006). Değerler eğitimi. In C. Öztürk (Ed.), *Hayat bilgisi ve sosyal bilgiler öğretimi* (pp. 255-286). Ankara: Pegem A.
- Doğan, İ. (2004). *Sosyoloji Kavramlar ve Sorunlar*. Ankara: Pegema Yayınları.
- Dunlop, F. (1996). Democratic Values and the Foundadions of Political Educatin. Values in Education and Education in Values(Ed. J.M. Halstead ve M.J.Taylor). London: Falmer Press.
- Dünya Sağlık Örgütü, (ICD 10). (2004). International Statistical Classification of Diseases and Related Helath Problems: Tenth Revision (2. Baskı). İsveç: Dünya Sağlık Örgütü.
- Eliou, A., Wang, K. T., Slaney, R. B. ve French, B. H. (2012). Perfectionism in African American students: Relationship to racial identity, GPA, self-esteem, and depression. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, (6), 1-10.
- Eren- Gümüş, A. (2010). *Sosyal kaygı ile başa çıkma*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Erdem, A. R. (2003). Üniversite Kültüründe Önemli Bir Unsur: Değerler. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 1 (4), 55–72.
- Feist, G., J. ve Rosenberg, E., L. (2009), *Psychology: making connections*. Mc-Graw-Hill, USA.
- Fichter, J. (1990) *Sosyoloji Nedir?*, (Çeviren; Nilgin Çelebi), Selçuk Üniversitesi Basım Evi:Konya.
- Flett, G.L. & Hewitt, P.L. (2002). Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional and Treatment Issues. In G.L. Flett & P.L. Hewitt, (Eds.). *Perfectionism: Theory, Research and Treatment*, 5-31
- Frost, R., O., Marten, P., Lahart, C. ve Rosenblate, R. (1990). The dimentional of perfectionism. *The Cognitive Therapy And Research*, 14 (5), 449-468.
- Ghaedi, G. H., Tavoli, A., Bakhtiari, M., Melyani, M., & Sahragard, M. (2009). Quality of life in college students with and without social phobia. *Social Indicators Research*, 97(2), 247-256. doi:10.1007/s11205-009-9500-3

- Greenspot, T. S. (2008). Making sense of error: a view of the origins and treatment of perfectionism. *American Journal of Psychotherapy*, 62 (3), 263-282
- Gilman, R. ve Ashby, J. (2003). Multidimensional perfectionism in a sample of middle school students: an exploratory investigation. *Psychology in the Schools*, 40 (6), 677-689.
- Greenspot, T., S. (2008). Making sense of error: a view of the origins and treatment of perfectionism. *American Journal of Psychotherapy*, 62 (3), 263-282.
- Güngör, E. (2000). *Değerler psikolojisi üzerinde araştırmalar: ahlâk psikolojisi, ahlâki değerler ve ve ahlâki gelişme*. İstanbul: Ötüken Neşriyat.
- Göç, Z. (2008). *Predictive role of perfectionism on academic achievement and life satisfaction*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Hardin, E. (2002). *Depression and social anxiety among asian and european americans: The roles of self-discrepancy, optimism, and pessimism*. Unpublished Master's Thesis. Ohio State University, Columbus, USA.
- Halstead, J., M. ve Taylor, M., J. (2000). Learning and teaching about values: a review of recent research. *Cambridge Journal of Education*. 30 (2), 169-202.
- Hamachek, D., E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15, 27-33.
- Hamilton, V. (1975) Socialization anxiety and information processing: a capacity model of anxiety induced performance deficits. Sarason IG, Spielberger CD. [Eds.) *Stress and Anxiety*. Hemisphere, WA:502-504.
- Heimberg, R. G., Hope, D. A., Rapee, R. M. and Bruch, M. A. (1988). The validity of the social avoidance and distress scale and the fear of negative evaluation scale with social phobic patients. *Behaviour Research Therapy*, 26(5), 407-410.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association with Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456-470.
- Hill, R. W., Zrull, M. C. ve Turlington, S. (1997). Perfectionism and interpersonal problems. *Journal of Personality Assessment*, 69 (1), 81-103.
- Hirsch, C. R., Clark, D. M., Mathews, A. ve Williams, R. (2003). Self-images play a causal role in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 41(8), 909-921. doi:10.1016/s0005-7967(02)00103-1

- Hirsch, C. R., Mathews, A., Clark, D. M., Williams, R. ve Morrison, J. A. (2006). The causal role of negative imagery in social anxiety: a test in confident public speakers. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 37(2), 159-170. doi:10.1016/j.jbtep.2005.03.003
- Hirsch, C. R., Meynen, T. ve Clark, D. M. (2004). Negative self-imagery in social anxiety contaminates social interactions. *Memory*, 12(4), 496-506. doi:10.1080/09658210444000106
- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94-103.
- Hox, J.J. (1995). AMOS, EQS and LISREL for Windows: A comparative review. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 2(1), 79-91.
- Hökelekli, (2010). Modern Eğitimde Yeni Bir Paradigma: Değerler Eğitimi. *Eğitime Bakış Eğitim-Öğretim ve Bilim Araştırmaları Dergisi*, 6 (18), 4-10.
- İnanç, B.ve Yerlikaya, E. (2008). *Kişilik Kuramları* (1.baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- İşler, S. ve Dilmaç, B. (2016). Explanatory and predictor relationships between forgiving behaviors, social anxiety levels and values of convict-prisoners in penal institutions. *Social Sciences and Education Research Review*(3) 1 87-100. ISSN 2(392-9683).
- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N. (2000). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1, 207-214.
- Işık, E. (1996). *Anksiyete bozuklukları; somatoform bozukluklar, dissosiyatif bozukluklar, yapay bozukluklar*. Ankara: Kent Matbaası
- Işık, E. ve Işık Taner, Y. (2006). *Çocuk, ergen ve erişkinlerde anksiyete bozuklukları*. İstanbul: Golden Print.
- Jansson-Fröjmark, M. ve Linton, S. J. (2007). Is perfectionism related to pre-existing and future insomnia? A prospective study. *British Journal Of Clinical Psychology*, 46 (1), 119-124.
- Karababa, A. ve Dilmaç, B. (2016). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları olarakta ve değerler. *Eğitim ve Bilim, Cilt 41, Sayı: 187 63-77*.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel yayın dağıtım.
- Kashdan, B.T. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analyss. *Clinical Psychology Review*, 27, 348-365.

- Kaya, Z., İkiz, F., E. ve Asıcı, E. (2017). Lise öğrencilerinin değer yönelimlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi* 3, 10, 73-88.31, 662-674.
- Kawamura, K., Y. ve Frost, R., O. (2004). Self-concealment as a mediator in the relationship between perfectionism and psychological distress. *Cognitive Therapy and Research*, 28 (2), 183-191.
- Kesici, Ş. (2015). Psychological needs as predictors of human values in high school students. *Anthropologist*, 19(2): 499-506.
- Kesici, Ş. (2014). Human values as predictors of motivational beliefs in high school students. *Anthropologist*, 18(3), 869-875.
- Kieffer, K., M, Reese R., J.(2009). Measurement of test and study worry and emotionality in college students: a psychometric evaluation of the test and study attitudes inventory. *Educ. Psychol. Meas* 69:303-321.
- Klibert, J. J., Langhinrichsen-Rohling, J.ve Saito, M., (2005), Adaptive and Maladaptive Aspects of Self-oriented versus Socially Prescribed Perfectionism. *Journal of College Student Development*, 46(2), 141–156.
- Kline, R.B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling*. New York: The Guilford Press.
- Kohlberg, L. (1981). *Moral stages and the idea of justice: essays on moral development*. New York.
- Koyuncu, A. (2012). *Sosyal fobi*. İstanbul: Liman.
- Kottman, T., ve Ashby, J. (2000). Perfectionistic children and adolescents: Implications for school counselors. *Professional School Counseling*, 3(3), 182-188.
- Krantz, S. E. ve Rude, S. (1984). Depressive attributions: Selection of different causes or assignment of dimensional meanings? *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 193-203. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.47.1.193>.
- Kuşdil, M., E. ve Kağıtçıbaşı, Ç. (2000). Türk öğretmenlerin değerler yönelimi ve Schwartz değer kuramı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 15(45), 59-76.
- Leary, M., R. (2001). *Social anxiety as an early warning system: a refinement and extension of the self-presentational theory of social anxiety*. In S. G
- Leary, M., R. ve Kowalski, R., M. (1995). *Social anxiety*. Newyork: Guilford Press.

- Matte, M., ve Lafontaine, M. F. (2012). Assessment of romantic perfectionism: Psychometric properties of the romantic relationship perfectionism scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45(2) 113-132.
- Marsh, H.W., Hau, K.T., Artelt, C., Baumert, J., ve Peschar, J.L. (2006). OECD's brief self-report measure of educational psychology's most useful affective constructs: Cross-cultural, psychometric comparisons across 25 countries. *International Journal of Testing*, 6(4), 311-360.
- Mısırlı-Taşdemir, Ö. (2004). *Üstün Yetenekli Çocuklarda, Mükemmeliyetçilik, Sınav Kaygısı, Benlik Saygısı, Kontrol Odağı, Öz Yeterlilik ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Mills, A., C., Grant, D., M., Judah, M., R. ve Lechner, W., V. (2014). Consequences of anticipatory processing on cognitive symptoms of social anxiety. *Anxiety, Stress ve Coping*, 27 (4), 394–409.
- Mert, A. (2014). *Sistemik aile yönelimli psiko-eğitim programının değerler, algılanan sosyal destek ve çift uyumuna etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Mobley, M., Slaney, R. B. ve Rice, K. G. (2005). Cultural validity of the almost perfect scale-revised for African American college students. *Journal of Counseling Psychology*, 4(52), 629–639.
- Niels, C. P., Stein, M. B. ve Means-Christensen, A. (2003). Social anxiety and interpersonal perception: a social relations model analysis. *Behaviour Research and Therapy*, 41(11), 1355-1371. doi:10.1016/S0005- 7967(03)00064-0.
- Norton, A., R., Abbott, M., J., Norberg, M. M. ve Hunt, C. (2015). A systematic review of mindfulness and acceptance-based treatments for social anxiety disorder. *Journal of Clinical Psychology*, 71 (4), 283–301.
- Ommundsen, Y., Roberts, G., C., Lemyre. P. ve Miller. B., W. (2005). Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism. *Journal of Sports Sciences*, 23(9), 977-989.
- Özbay, Y. ve Mısırlı – Taşdemir, Ö. (2003). Çok boyutlu mükemmeliyetçilik ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Malatya*.
- Özbay, Y. ve Palancı, M. (2001). Sosyal kaygı ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, 5-7*.

- Öztürk, A. (2004). *Sosyal kaygıya ilişkin kendini sunma modeli*. Yayımlanmamış doktora tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Öztürk, A. (2014). Sosyal kaygıyı açıklayan yaklaşımlar. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, (13), 48, s.015-026.
- Patch, A. R. (1984). Reflections on Perfection. *American Psychologist*, 39(4), 386-390. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.39.4.386>.
- Peker, A ve İskender, M. (2015). İnsani değerler yönelimli psiko-eğitim programının siber zorbalık üzerindeki etkisi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19 (1): 11-22.
- Planinc, R.,T. (2008). Geographical education and values of space: a comparative assessment from five european countries. *International Research in Geographical and Environmental Education*, 17 (1).
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: The Free Press.
- Salı, G. ve Köksal – Akyol, A. (2014). Çalışan ve çalışmayan çocukların cinsiyetlerine göre arkadaşlık ilişkileri, sosyal destek algıları ve mükemmeliyetçiliklerinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim, Cilt 39*, Sayı 173.
- Sapmaz, F. (2006). *Üniversite öğrencilerinin uyumlu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik özelliklerinin psikolojik belirti düzeyleri açısından incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Shaver, J., P. ve Strong, W. (1976). *Facing value decisions: rationale-building for teachers*. Belmont, california: Wadsworth Pub. Co.
- Shafran, R. Egan, S. ve Wade T. (2017). *Mükemmeliyetçilik* (Çev. Dilek Onuk) İstanbul: Kuraldışı Yayıncılık.
- Shcherbakova, J. (2001). *Moderating effects of selfefficacy on the relationship between perfectionism and depression among college student*. Unpublished Doctoral Thesis, Mississippi State University, Mississippi.
- Schermelleh-Engel, K., ve Moosbrugger, H. (2003). Evaluating the fit of structural equation models: Tests of significance and descriptive goodness-of-fit measures. *Methods of Psychological Research Online*, 8(2), 23-74.
- Schwartz, S., H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries, *Advances In Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.

- Seki, T. ve Dilmaç, B.(2015). Predictor relationships between the values the adolescents have and their levels of subjective well-being and social appearance anxiety: a model proposal. *Education and Science Vol 40*, No 179 57-67.
- Siegle, D. ve Schuler, P., A. (2000). Perfectionism differences in gifted middle students. *Roepert Review*, 23 (1) 39-44.
- Slade, P.D., Newton, T., Butler, N. M. ve Murphy, P. (1991). An experimental analysis of perfectionism and dissatisfaction. *The British Journal of Clinical Psychology*, 2, 169-176.
- Slade, P., D. ve Owens, R., G. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22, 372–390.
- Stoeber, J., ve Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stoeber, J. ve Rennert, D. (2008). Perfectionism in school teachers: relation with stress appraisal, coping styles, and burnout. *Anxiety, Stress and Coping*, 21(1), 37-53.1389.
- Şişman, M. (2011). *Eğitim Bilimine Giriş*. Ankara: Pegem.
- Türk Dil Kurumu. (2017). *Türkçe sözlük*. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayını.
- Türk Dil Kurumu. (2018). http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts ve arama=gtsve guid =TDK. GTS.5b0e877d075393. 27208095. Erişim tarihi: 30.05.2018.
- Tuncer, B. ve Voltan-Acar, N. (2006). Kaygı düzeyleri farklı üniversite hazırlık sınıfı öğrencilerinin mükemmeliyetçilik özelliklerinin incelenmesi. *Kriz Dergisi*, 14, 1-15.
- Türkçapar, H. (1999). Sosyal fobinin psikolojik kuramı. *Klinik Psikiyatri*, (28), 452-456.
- Ulusoy, K. ve Dilmaç, B. (2012). *Değerler eğitimi*. Ankara: Pegem Akademi.
- Veugelers, W. (2000). Different ways of teaching values. *Educational Review*, 52, 37-45.
- Yalom, I. (2008). *Ergen Terapisi*, İstanbul: Prestij.
- Yazıcı-Çelebi, G.(2017). Ergenlerde sosyal kaygı ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi Cilt:25*, No:5 1729-1736.
- Yiğit, R. (2012). Yetişkin suçluların sahip olduğu değerler ile durumluk ve süreklilik kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (33).

Yıldız, M., Sezen, A., ve Yenen, İ. (2007). İlahiyat fakültesi öğrencilerinde durumluluk sürekli kaygı düzeyleri ile akademik güdülenmeler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *D.E.Ü İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 25, 213-239.

Yıldız, M. (2017). Değerler eğitimi grup rehberliğinin üniversite öğrencilerinin ahlaki gelişim düzeylerine etkisi. *Akademik Bakış Dergisi*, Sayı: 63. ISSN:1694-528X.

Yıldırım, İ., Gençtanırım, D., Yalçın İ. ve Baydan, Y. (2008). Academic achievement, perfectionism and social support as predictors of test anxiety. *Hacettepe University Journal of Education*. 34, 287-296.

Yel, S. ve Aladağ, S. (2009). *Sosyal Bilgilerde Değerlerin Öğretimi. Sosyal Bilgiler Öğretimi* (Editör: M. Safran.) (Birinci Baskı), s. 118-148. Ankara: Pegem Akademi

Extended Abstract

Introduction

It can be said that university students have various psychological problems due to adaptation and their life cycle, which negatively affects their personal development. Getting into a new social circle, trying to make friendships and trying to adapt with a new image cause social anxiety. The shyness of individuals and their social status, roles and behaviors in the social environment (Budak, 2000: 689) can cause social anxiety. Therefore, they may experience social anxiety when they are not sure whether they create desired image since they are in an effort to create a certain image on the people with whom they interact in social life (Schlenker and Leary 1982). Individuals with high social anxiety constitute a set of standards on their own and conduct their social relations within the framework of these standards. These standards can lead to perfectionism in individuals. Values are closely related to people's feelings, ideas and behavior. Values constitute measures of social experiences. They play an important role in preferring one behavior to another. In another respect, values constitute the sources of behavior and determine the measures of them.

The decisive value in the creation of a particular behavior also determines how behavior is. (Jobs and Dilma, 2016). Values such as failing to set realistic goals and trying to reach high standards in social life lead people to develop a sense of perfectionism. Individuals with neurotic perfectionism always set very high standards for themselves. Unlike individuals having normal perfectionism, neurotic perfectionists do not accept their limits (Hamachek, 1978). For this reason, they are hardly satisfied with their performances. Trying to live by aiming at a perfect life causes anxiety. Performance, on the other hand, is the use of knowledge that we have gained through the process of learning since birth in parallel with a purpose (Hamilton, 1975 and Kieffer and Reese 2009). When the literature is examined, it is understood that values affect the

behavior of the individual in many ways. According to Kowalski (1995), how the individual is perceived and assessed by others leads to social anxiety, whereas the fact that the individual sets very high standards in his/her own in any case is seen to cause emerging of the neurotic perfectionism. In this context, whether the social anxiety differs in accordance with the value and perfectionism levels of university students was aimed to be examined in this research which is thought to be guide for the practitioners and researchers. It is thought that the results obtained will shed light on prevention and intervention efforts which are aimed at reducing social anxiety, and will contribute to the knowledge by filling the gap in the literature.

Method

The research was conducted as general screening model and the sample of the research consisted of a total of 241 university students, including 121 girls and 120 boys who study at various parts of a state university. The Social Anxiety Scale, Schwartz Values List and Multidimensional Perfectionism Scale were used for college students in the collection of the data.

Results

There are six exogenous data (adaptation, power, self-control, success, helpfulness, hedonism, traditionality, arousal, security, universality), and two endogenous data (social anxiety and perfectionism) in the last model ($X^2 = 396.05$, $df = 120$, $p < .001$) were obtained from the results of the research. Each of the paths that were shown in the tested model was found to be statistically significant. The model was found to have high level of goodness of fit in terms of the Bentler-Bonett normed (NFI) and the Tucker-Lewis coefficient (TLI) coefficients and other compliance indices (Table 1). The relationship between endogenous (social anxiety and perfectionism) data in the model has two-way correlations with high values, and they were found statistically significant. Six exogenous data (power, success, hedonism, arousal, self-control, universality, helpfulness, traditionality, harmony, security) and two endogenous data (perfectionism and social anxiety) were taken part in the last model that was set ($X^2 = 396.05$, $df = 120$, $p < .001$). Each of the paths shown in the model was found to be statistically significant. The Bentler and Bonett's normed fit index (NFI), The Tucker-Lewis coefficient fit index (TLI), and other compliance indices show that the model has high level of goodness of fit (Table 1). Each of two-way correlations between endogenous data (perfectionism and social anxiety) in the model has high values and is statistically significant.

When the model in Figure 1 is examined, it is seen that perfectionism is the most important independent variable affecting social anxiety ($t = 7.28$, $p < .01$). The correlation coefficient value regarding this factor was found as $\beta = 0.61$. It was determined that there is a positive linear relationship between the perfectionism levels of university students and their social anxiety levels. In addition, it is seen in the tested model that the first most significant variable ($t = -2.362$, $p < .01$) affecting social anxiety is the value variable. The correlation coefficient of this factor was

determined as $\beta = -0.126$. It was determined that there is a negative linear relationship between values of university students and their social anxiety levels.

Discussion and Conclusion

As a result of the research, the predictor relations between the values and the social anxiety and perfectionism levels of the university students were examined, and it was seen that there is two-way correlation between the exogenous data of values (power, success, hedonism, arousal, self-control, universality, helpfulness, traditionality, harmony, security) and the endogenous data of values (perfectionism and social anxiety), and these were found to be statistically significant. Each of two-way correlations between endogenous data (perfectionism and social anxiety) in the model has high values, and is statistically significant. When the literature is examined, it can be said that the values have significant relationship with the structures such as anxiety of social appearance, subjective well-being (Seki and Dilmaç, 2015), loneliness (Karababa and Dilmaç 2016), forgiveness (İşler and Dilmaç, 2016), moral development level (Yıldız, 2017) and cyber bullying (Peker and İskender, 2015), and these results support the current research findings.

It was determined in research findings that there is a positive linear relationship between perfectionism levels and social anxiety levels of university students. In the direction of the research findings, it was revealed that as the perfectionism levels of the university students increase their social anxiety tendencies increase. When the literature is examined, it can be said that values have positive relationship with the structures such as the perfectionism and stress (Çam, Deniz and Kurnaz, 2014), the friendship and perceived social support (Salı and Köksal-Akyol, 2014) perceived parental authority, perceived anxiety regarding self-efficacy (Çerkez, 2012), work and life satisfaction, exam anxiety, social support and academic success (Yıldırım, Gençtanırım, Yalçın and Baydan, 2008) and the forgiveness and emotional intelligence (Kaya and Peker, 2016), and these results support the current research findings.

It was determined that there is a negative linear relationship between the value levels of university students and their social anxiety levels in the direction of the data obtained from the research. In this case, it can be said that the values of the university students are closely related to their social anxiety tendencies. When the literature is examined, it can be said that the social anxiety have positive relationship with the structures such as interaction and anxiety of being followed (Leary, 1983), meaning of life (Baş and Hamarta, 2015), level of loneliness (Karababa and Dilmaç, 2016), forgiveness (İşler and Dilmaç, 2016), self-orientation, helpfulness and universality (Kaya et al., 2017) and subjective well-being (Seki and Dilmaç, 2015), and these results support the current research findings. In addition to this, many university students have social anxiety symptoms during the period of change, or these symptoms increase during this period (İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu, 2000). Taking into account the conceptual literature on social anxiety, students may be expected to change their levels of problem solving and levels of social anxiety and perfectionism in order to change their anxiety levels regarding their appearance and the negativities in their social relations.

As a result, in this study, it was investigated whether the values and perfectionism levels of university students predict significantly their social anxiety levels or not. It was seen that there are two-way correlations between values and the exogenous data (power, success, hedonism, arousal, self-control, universality, helpfulness, traditionality, harmony, security), and between values and the endogenous data (perfectionism and social anxiety), and these findings were found to be statistically significant. It can be said that the current research has some limitations. Primarily in the study, a quantitative research method was followed to determine whether the values and perfectionism levels of the university students predict the levels of their social anxiety. The data of the study is limited with participants who have studied at various departments of a state university and voluntarily participated in the study in 2013-2014 academic years. The limitations of the study have importance in the evaluation and generalization of the results. Therefore, whether the values and perfectionism levels of university students predict their social anxiety levels can be investigated by qualitative studies in subsequent researches. Additionally, the analysis of inter-variable relationships with different study groups is important in terms of the generalizability of the results.