



## Investigation of Social Anxiety with Regards to Anxiety Sensitivity, Self-Esteem, and Interpersonal Sensitivity

Atılğan ERÖZKAN<sup>1</sup>

**ABSTRACT:** The purpose of this study is to determine the important predictors of social anxiety. Descriptive method was used in this study. Participants of the study were composed of 402 (209 females; 193 males) students studying in different departments of the Faculty of Education at Mugla University. In order to gather data Social Anxiety Scale, Anxiety Sensitivity Index-R, Rosenberg Self-Esteem Inventory, and Interpersonal Sensitivity Measure were used. Multiple hierarchical regression analysis was used for explaining social anxiety; Pearson Product-Moment Correlation analysis was also employed to search for relationships among all variables. The findings showed that the fear of publicly observable anxiety reactions subdimension of anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal awareness, need for approval, and timidity subdimensions of interpersonal sensitivity significantly predict social anxiety.

**Keywords:** Social anxiety, anxiety sensitivity, self-esteem, interpersonal sensitivity

### SUMMARY

**Purpose and significance:** This study investigated the important predictors of social anxiety level of university students according to their anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal sensitivity level. Interpersonal relationships are a one of the most common ways human beings interact with each other. But the problems that are faced in interpersonal relationships affect people's lives negatively and stand as one of the most important matters in their lives. Social anxiety is a factor that is likely to impose adverse effects on the life of the individual and distort social interaction, especially in cases where it occurs at a certain frequency, intensity, and severity. For that reason, the problem of this study is to reveal the significant relationships among social anxiety, anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal sensitivity as interpersonal relationship problems. The results of the study are thought to give important information about the formation of social anxiety in late adolescence period.

**Methods:** This research is a descriptive and correlational study. The participants in the study were 402 (209 females; 193 males) randomly selected undergraduate students studying in different departments of the Faculty of Education at Mugla University. In order to gather data Social Anxiety Scale, Anxiety Sensitivity Index-R, Rosenberg Self-Esteem Inventory, and Interpersonal Sensitivity Measure were used. SPSS for WINDOWS 16.0 was used for data analysis. Multiple hierarchical regression analysis was used for explaining social anxiety; Pearson Product-Moment Correlation analysis was also employed to search for relationships among social anxiety, anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal sensitivity.

**Results:** Results indicated that there are significant positive associations among fear of publicly observable anxiety reactions subdimension of anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal awareness, need for approval, and timidity subdimensions of interpersonal sensitivity. Results also demonstrated that the fear of publicly observable anxiety reactions subdimension of anxiety sensitivity, self-esteem, and interpersonal awareness, need for approval, and timidity subdimensions of interpersonal sensitivity significantly predict social anxiety. In this study examined various variables for predicting the social anxiety level of university students and self-esteem was found to be the most effective one.

**Discussion and Conclusions:** Social anxiety is a situation that arises in social setting as an outcome of interpersonal relationships. What lies in the basis of social anxiety is the fear of being evaluated by others as inadequate. It is known that difficulties in interpersonal relationships such as social anxiety, anxiety sensitivity, low self-esteem, interpersonal sensitivity are crucial for late adolescents. Because late adolescence has important implications for healthy physical, psychological, and social development throughout the lifespan. Late adolescents' feelings of social anxiety and social avoidance were related to their feelings of social isolation. It is believed that renewing this study by using different samples will contribute significantly to development of information on the matter. Also, studies on evaluations of changing thinking errors may take place in programs, which are prepared for students, who apply to psychological counseling and guidance services in universities for social anxiety, anxiety sensitivity, low self-esteem, and interpersonal sensitivity, in their coping with such problems. These programs may help students to overcome interpersonal relationship difficulties and problems.

<sup>1</sup>Asst.Prof.Dr.Mugla University, Faculty of Education, Department of Educational Sciences, erzkan@yahoo.com

# Sosyal Kaygının Kaygı Duyarlılığı, Benlik Saygısı ve Kişilerarası Duyarlık Açısından İncelenmesi

Atılğan ERÖZKAN<sup>2</sup>

**ÖZ:** Bu çalışmanın amacı, sosyal kaygının önemli yordayıcılarını belirlemektir. Bu çalışma, sosyal kaygının kaygı duyarlılığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık ile olan ilişkisini açıklamaya dönük betimsel bir çalışmadır. Araştırma, Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesinin farklı bölümlerinde öğrenim gören 402 kişi üzerinde (209 kız; 193 erkek) gerçekleştirilmiştir. Araştırmada Sosyal Kaygı Ölçeği, Kaygı Duyarlılığı İndeksi-Düzeltilmiş, Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri ve Kişilerarası Duyarlık Ölçeği kullanılmıştır. Sosyal kaygıyı yordayan değişkenler için çoklu hiyerarşik regresyon analizi; değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için kaygı duyarlılığının sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma alt boyutu; benlik saygısı ve kişilerarası duyarlığın kişilerarası farkındalık, onaylanma ihtiyacı ve çekingenlik alt boyutlarının sosyal kaygının önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal kaygı, kaygı duyarlılığı, benlik saygısı, kişilerarası duyarlık, üniversite öğrencileri

## GİRİŞ

Üniversite öğrencileri bağlamında içinde bulunulan dönem psikolojik sorunların oluşmasında tek başına etken olmamakla birlikte, diğer dönemlerle kıyaslandığında hızlı değişimin yarattığı uyum sorunlarının bireylerin gelişimine olan olumsuz etkilerinin daha fazla olduğu görülmektedir. Bireylerin karşılaştıkları olumsuz yaşam olaylarının psikolojik ve fizyolojik sorunlara neden olabildiği ve diğer stresörlerin de eşlik etmesi ile birlikte kaygı yaşanabildiği ileri sürülmektedir. Bu kaygı durumu, bireylerin incinebilirlik düzeylerinin artmasına neden olabilmektedir (Cohen, Burt ve Bjork, 1987). Sarason'a göre (1988) kaygı, bireyin kendisini güvensiz hissettiği durumlar karşısında gösterdiği bir tepki olarak endişe, kararsızlık, karmaşa, korku, kötümserlik ve umutsuzluk duygularını ifade etmekte, dolayısıyla fiziksel, duygusal ve sosyal yönlerden bireyin iyi oluş düzeyini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Erdur-Baker ve Bıçak tarafından (2004) üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmanın sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinin en önemli problemlerinin “gelecek kaygısı” olduğu, “üniversite yaşamına uyum ve somatik şikâyetlerin” ise ikinci derecede önemli problemler grubunu oluşturduğu ve “sosyal kaygı”, “depresyon”, “kişilerarası ilişkiler” ile ilgili problemlerin ise önem derecesine göre diğer yoğunluklu problemler olduğu saptanmıştır.

Ergenlik ile toplum yaşamında tam sorumluluk ve bağımsızlığa ulaşma dönemi arasındaki zaman kesitini kapsayan üniversite eğitimi döneminde birçok değişim yaşanmaktadır. Bu değişim döneminde birçok öğrencide sosyal kaygı belirtileri ortaya çıkmakta ya da var olan belirtiler artmaktadır (İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu, 2000). Bu noktada üniversite öğrencileri için önemli bir problem durumu olan sosyal kaygının açıklanması gerekmektedir.

Toplumsal bir varlık olan insan için iletişim kaçınılmaz bir gereksinimdir. Yaşamın önemli bir yönünü oluşturan kişilerarası ilişkiler, bireyin yaşamda mutluluk ve başarısını belirler. Oysa sosyal kaygı kişilerarası etkileşimi bozan ve bireyin tüm yaşamını olumsuz etkileyen istenmeyen bir durumdur. Sosyal kaygıya ilişkin kuram ve verilere göre, sosyal kaygı toplumsal bir davranımın gözlenme, incelenme ve değerlendirilme korkusudur (Kashdan, 2007: akt. Sübaşı, 2007).

Sosyal kaygı kişinin başkalarının yanında küçük düşeceği, sıkıntı ya da utanç duyacağı bir davranışta bulunacağı korkusudur. Bu kişiler başkaları ile etkileşimde bulunmalarını ya da herhangi bir eylemi başkalarının yanında yapmalarını gerektiren durumlardan korkarlar ve bunlardan olabildiğince kaçınmaya çalışırlar. Örneğin, genel yerlerde yemek yemekten, telefon konuşmaları yapmaktan, başkalarının yanında adlarını yazmaktan ya da imza atmaktan yoğun bir utanç, aşağılanmışlık duygusu ve korku duyarlar (Öztürk, 2002). Sosyal kaygılı bireylerde potansiyel reddedilmeye karşı oluşan aşırı

<sup>2</sup>Y.Doç.Dr. Muğla Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, erzkan@yahoo.com

duyarlık ve sosyal kabul görme arzusuna karşın sosyal geri çekilme, düşük benlik saygısı ve kabul göreceğinden emin olmadıkça ilişkiye girmekten kaçınma da söz konusudur (Erozkan, 2009).

Sosyal kaygı, sosyal durumlarda kötü performans gösterme korkusudur. Sosyal kaygılı bireyler utanma veya rezil olma konusunda kaygı duyduklarında sıklıkla fizyolojik belirtilerden yakınır. Sosyal bir ortama girdiklerinde sıklıkla kaygı duyarlığına bağlı kalp çarpıntısı, terleme, kızarma ve el titremesi meydana gelir böylece sosyal kaygılarını gerçekte olduğundan daha abartılı yaşarlar. Sosyal kaygılı bireyler başkalarının düşünceleri konusuna yoğunlaştıkları için sıklıkla onların görüşlerini ya yanlış yorumlarlar veya abartırlar. Birçok insana göre daha yoğun olumsuz algılanma korkuları vardır. Genellikle bu kişilerin benlik saygıları düşüktür çünkü aşırı kaygıları ve bu kaygıların yaşamları üzerindeki olumsuz etkisi bağlamında kaygı duyarlılıkları yüksektir (Ball ve diğerleri, 1995).

Kaygı duyarlığı ise Reiss ve McNally (1985)'nin beklenti kuramında belirtildiği gibi, kaygının ortaya çıkardığı utanma, kalp krizleri, ruhsal hastalıklar ve daha fazla kaygılanma gibi olumsuz sonuçlarla karakterize edilmiş, bireysel bir inançtır. Farklı korkuları nedeniyle yaşadıkları kaygıya ilişkin kaygı duyarlığı yüksek olan bireyler, semptomlarının artmasına da neden olurlar. Kaygı bozuklukları için bir risk faktörü olarak bilinen kaygı duyarlığı “bir kimsenin yaşayacağı kaygı belirtilerinin, hastalanmasına ya da daha fazla kaygılanmasına neden olacağına ilişkin inancı” bağlamında uyumu güçleştirici yaşantılara neden olarak, bireylerin biyolojik, psikolojik ve sosyal iyilik hallerini bozan bir yapıdır. Bu nedenle kaygı duyarlığı, kaygı bozuklukları için -özellikle sosyal kaygı için- bir risk faktörü olarak görülmektedir (Reis, 1991; Taylor, Koch, McNally ve Crockcett, 1992).

Kaygı duyarlığı, bireyin korku ve kaygı kaynaklı semptomlara (örneğin, kalp atışının hızlanması, terleme, kas kasılması, baş ağrısı) eğilimli olmasıyla oluşan bir duyarlık durumudur. Birey yaşadığı bu semptomların sonucunda, bazı negatif çıkarımlarda bulunur, başına kötü bir “şey” geleceğine inanır. Örneğin, birey kalp atışı hızlandığında korkabilir, çünkü hızlı kalp atışının kalp krizi geçirme riskini artıracığına inanır. Diğer bir kişi, kaygılı olmaktan korkabilir çünkü kaygılı olduğunda diğer bireyler tarafından olumsuz algılanacağını düşünebilir. Sonuçta birey, kaygı semptomlarından örneğin baş ağrısından korkabilir, çünkü ona göre, bu belirtiler “aklını kaçıracağı” bir işarettir. Kaygı duyarlığının kişiye, ebeveynlerinden miras kalabileceğini destekleyen bazı bilgiler bulunmaktadır. Ancak, genelde kaygı duyarlığının, geçmiş deneyimler ve yaşamın erken yıllarında meydana geldiği düşünülür. Örneğin, hastalandığında ebeveynlerinin aşırı korkulu ve tedirgin tepkiler gösterdiğini gören bir çocuk, bir süre sonra normal vücut tepkilerini tehlikeli ve tehdit edici algılamaya başlar (Asmundson, Norton ve Veleso, 1999; Catanzaro, 1993).

Kaygı duyarlığı; kaygıya dayalı duyumlara bağlı olarak solunum ile ilgili belirtilerden korkma örneğin nefes alamama-nefes daralması ve boğulacakmış gibi olmaktan korkma; kalp-damar hastalıkları ile ilgili belirtilerden korkma örneğin artan kalp atışlarına ilişkin farkındalık-kalp krizi geçirmekten korkma; bilişsel kontrolü kaybetmekten korkma örneğin gerçeklik duygusunun kaybedilmesine ilişkin hissetmeye dönük olarak ya da bir konuya-işe yoğunlaşamadığı durumlarda akıl hastası olmaktan korkma ve sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma örneğin başkalarının yanında titreme, terleme, yüz kızarması ve kaygı yaşamaya ilişkin diğer insanların ne düşüneceğinden korkma şeklinde -sosyal kaygıda olduğu gibi- dört boyutlu bir yapıdır (Reiss, 1991; Taylor, 1995). Kaygı duyarlığı ergenlik dönemini yaşamakta olan bireyler için bir incinebilirlik faktörüdür. Yüksek kaygı duyarlığı, sosyal etkileşimlere ilişkin yüksek kaygı, düşük benlik saygısı, ciddi bir duygusal yetersizlik ve reddedilme korkusu bağlamında sosyal kaygı ile birleşmektedir (Scott, Heimberg ve Jack, 2000).

Benlik saygısı kişinin kendini değerlendirmesi sonucu ulaştığı benlik kavramını kabul etmesinden doğan bir beğeni durumudur. Benlik saygısı bireyin kendini olduğu gibi, ne çok aşağı ne de çok üstün görmeden değerlendirip, sonuçtan memnun olmasıdır. Benlik saygısının düşük ya da yüksek olmasının özellikle ergenler bağlamında çok önemli anlamlarının olduğu bilinmektedir (Yörükoğlu, 2000: akt. Erozkan, 2009).

Rosenberg (1965)'e göre benlik saygısı düşük olan bireyler sosyal ilişkilerinde daha çok sorunla karşılaşarak daha fazla tehdit algılamakta ve böylece eleştiriye duyarlı hale gelmektedirler. Ayrıca düşük benlik algısı ve eleştirilme korkusu sosyal kaygıyı da beraberinde getirmektedir. Bununla birlikte benlik saygısı düşük olan bireyler çevreye uyumda ve doğal olarak iletişimde problemler ve bazı psikolojik zorlanmalar yaşayabilmektedirler. Psikolojik sorunların büyük bir çoğunluğuna düşük benlik saygısı eşlik etmektedir.

Benlik saygısı düşük olan ergenlerin, düşük benlik saygısıyla birlikte gelişebilen sosyal etkileşimlerde tehdit hissetme, sosyal ilişkilerin bozulması, tartışmalara katılmaktan kaçınma ve fizyolojik/psikolojik iyi olamama durumları söz konusudur. Tüm bu olumsuz yaşam olaylarının

bireylerin kaygı duyarlığına bağlı sosyal kaygı düzeylerinin yüksek olmasına katkı sağladığı görülmektedir (O'Connor, Berry, Weiss ve Gilbert, 2002). Sosyal kaygı ile benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı ilişkilerin bulunduğu çeşitli araştırmalar söz konusudur (Jones, Briggs ve Smith, 1986; Leary ve Kowalski, 1993).

Sosyal kaygının gelişiminde rol oynayan etmenlerin çoğunun düşük benlik saygısının gelişiminde rol oynayan etmenler ile aynı olduğu bulunmuştur. Düşük benlik saygısı, olumsuz değerlendirilme korkularına dayalı olarak artan sosyal kaygı için önemli bir etkidir. Benlik saygısı düşük olan bir birey diğer insanlar tarafından olumsuz değerlendirilme beklentisi içindedir ve bu beklenti sosyal kaçınmaya neden olmaktadır (Klonsky, Dutton ve Liebel, 1990: akt. Leary ve Kowalski, 1995). Sosyal kaygı bağlamında önemli etkileri olduğu bilinen bir diğer değişken kişilerarası duyarlıktır.

Kişilerarası duyarlık ise, kişilerarası ilişkilerde duyarlığa sahip bireylerde kolaylıkla incinme ve kırılma, diğerleri tarafından önemsenip değer verilmediğine ve buna paralel kötü davranıldığına inanma, kendini diğerlerinden daha aşağı görme, diğerlerinin yanında iken yanlış bir şeyler yapmamaya özen gösterme gibi yaşantılara neden olarak kişilerarası ilişkilerde problemler yaşanmasına -ilişkinin bozulması dahil- yol açan bir durumdur (Boyce ve diğerleri, 1991: akt. Erözkan, 2004).

Kişilerarası duyarlık yapısı diğerlerinin davranış ve düşüncelerine yersiz ve aşırı farkındalık ve duyarlığı içermektedir. Bu yapı diğerleri tarafından algılanan ya da gerçek eleştirilme korkusu, diğerlerinin davranış ve ifadeleri hakkında artan kaygı ve diğerlerinin tepkilerine ilişkin aşırı ihtiyatlı olmayı içermektedir. Kişilerarası duyarlık sıklıkla diğerlerinin davranışlarını yanlış yorumlama, kişilerarası kaçınma ve güvenli olmayan davranış şeklinde diğerleri ile bir arada olunan ortamlarda huzursuzluk yaşanmasına ilişkin sosyal kaygı ile birleşmektedir (Boyce ve diğerleri, 1992: akt. Erözkan, 2004).

Sosyal kaygılı bireylerde kişilerarası duyarlık üç bağımsız faktörden oluşur; kişilerarası kaygı ve bağımlılık, düşük benlik saygısı ve güvenli olmayan davranış. Kişilerarası duyarlığın doğasında, bireyin olumsuz değerlendirmeleri kadar kişilerarası durumlarda boyun eğici/güvenli olmayan davranışlarının da oldukça önemli bir role sahip olduğu görülmektedir. Bu noktada diğer insanlar üzerinde yapılan etkiye ilişkin endişelenme, reddedilme korkusu ile düşünülen şeyi söylemekten kaçınma, diğer insanların duygularından emin olamama ve diğerleri tarafından anlaşılmadığına ilişkin düşünceler geliştirme bağlamında sosyal kaygı yaşanması söz konusu olmaktadır (Vidyanidhi ve Sudhir, 2009). Kişilerarası duyarlığa ilişkin kişilerarası red duyarlığı da sosyal kaygının önemli bir özelliği olarak ortaya çıkmaktadır. Kişilerarası red duyarlığının kişilerarası kontrol, reddedilme korkusu, diğerlerinin davranışlarını yanlış yorumlama, aşağılık duyguları, güvenli olmayan davranış ve kişilerarası durumlardan kaçınma gibi birçok yönleri sosyal kaygının özelliklerine karşılık gelmektedir. Bu paralellikler sosyal kaygının kişilerarası red duyarlığı ile örtüşen yönlerini daha açık hale getirmektedir. Bu yüzden kişilerarası red duyarlığının, sosyal kaygılı bireylerin kişilik özelliklerini temsil edebilme yönü vardır (Rapee, 1995; Turk, Lerner, Heimberg, & Rapee, 2001).

Sonuç olarak yukarıdaki açıklamalar bağlamında sosyal kaygı, kaygı duyarlığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık arasındaki ilişkilerin belirlenmesi ve kaygı duyarlığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlığın sosyal kaygının önemli yordayıcıları olup olmadığının ortaya konması çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu çalışmanın sonuçlarının, sosyal kaygı üzerinde yordayıcı özelliklere sahip değişkenlere ilişkin önemli bilgiler verebileceği düşünülmektedir.

## YÖNTEM

Bu araştırma, sosyal kaygının kaygı duyarlığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık ile olan ilişkisini açıklamaya dönük olarak betimsel modelde tasarlanmış korelasyonel bir çalışmadır.

### Örneklem:

Araştırmanın evrenini Muğla Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğrencileri, örneklemini ise aynı fakültenin çeşitli bölümlerinden küme örnekleme yöntemiyle seçkisiz olarak belirlenen 402 kişi (209 kız; 193 erkek) oluşturmuştur.

### **Veri Toplama Araçları: Sosyal Kaygı Ölçeği:**

Ölçek Özbay ve Palancı (2001) tarafından üniversite öğrencilerinin yaşadığı sosyal kaygı içerikli sorunları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Öğrenci popülasyonuna yönelik kullanılacak şekilde geliştirilen ölçek, üniversite öğrencilerinin sosyal durumlarına uygun becerilerini ve bu durumlarda oluşabilecek kaygılarını ölçebilecek yapıda hazırlanmıştır. Ölçek kriter ve yapı geçerliğine tabi tutulmuştur. Kriter geçerliği için SCL-90-R (Derogatis, 1994) ölçeğinin ilgili beş ölçeği, Rathus Atılganlık Envanteri (Rathus, 1973) ve MMPI'nın (Butcher ve diğerleri, 1989) Sosyal İçedönüklük alt testi kullanılmıştır. Yapı geçerliğine yönelik faktör analizi sonucunda 30 maddelik üç faktörlü bir yapı oluşmuştur. Bu üç faktör, sosyal kaçınma, eleştirilme kaygısı ve bireysel değersizlik olarak adlandırılmıştır. Üç faktörün açıkladığı toplam varyans % 32.9'dur. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .83'tür. Ölçek likert tipi 0-4 aralığında beşli derecelendirmeye sahiptir. Alınan puanların yükselmesi sosyal kaygı düzeyinin yükseldiğini göstermektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .81 olarak bulunmuştur.

### **Kaygı Duyarlılığı İndeksi-Düzeltilmiş:**

Taylor ve Cox (1998) tarafından geliştirilmiş 36 maddeden oluşan ve (0) çok az (4) çok fazla şeklinde derecelenen 5'li likert tipi bir ölçektir. Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Çakmak (2006) tarafından yapılmış ve 36 maddenin ölçeğin özgün formunda olduğu gibi solunum ile ilgili belirtilerden korkma; kalp-damar hastalıkları ile ilgili belirtilerden korkma; bilişsel kontrolü kaybetmekten korkma ve sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma şeklinde dört faktör altında toplandığı ve dört faktörün toplam varyansın % 47.63'ünü açıkladığı görülmüştür. Ölçek aynı zamanda genel bir kaygı duyarlılığı puanı da vermektedir. Ölçek yüksek iç tutarlılık göstermektedir ( $\alpha=.93$ ). Alt ölçekler arasındaki güvenilirlik katsayıları .79 ile .88 arasındadır, ayrıca ölçek yüksek test-tekrar test güvenilirliği göstermektedir .83. Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (Spielberger, Gorsuch ve Lushene, 1970) ile .62; Beck Depresyon Envanteri (Beck, Rush, Shaw ve Emery, 1979) kriter olarak kullanıldığında ise korelasyon katsayısı .49 olarak bulunmuştur. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayıları solunum ile ilgili belirtilerden korkma alt boyutu için .74; kalp-damar hastalıkları ile ilgili belirtilerden korkma alt boyutu için .72; bilişsel kontrolü kaybetmekten korkma alt boyutu için .75 ve sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma alt boyutu için .82 olarak bulunmuştur.

### **Rosenberg Benlik Saygısı Envanteri:**

Rosenberg tarafından 1965 yılında geliştirilmiş olan ölçek çoktan seçmeli sorulardan yapılanmış 12 alt kategoride toplam 63 sorudan oluşmaktadır. Araştırmada kullanılan RBSÖ Benlik Saygısı Alt Ölçeği, 4'li Likert tipi bir alt ölçek olup, envanterin ilk 10 maddesini kapsamaktadır. Cevaplar, cevap anahtarının öngördüğü şekilde, tekli, ikili ya da üçlü gruplara ayrılarak puanlandığından, alt ölçek toplam puan yayılım genişliği 0-6 arasındadır. Toplamda, 0-1 puan alanlar "yüksek", 2-4 puan alanlar "orta" ve 5-6 puan alanlar "düşük" benlik saygısına sahip kişiler olarak nitelendirilir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalar kapsamında öncelikle dil geçerliği sağlanan ölçeğin güvenilirlik ve geçerlik işlemleri, test-tekrar test güvenilirliğinde alt testler için elde edilen güvenilirlik katsayılarının .46-.89; Belirti Tarama Listesi'nin (SCL-90-R) (Derogatis, 1994) alt testleri ile yapılan ölçüt bağımlı geçerlik korelasyonlarının ise .45 ve .70 arasında değiştiğini göstermiştir. Ayrıca, normal ve psikiyatrik hasta gruplarından elde edilen ortalama benlik saygısı puanları, normal grup lehine anlamlılık taşımış ve bulgular kuramsal yapı geçerliğini desteklemiştir (Çörüş, 2001). Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .78 olarak bulunmuştur.

### **Kişilerarası Duyarlılık Ölçeği:**

Bireylerin kişilerarası ilişkilerde diğer bireylerle olan yaşantılarına dayalı duyarlılık düzeylerini belirlemek için Boyce ve Parker (1989) tarafından geliştirilmiş 36 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçek kişilerarası davranış, sosyal geribildirim ve diğerleri tarafından (algılanan ya da gerçek) olumsuz değerlendirilmeye aşırı duyarlılığı değerlendirmektedir. 1=Bana hiç uygun değil, 4=Bana çok uygun şeklinde cevaplanan dördümlü derecelendirmeye sahip likert tipi bir ölçektir. Ölçek bir toplam puan ve beş

alt ölçek (Kişilerarası Farkındalık, Onaylanma İhtiyacı, Ayrılma Anksiyetesi, Çekingenlik ve Kırılğan İç Benlik) puanları içerir. Kişilerarası Duyarlık Ölçeği depresif popülasyonlarda kullanılması bağlamında geçerliği ve güvenilirliği yüksek olan bir ölçektir. İç tutarlık katsayısı .86 ve altı haftalık test tekrarı güvenilirliği .70'tir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Erözkan (2004) tarafından yapılmış ve 36 maddenin ölçeğin özgün formunda olduğu gibi beş faktör altında toplandığı ve beş faktörün toplam varyansın % 37.33'ünü açıkladığı görülmüştür. Beş alt ölçek için güvenilirlik katsayılarının Kişilerarası Farkındalık .73, Onaylanma İhtiyacı .77, Ayrılma Anksiyetesi .75, Çekingenlik .76 ve Kırılğan İç Benlik .77 olduğu; genel güvenilirlik katsayısının ise .84 olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada beş alt ölçek için güvenilirlik katsayılarının Kişilerarası Farkındalık .76, Onaylanma İhtiyacı .75, Ayrılma Anksiyetesi .73, Çekingenlik .78 ve Kırılğan İç Benlik .74 olduğu; genel güvenilirlik katsayısının ise .83 olduğu bulunmuştur.

### Veri Analizleri:

Veri analizinde veriler hatalı ya da eksik değer, aykırı değer ve çoklu bağlantı açısından incelenmiş, yanlışlıkla hatalı girildiği düşünülen değerler hatalı değer analizinde düzeltilmiştir. Eksik değer analizinde, rastlantısal olarak çok az sayıda boş bırakılan maddelerin yerine beklenti büyütme (Expectation-Maximization) algoritması yoluyla atama yapılmıştır. Aykırı değer analizinde ise  $\chi^2_{8,01}=20.09$  tablo değerinin üzerinde bir Mahalanobis uzaklık değerine sahip olan aykırı değerlerin yer aldığı 12 gözlem veri setinden çıkarılmıştır. Bağımsız değişkenler arasındaki ikili korelasyonların düşük düzeyde çıkmış olması değişkenler arası çoklu bağlantının (Multicollinearity) olmadığını göstermiştir. Varyans büyütme faktörü (Variance Inflation Factor) değerinin 5'in altında; tolerans değerinin .20 den yüksek ve koşul indeksinin 30'dan küçük olduğu görülmüş sonuç olarak veri setinde 402 gözlem kalmıştır.

Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi, sosyal kaygıyı yordayan değişkenlerin belirlenmesi için çoklu hiyerarşik regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizinde .05 anlamlılık düzeyi esas alınmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın bulgular bölümünde öğrencilere uygulanan sosyal kaygı ölçeği, kaygı duyarlılığı indeksi-düzeltilmiş, Rosenberg benlik saygısı envanteri ve kişilerarası duyarlık ölçeği'nden elde edilen veriler ve bu verilerin istatistiksel teknikler sonucu ortaya çıkan bulguları ile bu bulgulara ilişkin yorumlar sunulmaktadır.

Tablo 1. Sosyal kaygı, kaygı duyarlılığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık arasındaki korelasyonlar

DEĞİŞ.	Sol.	Bel.	Kalp Da.	Bil.	Kon.	Sos.	Ort.	Ben.	Say.	Kışar.	F.	Onay.	İh.	Ayr.	An.	Çekin.	Kır.	İç B.
Sos. Kay.	.12	.11	.14	.32**	-.44**	.30**	.21*	.12	.33**	.14								

\*\*p<.01 \*p<.05

Yapılan korelasyon işleminde sosyal kaygı, kaygı duyarlılığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık arasındaki ilişkiler Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizi ile incelenmiştir. Sosyal kaygı ile kaygı duyarlılığının alt boyutlarından sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma ( $r=.32, p<.01$ ) arasında orta düzeyde ve pozitif yönde; sosyal kaygı ile benlik saygısı ( $r=-.44, p<.01$ ) arasında orta düzeyde ve negatif yönde ve sosyal kaygı ile kişilerarası duyarlığın alt boyutlarından kişilerarası farkındalık ( $r=.30, p<.01$ ) ve çekingenlik ( $r=.33, p<.01$ ) arasında orta düzeyde ve pozitif yönde, onaylanma ihtiyacı ( $r=.21, p<.05$ ) arasında ise düşük düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişkilerin olduğu görülmektedir. Diğer korelasyonlar Tablo 1'de verilmiştir.

Sosyal kaygının önemli yordayıcıları çoklu hiyerarşik regresyon analizi ile incelenmiştir. Üç adımda gerçekleştirilen çoklu hiyerarşik regresyon analizine birinci adımda kaygı duyarlılığı; ikinci adımda benlik saygısı; üçüncü ve son adımda kişilerarası duyarlık girilmiştir.

Tablo 2. Sosyal kaygıya ilişkin çoklu hiyerarşik regresyon analizi

Mod.	Yord.	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> <sub>ch</sub>	F	df	Beta	$\beta$	p
1	(Sabit)	.30	.09	.12	11.20	4/397			
	Sol. Bel.						.12	.09	.19
	Kalp Da.						.10	.08	.23
	Bil. Kon.						.13	.10	.15
	Sos. Ort.						.19	.18	.00
2	(Sabit)	.39	.16	.11	15.99	1/396			
	Ben. Say.						-.21	-.25	.00
3	(Sabit)	.41	.16	.15	17.01	5/391			
	Kışar. F.						.17	.17	.00
	Onay. İh.						.12	.13	.03
	Ayr. An.						.09	.09	.20
	Çekin.						.18	.20	.00
	Kır. İç B.						.11	.10	.15

Modele birinci adımda girilen kaygı duyarlılığının özgün katkısının model içerisinde anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^2=.09$ ,  $F_{(4/397)}=11.20$ ,  $p<.01$ ). Kaygı duyarlılığının solunum ile ilgili belirtilerden korkma ( $\beta=.09$ ,  $p>.05$ ), kalp-damar hastalıkları ile ilgili belirtilerden korkma ( $\beta=.08$ ,  $p>.05$ ) ve bilişsel kontrolü kaybetmekten korkma ( $\beta=.10$ ,  $p>.05$ ) alt boyutlarının özgün katkılarının model içerisinde anlamlı olmadığı; sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma ( $\beta=.18$ ,  $p<.01$ ) alt boyutunun özgün katkısının ise model içerisinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Modele ikinci adımda girilen benlik saygısının özgün katkısının anlamlı olduğu görülmektedir ( $R^2=.16$ ,  $F_{(1/396)}=15.99$ ,  $p<.01$ ). Modele üçüncü ve son adımda girilen kişilerarası duyarlılığın özgün katkısının model içerisinde anlamlı olduğu belirlenmiştir, ( $R^2=.16$ ,  $F_{(5/391)}=17.01$ ,  $p<.01$ ). Kişilerarası duyarlılığın alt boyutlarından kişilerarası farkındalık ( $\beta=.17$ ,  $p<.01$ ), onaylanma ihtiyacı ( $\beta=.13$ ,  $p<.05$ ) ve çekingenliğin ( $\beta=.20$ ,  $p<.01$ ) özgün katkılarının model içerisinde anlamlı olduğu; ayrılma anksiyetesi ( $\beta=.09$ ,  $p>.05$ ) ve kırılma iç benliğinin ( $\beta=.10$ ,  $p>.05$ ) özgün katkılarının ise model içerisinde anlamlı olmadığı anlaşılmıştır.

## TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada kaygı duyarlılığının alt boyutu olan sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkma, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlılığın alt boyutları olan kişilerarası farkındalık, onaylanma ihtiyacı ve çekingenliğin sosyal kaygının önemli yordayıcıları oldukları görülmektedir. Yüksek kaygı duyarlılıkları ve buna paralel düşük benlik saygıları ve aşırı/yersiz kişilerarası duyarlılıkları yönüyle bireyler çeşitli düzeylerde sosyal kaygı yaşayabilmektedirler. Başkalarının yanında titreme, terleme, yüz kızarması ve kaygı yaşamaya ilişkin diğer insanların ne düşüneceğinden korkma şeklinde yaşanan bir kaygı duyarlılığı olarak karakterize edilen sosyal ortamlarda fark edilebilen kaygı belirtilerinden korkmaya ilişkin özellikler ile sosyal kaygının özelliklerinin büyük ölçüde örtüştüğü görülmektedir.

Sosyal kaygılı bireyler sosyal etkileşim kurarken dikkatlerinin büyük bir kısmını kendilerine yöneltirler ve bu türden bir odaklanma kaygı duyarlılığı düzeyinin artmasına neden olur (Hope, Heimberg ve Klein, 1990). Kaygı duyarlılığı sosyal bir etkileşimdeki üniversite öğrencilerinin kaygılı tepkilerinin önemli bir yordayıcısı olarak bulunmuştur (Gore, Carter ve Parker, 2002). Reiss ve McNally (1985) kaygı duyarlılığının kaygı bozukluklarının gelişimi ve devam etmesinde önemli bir rolü olduğunu, özellikle sosyal kaygının gelişimi ve sürmesinde bir risk faktörü olduğunu belirtmişlerdir.

Benlik saygısı düşük olan bireylerin sosyal ilişkilerinde daha çok sorunla karşılaştıkları buna ilişkin daha fazla tehdit algıladıkları ve böylece eleştiriye daha duyarlı oldukları belirtilmektedir (Rosenberg, 1965). Düşük benlik saygısı bireylerin sosyal ortamlarda kaygı yaşamalarına neden olmaktadır. Çünkü düşük benlik saygısı kişide mantık dışı reddedilme korkularına, eleştirilme kaygılarına ve kişilerarası ilişkilerde başarısız olma beklentilerine yol açmaktadır (Baldwin ve Sinclair, 1996; Baldwin ve Main, 2001; de Jong, 2002). Sosyal kaygılı bireylerin kendilerine ilişkin olumsuz düşüncelere sahip olmaları, diğer insanlardan gelen olumlu geri bildirimleri dikkate almayıp özellikle olumsuz geri bildirimlere odaklanmaları düşük benlik saygısı geliştirmelerine neden olmaktadır. Böylece

sosyal kaygı ve düşük benlik saygısı arasındaki neden-sonuç ilişkisinin anlaşılması her iki yapının gelişimindeki ortak unsurları anlamayı da kolay kılmaktadır (Eren-Gümüş, 2006).

Sosyal kaygılı bireyler sosyal ortamlardaki kendine güvensizlik, düşük benlik saygısı ve kabul edilmeyeceklerine ilişkin beklentileri ile kişilerarası duyarlılıkları yüksek olan bireylerdir. Sosyal ilişkilerinde tehdit algıladıkları durumlarda kendileri hakkında olumsuz değerlendirme yapma eğilimindedirler (Clark ve Wells, 1995). Başkalarının kendileri hakkındaki düşüncelerine ve duygularına daha fazla önem veren ve buna bağlı olarak kişilerarası farkındalık düzeyleri yüksek olan bireyler bağlamında kişilerarası duyarlılığın sosyal kaygı ile benzerlik gösterdiği dikkate değerdir. Kişilerarası duyarlılığın onaylanma ihtiyacı alt boyutu da diğer bireylere göre daha fazla kabul görme ve reddedilmeme beklentileri bağlamında sosyal kaygı ile ilişkilidir. Aynı şekilde kişilerarası duyarlılığın diğer bir alt boyutu olan çekingenliğin de -çekingen bireylerin sosyal ve duygusal ilişkilerinde kaçınma, kendilerine güvenmeyen, girişken olmayan davranış biçimleri sergilemeleri bağlamında- sosyal kaygılı bireylerin özellikleri ile benzer özellikleri içerdiği görülmektedir (Davidson, Zisook, Giller ve Helms, 1989).

Sosyal kaygılı bireylerde yaşanan aşırı ve yersiz kişilerarası duyarlık bu bireyleri kişilerarası ilişki gerektiren durumlardan kaçınmaya sevk etmektedir (Starcevic ve Uhlenhuth, 1996). Kişilerarası duyarlık diğer insanlar üzerinde yapılan etkiye ilişkin endişelenme, reddedilme korkusu ile düşünülen şeyi söylemekten kaçınma, diğer insanların duygularından emin olamama ve diğerleri tarafından anlaşılmadığına ilişkin düşünceler geliştirme bağlamında (Erozkan, 2009) sosyal kaygı için bir risk faktörü olarak görülebilir.

Yüksek kaygı duyarlılığı (Ball ve diğerleri, 1995; Güz ve Dilbaz, 2003; Rodriguez ve diğerleri, 2004; Scott, Heimberg ve Jack, 2000; Zinbarg, Barlow ve Brown, 1997) düşük benlik saygısı (Baldwin ve Sinclair, 1996; Baldwin ve Main, 2001; Eren-Gümüş, 2006; Sübaşı, 2007) ve aşırı/yersiz kişilerarası duyarlık (Boyce ve diğerleri, 1992; Palancı, 2004; Vidyandhi ve Sudhir, 2009) ile sosyal kaygı arasında ilişki olduğunu vurgulayan çeşitli araştırmalarda kaygı duyarlılığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlılığın sosyal kaygının önemli yordayıcıları olduklarına ilişkin bulgular vardır.

Kaygının neden olduğu bilişsel, psiko-sosyal ve fizyolojik problemler ve bunlara ilişkin daha fazla kaygılanma gibi olumsuz sonuçlar doğuran yüksek kaygı duyarlılığı; değersizlik ve çaresizlik duyguları ile birleşen düşük benlik saygısı ve diğer bireylerin davranış ve geri bildirimleri hakkında artan kaygıya bağlı kişilerarası duyarlılığın son ergenlik dönemindeki bireylerin sosyal kaygı yaşama olasılığını etkileyebileceğinin belirtilmesinde yarar görülmektedir. Özellikle son ergenlik döneminde bireylerin çözmek durumunda kaldıkları pek çok problem olduğu düşünüldüğünde bireylerin bu problemlerin üstesinden gelmeleri, daha mutlu ve başarılı olabilmeleri ve kişi içi ve kişilerarası uyumlu insanlar olarak geleceğe daha umutlu bakabilmeleri açısından önemlidir. Yetişkin yaşama hazırlanan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygılarının azaltılması için sağlanacak psikolojik yardımlar, bu bireylerin kendilerini geliştirmelerine olanak verecek, başarı ve üretkenliklerine katkıda bulunacak biçimde sunulmalıdır.

Bireylerin kişi içi, kişilerarası ve akademik iyi oluşlarında önemli rol oynadığı araştırma sonuçlarıyla ortaya konan kaygı duyarlılığı, düşük benlik saygısı, kişilerarası duyarlık ve buna bağlı sosyal kaygının azaltılmasına yönelik yapılacak çalışmalarda kişilerarası problem çözme becerilerinin geliştirilmesine ilişkin etkinliklere yer verilmesi gerekli görülmektedir. Bu bağlamda sahip oldukları kaygı duyarlılığı, düşük benlik saygıları, aşırı ve yersiz kişilerarası duyarlılıkları yönüyle sosyal kaygı yaşayabilen üniversite öğrencileri için üniversitelerin rehberlik ve psikolojik danışma birimlerince etkili kişilerarası iletişim becerileri, etkili kişilerarası problem çözme becerileri ve sosyal beceri eğitiminin yer aldığı yardım programlarının sunulmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Örneklemin üniversite öğrencilerinden oluşması yönüyle elde edilen sonuçlar benzer özellikteki gruplara genellenebilir. Bu çalışmada sosyal kaygı ile kaygı duyarlılığı, benlik saygısı ve kişilerarası duyarlık arasındaki ilişkiler ele alındığından, ilerleyen süreçte farklı değişkenlerle daha detaylı bilgilere ve bulgulara ulaşılabilir. Bu araştırmanın bulguları ileriye dönük deneysel ve boyamsal desenlerin kullanılacağı çalışmalarla desteklenebilir.



## KAYNAKÇA

- Asmundson, G.J.G., Norton, P.J., & Veleso, F. (1999). Anxiety sensitivity and fear of pain in patients with recurring headaches. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 703-713.
- Baldwin, M.W., & Main, K.J. (2001). The cued activation of relational schemas in social anxiety. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1637-1647.
- Baldwin, M.W., & Sinclair, L. (1996). Self-esteem and "if...then" contingencies of interpersonal acceptance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1130-1141.
- Ball, S.G., Otto, M.W., Pollack, M.H., Uccello, R., & Rosenbaum, J.F. (1995). Differentiating social phobia and panic disorder: a test of core beliefs. *Cognitive Therapy and Research*, 19, 473-482.
- Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., & Emery, G., (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford Press: New York.
- Boyce, P., & Parker, G. (1989). Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 23, 341-351.
- Boyce, P., Parker, G., Barnett, B., Cooney, M., & Smith, F. (1991). Personality as a vulnerability factor to depression. *British Journal of Psychiatry*, 159, 106-114.
- Boyce, P., Hickie, I., Parker, G., Mitchell, P., Wilhelm, K., & Brodaty, H. (1992). Interpersonal sensitivity and the one-year outcome of a depressive episode. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 26, 156-161.
- Butcher, J.N., Dahlstrom, W.G., Graham, J.R., Tellegen, A., & Kaemmer, B. (1989). *The Minnesota Multiphasic Personality Inventory-2 (MMPI-2): Manual for administration and scoring*. Minneapolis, University of Minnesota Press: MN.
- Catanzaro, S.J. (1993). Mood regulation expectancies, anxiety sensitivity and emotional disorders. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 327-330.
- Clark, D.M., & Wells, A. (1995). A cognitivemodel of social phobia. In: R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D.A. Hope, & F.R. Schneier (Eds.), *Social phobia: diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). Guilford Press: New York.
- Cohen, L.H., Burt, C.E., & Bjork, J.B. (1987). Life stress and adjustment: effects of life events experienced by young adolescents and their parents. *Developmental Psychology*, 23, 583-592.
- Çakmak, S.Ş. (2006). *Psychometric properties of anxiety sensitivity index-revised and the relationship with drinking motives and alcohol use in Turkish university students and patients*. Unpublished Master Thesis, Graduate School of Social Sciences, Middle East Technical University, Ankara.
- Çörüş, G. (2001). *Son ergenlikte öz-değeri etkileyen ailesel değişkenler: Bilişsel kuram açısından bir değerlendirme*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniveristesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Bölümü, Ankara.
- Davidson, J.R., Zisook, S., Giller, E., & Helms, M. (1989). Symptoms of interpersonal sensitivity in depression. *Comprehensive Psychiatry*, 30, 357-368.
- 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
- Derogatis, L.R. (1994). *Symptom Checklist-90-R: Administrative scoring and procedures manual*. Minneapolis, NCS Pearson, MN.
- Erdur-Baker, Ö. ve Bıçak, B. (2004). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sorunları. *XIII.Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Eren-Gümüş, A. (2006). Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3, 63-75.
- Erozkan, A. (2009). The relationship between attachment styles and social anxiety: an investigation with Turkish university students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 37, 835-844.
- Erözkan, A. (2004). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası duyarlılıkları ile reddedilme duyarlılıklarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Erözkan, A. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinde depresyonun yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8, 334-345.
- Gore, K.L., Carter, M.M., & Parker, S. (2002). Predicting anxious response to a social challenge: the predictive utility of the social interaction anxiety scale and the social phobia scale in a college population. *Behaviour Research and Therapy*, 40, 689-700.
- Güz, H. ve Dilbaz, N. (2003). Sosyal kaygı bozukluğu ile panik bozukluğu olgularının demografik ve bazı klinik özellikler açısından karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 6, 32-38.
- Hope, D.A., Heimberg, R.G., & Klein, J.F. (1990). Social anxiety and the recall of interpersonal information. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 4, 185-195.

- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N. (2000). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1, 207-214.
- Johnston, L.D., O'Malley, P.M., & Bachman, J.G. (2001). *Monitoring the future national survey results on drug use, 1975-2000. Vol. I: Secondary school students (NIH Publication No. 01-4924)*. Bethesda, MD: National Institute on Drug Abuse.
- Jones, W.H., Briggs, S.R., & Smith, T.G. (1986). Shyness: conceptualization and measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 629-639.
- Kashdan, B.T. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: theoretical synthesis and meta-analyss. *Clinical Psychology Review*, 27, 348-365.
- Klonsky, B.G., Dutton, D.L., & Liebel, C.N. (1990). Developmental antecedents of private self-consciousness, public self-consciousness and social anxiety. *Genetic, Social, and General Psychology Monographs*, 116, 275-297.
- Leary, M.R., & Kowalski, R.M. (1993). The Interaction anxiousness scale: construct and criterion-related validity. *Journal of Personality Assesment*, 61, 136-146.
- Leary, M.R., & Kowalski, R.M. (1995). The self-presentational model of social phobia. In R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D.A. Hope, & F.R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment and treatment* ( pp. 94-112). Guilford Press: New York.
- O'Connor, L.E., Berry, J.W., Weiss, J., & Gilbert, P. (2002). Guilt, fear, submission, and empathy in depression. *Journal of Affective Disorders*, 71, 19-27.
- Özbay, Y. ve Palancı, M. (2001). Sosyal kaygı ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi*, ODTÜ, 5-7 Eylül Ankara.
- Öztürk, O. (2002). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
- Palancı, M. (2004). Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı sorunlarını açıklamaya yönelik bir model çalışması. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*, İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Rapee, R.M. (1995). Descriptive psychopathology of social phobia. In R.G. Heimberg, M.R. Liebowitz, D.A. Hope, & F.R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 41-66). Guilford Press, New York.
- Rathus, S.A. (1973). A 30-item schedule for assessing assertive behavior. *Behavior Therapy*, 4, 398-406.
- Reiss, S., & McNally, R.J. (1985). Expectancy model of fear. In S. Reiss & R.R. Bootzin (Eds.), *Theoretical issues in behavior therapy*, (pp. 107-121) Academic Press: San Diego, CA.
- Reiss, S. (1991). Expectancy model of fear, anxiety, and panic. *Clinical Psychology Review*, 11, 141-153.
- Rodriguez, B.F., Bruce, S.E., Pagano, M.E., Spencer, M.A., & Keller, M.B. (2004). Factor structure and stability of the anxiety sensitivity index in a longitudinal study of anxiety disorder patients. *Behavior Research and Therapy*, 42, 79-91.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press: New Jersey.
- Sarason, I.G. (1988). Anxiety, self-preoccupation and attention. *Anxiety Research*, 1, 3-7.
- Scott, E.L., Heimberg, R.G., & Jack, M.S. (2000). Anxiety sensitivity in social phobia: comparison between social phobics with and without panic attacks. *Depression & Anxiety*, 12, 189-192.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., & Lushene, R.E. (1970). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory*. Consulting Psychologists Press: Palo Alto, CA.
- Starcevic, V., & Uhlenhuth, E.H. (1996). Personality dimensions in panic disorder before and after effective treatment. *Anxiety*, 2, 87-104.
- Sübaşı, G. (2007). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, 32, 3- 15.
- Taylor, S., Koch, W.J., McNally, R.J., & Crockett, D.J. (1992). Conceptualizations of anxiety sensitivity. *Psychological Assessment*, 4, 245-250.
- Taylor, S. (1995). Anxiety sensitivity: Theoretical perspectives and recent findings. *Behaviour Research and Therapy*, 33, 243-258.
- Taylor, S., & Cox, B.J. (1998). An expanded anxiety sensitivity index: evidence for a hierarchic structure in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 12, 463-484.
- Turk, C.L., Lerner, J., Heimberg, R.G., & Rapee, R.M. (2001). An integrated cognitive-behavioral model of social anxiety. In S.G. Hofmann, & P.M. DiBartolo (Eds.), *From social anxiety to social phobia: Multiple perspectives* (pp. 281-303). Needham Heights, Allyn and Bacon, MA.
- Vidyanidhi, K., & Sudhir, P. M. (2009). Interpersonal sensitivity and dysfunctional cognitions in social anxiety and depression. *Asian Journal of Psychiatry*, 2, 25-28.
- Yörükoğlu, A. (2000). *Çocuk ruh sağlığı*. Özgür Yayınları, İstanbul.
- Zinbarg, R.E., Barlow, D.H., & Brown, T.A. (1997). Hierarchical structure and general factor saturation of the Anxiety Sensitivity Index: evidence and implications. *Psychological Assessment*, 9, 277-284.