SOSYAL KAYGI İÇİN KAVRAMSALLAŞTIRMA VE MODELLEME ÇALIŞMASI

BATTAL GÖKTÜRK GÖK

TARAFINDAN

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT
ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER
ENSTİTÜSÜNE SUNULAN TEZ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZİRAN 2019

Sosyal Bilimler Enstitüsü Onayı

_____

Doç Dr. Seyfullah Yıldırım
Enstitü Müdürü

Bu tezin Yüksek Lisans derecesi için gereken tüm şartları sağladığını tasdik ederim.

_____

Prof. Dr. Cem Şafak Çukur
Anabilim Dalı Başkanı

Okuduğumuz ve savunmasını dinlediğimiz bu tezin bir Yüksek Lisans derecesi için gereken tüm kapsam ve kalite şartlarını sağladığını beyan ederiz.

_____

Doç. Dr. Özden Yalçınkaya Alkar
Danışman

Jüri Üyeleri

Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta Şendağ (UFUK, Psikoloji) _____

Doç Dr. Özden Yalçınkaya Alkar (AYBÜ, Psikoloji) _____

Dr. Öğr. Üyesi Halime Şenay Güzel (AYBÜ, Psikoloji) _____

Bu tez içerisindeki bütün bilgilerin akademik kurallar ve etik davranış çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu beyan ederim. Ayrıca bu kurallar ve davranışların gerektirdiği gibi bu çalışmada orijinal olmayan her tür kaynak ve sonuçlara tam olarak atıf ve referans yaptığımı da beyan ederim; aksi takdirde tüm yasal sorumluluğu kabul ediyorum.

Adı Soyadı : Battal Göktürk Gök

İmza :

ÖZET

SOSYAL KAYGI İÇİN KAVRAMSALLAŞTIRMA VE MODELLEME ÇALIŞMASI

Gök, Battal Göktürk
Yüksek Lisans, Psikoloji Bölümü
Tez Yöneticisi : Doç. Dr. Özden Yalçınkaya Alkar

Haziran 2019, 203 sayfa

Mevcut çalışma, önerilen yapısal model çerçevesinde sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkileri incelemeyi amaçlamaktadır. Öncelikle, bu amaç doğrultusunda, olumsuz değerlendirilme korkusunu daha güncel bir ölçüm aracıyla belirleyebilmek için Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II) ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler (ODKÖK-D) Türkçe'ye çevrilerek psikometrik özellikleri incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, ODKÖK-II ve ODKÖK-D Türkçe versiyonlarının yeterli psikometrik özelliklere sahip oldukları belirlenmiştir. Ana çalışmada ise, sosyal kaygı ile ilgili önerilen süreçler yapısal eşitlik modellemesi ile test edilmiştir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, anlamlı, on bir doğrudan ve dokuz dolaylı etki bulunmuştur. Modelde, sosyal kaygıyı doğrudan en fazla etkileyen değişkenler, sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu, kendilik algısı, benlik saygısı

ve olumsuz değerlendirilme korkusu olarak ön plana çıkmaktadır. Aynı zamanda, sosyal kaygının da olay sonrası işlemlemeyi anlamlı bir şekilde doğrudan etkilediği tespit edilmiştir. Dolaylı etkilere bakıldığında, kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide değerlendirilme korkularının sıralı aracılık etkilerinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide de değerlendirilme korkuları sıracı aracılık etkisine sahiptir. Diğer taraftan, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı role sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Son olarak, model kapsamındaki doğrudan ve dolaylı tüm etkiler kuramsal bilgiler ışığında tartışılmış, modelin teorik ve klinik etkileri ile birlikte gelecek araştırmalar için önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı, olay sonrası işlemleme

ABSTRACT

A CONCEPTUALIZATON AND MODELLING STUDY FOR SOCIAL ANXIETY

Gök, Battal Göktürk

M.A., Department of Psychology

Supervisor : Assoc. Prof. Dr. Özden Yalçınkaya Alkar

June 2019, 203 pages

The present study aims to examine the relationship between social anxiety, fear of negative evaluation, fear of positive evaluation, self-esteem, self-perception and post-event processing within the framework of proposed structural model. First of all, in order to determine the fear of negative evaluation with a more recent measurement tool, Brief Fear of Negative Evaluation Scale-II (BFNE-II) and Brief Fear of Negative Evaluation Scale-Straightforward Items (BFNE-S) were adapted into Turkish and their psychometric properties were examined. According to the results of the analysis, it was determined that the Turkish versions of BFNE-II and BFNE-S have adequate psychometric properties. In the main study, proposed processes related to social anxiety were tested with structural equation modeling. According to the results of the analysis, eleven direct and nine indirect effects were found. In the model, the effect size of the variables that directly effect social anxiety comes to the fore as fear of positive evaluation, self-perception, self-esteem, and fear of negative evaluation, respectively. At the same time, it was determined that social

anxiety has a significant direct effect on post-event processing. Considering the indirect effects, sequential (or serial) mediating effects of fears of evaluation in the relationship between self-perception and social anxiety were significant. Similarly, fears of evaluation in the relationship between self-esteem and social anxiety have a sequential mediating effect. On the other hand, the results demonstrated that, fear of negative evaluation appeared to have a mediating role in the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety. Finally, all the direct and indirect effects within the scope of the model were discussed in the light of the theoretical background, and the theoretical and clinical implications of the model as well as suggestions for future research were made.

Keywords: social anxiety, fear of negative evaluation, fear of positive evaluation, self-esteem, self-perception, post-event processing

En zor zamanlarımda yanımda olan aileme…

TEŞEKKÜR

Bu çalışmada, öncelikle, değerli hocam ve danışmanım Doç Dr. Özden Yalçınkaya Alkar'a bu yorucu ve öğretici yolculuğum boyunca destek ve rehberliği için teşekkürü borç bilirim. En başından itibaren, ihtiyaç duyduğum anlarda beni doğru yöne yönlendirdi.

Tez jürime özellikle teşekkür etmek istiyorum. Dr. Öğr. Üyesi Meltem Anafarta Şendağ'a zaman ayırdığı ve detaylar konusundaki dikkati için minnettarlık borcum var. Dr. Öğr. Üyesi Halime Şenay Güzel'e yüksek lisans eğitimim boyunca öğrettikleri ve önerileri için teşekkür etmek istiyorum.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi ve Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'ndeki arkadaşlarım, beni dinlediğiniz, bana tavsiyede bulunduğunuz ve bu süreç boyunca beni desteklediğiniz için teşekkür ederim. Bu süreç boyunca, yanımda olan ve desteklerini esirgemeyen çocukluk arkadaşım Murat Alpay'a özellikle teşekkür ederim.

Ayrıca, belirtmek gerekir ki, bu yolculuk ailemin desteği olmadan mümkün olamazdı; annem Elife (Kök) Gök, babam Namık Gök ve kardeşim Gökberk Gök'e bu tezi yazarken ve genel olarak hayatım boyunca manevi olarak destek verdikleri için teşekkür ederim.

Son olarak, çalışmaya katkıda bulunan herkese teşekkürü borç bilirim.

İÇİNDEKİLER

İNTİHAL iii
ÖZET iv
ABSTRACT vi
TEŞEKKÜR ix
İÇİNDEKİLER x
TABLOLAR LİSTESİ xv
ŞEKİLLER LİSTESİ xvii
BÖLÜM
1. GİRİŞ 1
1.1. Sosyal Kaygı 3
1.1.1. Sosyal Kaygı Bozukluğunun Epidemiyolojisi 9
1.1.2. Eştanılı Bozukluklar 13
1.1.3. Kuramsal Çerçevede Sosyal Kaygı 14
1.1.3.1. Evrimsel ve Gelişimsel Kuramlar Açıdan Sosyal Kaygı 14
1.1.3.2. Sosyal Kaygıyla İlgili Bilişsel Modeller 17
1.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu 24
1.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu 26
1.4. Olay Sonrası İşlemleme 29
1.5. Benlik Saygısı 32
1.6. Kendilik Algısı 37
1.7. Araştırmanın Genel Amaçları ve Hipotezleri 41
2. ÇALIŞMA I: OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU REVİZYONLARININ (ODKÖK-II ve ODKÖK-D) TÜRKÇE'YE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI 43
3. ÇALIŞMA I YÖNTEM 46
3.1. Örneklem 46
3.2. Veri Toplama Araçları 49

3.2.1. Demografik Bilgi Formu 49
3.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II) 49
3.2.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler (ODKÖK-D) 51
3.2.4. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ) 52
3.2.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) 53
3.2.6. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) 54
3.3. İşlem 55
3.4. Verilerin Analizi 56
4. ÇALIŞMA I BULGULAR 57
4.1. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Geçerliğine İlişkin Bulgular 57
4.1.1. ODKÖK-II'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Yapı Geçerliğinin Test Edilmesi 57
4.1.2. ODKÖK-D'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Yapı Geçerliğinin Test Edilmesi 60
4.1.3. Kriter Geçerliği 63
4.2. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Güvenirliğine İlişkin Bulgular 64
4.2.1. İç Tutarlılığa İlişkin Güvenirlik Analizi Bulguları 64
4.2.2 Testi Yarılama Yöntemi ile Güvenirlik Analizi Sonuçları 65
4.3. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Cinsiyete Göre İncelenmesi 66
5. ÇALIŞMA I TARTIŞMA 67
5.1. ODKÖ-KII ve ODKÖK-D'nin Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi 68
5.2. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler 71
5.3. Çalışmanın Sonuçları ve Klinik Önemi 72
6. ÇALIŞMA II: ANA ÇALIŞMA 74
7. ÇALIŞMA II YÖNTEM 78
7.1. Örneklem 78
7.2. Veri Toplama Araçları 81
7.2.1. Demografik Bilgi Formu 82
7.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II) 82
7.2.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) 82

7.2.4. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ) 83
7.2.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) 83
7.2.6. Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği (TDÖ) 83
7.2.7. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) 84
7.3. İşlem 85
7.4. Verilerin Analizi 86
8. ÇALIŞMA II BULGULAR 87
8.1. Çalışma Değişkenlerine İlişkin Betimleyici İstatistik Bulguları 88
8.2. Çalışma Değişkenleri Açısından Grup Karşılaştırmaları 89
8.2.1. Sosyal Kaygı ve Alt Boyutları Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları 89
8.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları 93
8.2.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları 94
8.2.4. Olay Sonrası İşlemleme Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları 95
8.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular 100
8.4. Aracılık Analizleri 103
8.4.1. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Çoklu Aracılık Rolleri 105
8.4.2. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Çoklu Aracılık Rolleri 108
8.4.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü 111
8.4.4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolü 113
8.5. Araştırma Değişkenleri İçin Oluşturulan Yapısal Eşitlik Modellemesi 115
8.5.1. Yapısal Eşitlik Modellemesine İlişkin Bulgular 116
8.5.1.1. Modele İlişkin Doğrudan Etkiler 120
8.5.1.2. Modele İlişkin Dolaylı Etkiler 120
8.5.1.3. Modele İlişkin Açıklanan Varyans Değerleri 121

9. ÇALIŞMA II: TARTIŞMA 122
9.1. Çalışma Değişkenleri Açısından Grup Karşılaştırmalarına İlişkin Değerlendirmeler 123
9.2. Yapısal Modele İlişkin Değerlendirmeler 130
9.2.1. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Sıralı Aracılık Rollerine İlişkin Değerlendirmeler 131
9.2.2. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Sıralı Aracılık Rollerine İlişkin Değerlendirmeler 133
9.2.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler 136
9.2.4. Benlik Saygısı ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Kaygısının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi 138
9.2.5. Kendilik Algısı ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Kaygının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi 139
9.2.6. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler 141
9.2.7. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun ve Sosyal Kaygının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi 143
9.2.8. Benlik Saygısı ile Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü 144
9.2.9. Kendilik Algısı ile Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü 145
9.3. Araştırmanın Teorik ve Klinik Etkileri 146
9.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecekteki Araştırmalar İçin Öneriler 149
10. SONUÇ 152
KAYNAKÇA 154
EKLER 187
A. DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU (ÇALIŞMA 1 VE 2) 187

B. OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU-II (ODKÖK-II) 189
C. OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU-DÜZ MADDELER (ODKÖK-D) 191
D. OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ (OLKÖ)..... 192
E. LIEBOWITZ SOSYAL KAYGI ÖLÇEĞİ (LSKÖ)..... 194
F. ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ (RSBÖ)..... 196
G. SOSYAL KARŞILAŞTIRMA ÖLÇEĞİ (SKÖ)..... 198
H. TEKRARLAYICI DÜŞÜNME ÖLÇEĞİ (TDÖ) 199
I. POZİTİF VE NEGATİF DUYGU ÖLÇEĞİ (NEGATİF MADDELER) 201
J. ETİK KURUL ONAY BELGESİ..... 202
K. TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU..... 203

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Çalışma I'deki Katılımcılara İlişkin Sosyo-Demografik Özellikler..... 47
Tablo 2. ODKÖK-II İçin Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri..... 58
Tablo 3. ODKÖK-D İçin Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri..... 61
Tablo 4. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Belirlenen Ölçekler Arasındaki Korelasyon Katsayıları 63
Tablo 5. ODKÖK-II'ye İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Değerleri..... 64
Tablo 6. ODKÖK-D'ye İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Değerleri..... 65
Tablo 7. Çalışma II'deki Katılımcılara İlişkin Sosyo-Demografik Özellikler..... 79
Tablo 8. Araştırmadaki Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Ekstrem Değerleri..... 88
Tablo 9. Aile Tipi Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları..... 91
Tablo 10. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları..... 92
Tablo 11. Yetişilen Yer Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları..... 95
Tablo 12. Travma (Son altı ay içinde) Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları..... 97
Tablo 13. Algılanan Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları..... 98
Tablo 14. Cinsiyet Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları..... 99
Tablo 15. Çalışma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlar..... 101
Tablo 16. Model I İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etkiler Bulguları..... 107
Tablo 17. Model I Aracılık Analizinin Özeti..... 108
Tablo 18. Model II İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etkiler Bulguları..... 110
Tablo 19. Model II Aracılık Analizinin Özeti 111

Tablo 20. Model III İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etki Bulguları 113
Tablo 21. Model III Aracılık Analizinin Özeti 113
Tablo 22. Model IV İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etki Bulguları 115
Tablo 23. Model IV Aracılık Analizinin Özeti 115
Tablo 24. Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri 118

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Clark ve Wells'in (1995) Önerdiği Sosyal Fobi Modeli 19
Şekil 2. Rapee ve Heimberg'in (1997) Sosyal ya da Değerlendirilme Durumlarında Kaygının Ortaya Çıkma ve Sürdürülme Süreci Hakkında Önerdikleri Model 21
Şekil 3. Hofmann'ın (2007) Önerdiği Sosyal Kaygı Bozukluğunun Devam Etmesinde Etkili Olan Psikolojik Faktörlere İlişkin Model 23
Şekil 4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II İçin Doğrulayıcı Faktör Analiziyle Test Edilen Tek Faktörlü Modele İlişkin Diyagram 59
Şekil 5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler İçin Doğrulayıcı Faktör Analiziyle Test Edilen Tek Faktörlü Modele İlişkin Diyagram . 62
Şekil 6. Sosyal Kaygı İçin Önerilen Model 77
Şekil 7. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rollerine İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları 106
Şekil 8. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rollerine İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları 109
Şekil 9. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolüne İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları 112
Şekil 10. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolüne İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları 114
Şekil 11. Araştırma değişkenleri için test edilen model 119

BÖLÜM 1

GİRİŞ

Kaygı olmadan yaşayabilir miyiz? Birçok bilim insanının verdiği bilgiler, genel anlamda kaygı olmadan yaşamanın pek mümkün görünmediğini düşündürmektedir. Genellikle rahatsız edici gibi görünse de, kaygının önemli bir bilişsel işleve sahip olduğu tartışılmaktadır (Mathews, 1990). Bazıları kaygının koruyucu bir fonksiyona sahip olup olmadığını tartışırken (Benninghoven vd., 2006; Lee, Wadsworth ve Hotopf, 2006), diğerleriyse bunun insan olmanın en temelinde yattığını düşünmektedir. Yine de bazıları, geleceğe uyum (Vertue, 2003) ve plan yapma kabiliyetimizin kaygıya bağlı olduğuna inanmaktadır.

Yapılan çalışmalar insanların kendilerini kaygıdan kurtarmak için milyarlarca dolar harcadıklarını göstermektedir. Buna ek olarak, kaygı bozukluğu olan bireylerin sağlık hizmetlerinden faydalanma maliyetleri, kaygı bozukluğu olmayan ve bedensel olarak hasta olan bireylere göre iki kat daha fazla bulunmuştur (Simon, Ormel, VonKorff ve Barlow, 1995). Birçoklarının, kaygı tedavisine yönelik çeşitli ilaçlar için hekimlerinden reçete almaları, bu ilaçları dünyada en yaygın kullanılan ilaçlardan biri haline getirmektedir (Barlow, 2004).

Aynı zamanda sosyal fobi olarak da bilinen sosyal kaygı bozukluğunun (SKB) belirtilerini eski çağlara kadar izleyebilsekte, günümüze yakın zamanlara kadar ihmal edilmiş bir bozukluk olarak kaldığı görülmektedir. Depresyon kadar yaygın olsa da, daha az dikkat çekmiş ve çoğu kez tespit edilmemiş ve tedavi edilmemiş (Kroenke, Spitzer, Williams, Monahan ve Löwe, 2007) olarak kalan sosyal kaygı bozukluğunun tanısı ilk olarak 1980 yılında DSM-III'te ele alınmıştır (APA, 1980). O zamanlardan günümüze kadar klinik ortamlarda yapılan birçok çalışma yaygınlık, oluş nedenleri,

risk faktörleri ve doğal seyri açısından bu "ihmal edilen bozukluk" hakkında bilgi birikimine katkıda bulunmuştur (Liebowitz, Gorman, Fyer ve Klein, 1985). SKB artık günümüzde artan bilgi birikimiyle birlikte yaygın ve rahatsız edici bir bozukluk olarak görülmekle birlikte aynı zamanda tedavi edilebilir bir durum olarak kabul edilmektedir (Schneier, 2006).

SKB, çocukluk veya ergenlik döneminde başlayan yaygın görülen bir bozukluktur (Grant vd., 2005; Kessler vd., 2005a). Sosyal kaygının erken başlangıcına ek olarak boylamsal seyrinin bir başka karakteristik özelliği de, depresif bozukluklarla birlikte sık ortaya çıkmasıdır (Chavira, Stein, Bailey ve Stein, 2004; Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz ve Weissman, 1992; Stein vd., 2001). Sosyal kaygı, ergenliğin erken dönemlerinde potansiyel olarak ciddi sonuçlara yol açıyor gibi görünmektedir; kişiyi, majör depresyon ve bağımlılık bozukluklarına karşı daha kırılgan ya da savunmasız olmaya yatkınlaştırdığı tahmin edilmektedir (Regier, Rae, Narrow, Kaelber ve Schatzberg, 1998).

Dünya genelinde yürütülen çeşitli araştırmalarda, sosyal kaygının prevalansı incelenmiştir ve epidemiyolojik araştırmalar sosyal kaygının belirgin komorbid psikopatoloji ile karakterize olduğunu göstermektedir (Alonso vd., 2004; Cho vd., 2010; Grant vd., 2005; Kawakami vd., 2005; Kessler vd., 2005a; Shen vd., 2006; Vicente vd., 2006; Wittchen, Stein ve Kessler, 1999). Ayrıca, bu çalışmalardan elde edilen veriler sonucunda, genel anlamda, kaygı bozukluklarının en yaygın görülen psikolojik bozukluklar arasında olduğu ve sosyal kaygının da en yaygın görülen kaygı bozukluğu türleri arasında yer aldığı görülmektedir. Bunların yanı sıra, sosyal kaygının dikkat çeken diğer belirgin özelliklerinden biriyse, diğer bozukluklarla karşılaştırıldığında erken başlangıç yaşıdır (Dalrymple ve Zimmerman, 2011; Kessler vd., 2005a; Regier vd., 1998; Schneier vd., 1992). Erken başlangıç yaşı ve en yaygın görülen bozukluklardan biri olmasına rağmen, SKB, yeterince tanımlanmamış ve çoğu zaman tedavi edilmemiş olarak kalmaktadır (Katzelnick ve Greist, 2001).

Sosyal kaygı ısrarcı bir bozukluk gibi görünmektedir, yaşam kalitesinde önemli bir düşüşe neden olmaktadır, aynı zamanda çok sayıda ve önemli belirli sosyal rol

bozulmaları ve engeller üretmektedir. Sosyal kaygısı olan bireylerin yarısından fazlasında, eğitim, istihdam, sosyal ağlar, aile ilişkileri, evlilik ve romantik ilişkiler gibi alanlarda hayatlarının belli bir döneminde en az orta dereceli bir bozulma olduğu rapor edilmektedir (Schneier vd., 1994). Kariyer, iş üretkenliği ve akademik alanların yanı sıra aile ve arkadaşlarla olan ilişkiler de en fazla etkilenen alanlar arasında görülmektedir (Wittchen, Fuetsch, Sonntag, Müller ve Liebowitz, 2000). Ayrıca, sosyal kaygısı olmayan bireylerle karşılaştırıldığında, sosyal kaygısı olan bireylerin kadın, genç, daha düşük sosyoekonomik durumda, daha az eğitimli ve evlenme olasılığının düşük olması gibi faktörler ortaya çıkmaktadır (Schneier vd., 1992).

Sosyal kaygıyla ilgili kuramsal bilginin derinleşmesi sonucunda, araştırmacılar giderek artan bir ilgiyle SKB'nin alt tiplerini de belirlemeye çalışmışlardır (Furmark, Tillfors, Stattin, Ekselius ve Fredrikson, 2000; Heimberg, Holt, Schneier, Spitzer ve Liebowitz, 1993; Holt, Heimberg, Hope ve Liebowitz, 1992; Turner, Beidel ve Townsley, 1992).

1.1. Sosyal Kaygı

Aynı zamanda sosyal fobi olarak da bilinen SKB, bireyin başkaları tarafından değerlendirilme olasılığının olduğu, bir veya birden fazla sosyal durumla ilgili belirgin veya şiddetli bir korku ya da kaygı duyma durumu olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013). 'Fobi' terimi, Antik Yunan dilinde 'phobos' anlamına gelen panik-korku ve dehşet anlamındadır; düşmanlarında panik ve korku uyandıran Antik Yunan tanrısı Phobos'tan gelmektedir (Marks, 1970).

SKB, genellikle tedavi edilmemiş olarak kalan ve bu nedenle önemli fonksiyonel bozukluklara yol açan, yaygın görülen bir bozukluktur; korku duyulan sosyal durumlardaki artış, bozukluğun giderek artan şiddetli belirtileriyle ilişkilidir (Ruscio vd., 2008). Bazı sosyal durumlarda bir dereceye kadar kaygı yaşanması zorunlu olarak belirli şekilde atipik duruma ya da patolojiye işaret etmemekle birlikte, SKB, yaşanan kaygının yoğunluğu ve eşlik eden rahatsızlık veya işlevsellik düzeyiyle ayırt edilebilmektedir (Stein, 1998).

Yapılan boylamsal çalışmalar sosyal kaygının uzun yıllar boyunca devam eden ve nispeten yüksek nüksetme olasılığına sahip kronik (Bruce vd., 2005) bir klinik seyir ile karakterize olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, klinisyen yüksek bir şüphe eğilimi göstermedikçe, SKB tespit edilmemiş olarak kalabilmektedir (Lydiard, 2001). Aynı zamanda kişinin normal fonksiyonlarında önemli ölçüde bozulmaya yol açmasına rağmen, bu bozukluğun genellikle utangaçlık (shyness) olarak değerlendirilmesi yanıltıcıdır ve bu nedenle yeterince tanımlanmamış ve tedavi edilmemiş olarak kalabilmektedir (Keller, 2003). Yine, insanların neredeyse %40'a varan oranlarda kendilerini utangaç olarak tanımlamaları (Zimbardo, Pilkonis ve Norwood, 1974), SKB'nin bir psikopatoloji türü olarak tanımlanmasını zorlaştıran nedenlerden biri olarak düşünülmektedir.

SKB'nin belirleyici özelliği, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusudur. Bu nedenle SKB, doğrudan kültüre bağımlı olan sosyal standartlar ve rol beklentileri ile bağlantılıdır (Hofmann, Asnaani ve Hinton, 2010). Beck, Emery ve Greenberg (1985), sosyal kaygının, kişinin dikkat odağı olma ve başka bir kişi veya kişiler tarafından değersiz olarak görülme korkusuyla ilgili olduğunu ifade etmiştir. SKB olan bireyler, genellikle, yeni insanlarla tanışırken utangaç, grup içinde sessiz ve bilmedikleri sosyal ortamlarda içe dönüklerdir. Başkalarıyla etkileşime girdiklerinde, açık bir rahatsızlık belirtisi gösterebilirler veya göstermeyebilirler (göz teması kurmama gibi), ancak her zaman şiddetli duygusal ya da fiziksel belirtilerden en az birini (terleme, titreme ve odaklanmada zorluk gibi) yaşamaktadırlar (Stein ve Stein, 2008). Olumsuz sosyal işaretlere yönelik dikkat yanlılığının SKB'de etiyolojik ve/veya sürdürücü rol oynadığı düşünülmektedir (Schmidt, Richey, Buckner ve Timpano, 2009).

Watson ve Friend (1969), SKB düzeyi yüksek bireylerin, sosyal etkileşimlerden kaçınmaya eğilimli olduklarını, yalnız çalışmayı tercih ettiklerini, daha az konuştuklarını, daha endişeli olduklarını ve sosyal ilişkiler konusunda daha az güven duyduklarını belirtmişlerdir. SKB olan bireyler diğer insanlar üzerinde istenilen izlenimi bırakıp bırakamadıkları konusunda şüphe duyma eğilimindedirler, daha

detaylı olarak, çoğu insanın doğaları gereği kritik olduklarına ve bu nedenle kendilerini olumsuz olarak değerlendireceklerine inanmaktadırlar (Leary, Kowalski ve Campbell, 1988). SKB olan bireylerin, olumlu duyguları daha az ifade ettikleri, duygularına daha az odaklandıkları ve duygularını tanımlamada yaygın anksiyete bozukluğu yaşayan kişilere göre daha çok zorlandıkları belirtilmektedir (Turk, Heimberg, Luterek, Mennin ve Fresco, 2005). Sosyal kaygı problemi olan bireylerin, genellikle fobik durumlara maruz kalmalarına karşın korkularında belirgin bir azalmanın gözlenmemesi bu problemi çevreleyen bulmacalardan biri olarak görülmüştür. Başka bir ifadeyle, sosyal kaygı problemi olan bireylerin korkulan durumdaki, korkulan felaketleri engellemek için gerçekleştirdikleri güvenlik davranışlarının, korkularının yanlış olabileceği yönündeki değerlendirmeleri engellemesi olası olarak görülmüştür. Kısaca, güvenlik davranışlarının SKB'nin ve olumsuz inançların devam etmesinde rol oynadığı düşünülmektedir (Wells vd., 1995).

Kişinin gerçek ya da hayali kitle üzerinde istenilen izlenimi bırakma doğrultusunda nasıl bir performans göstereceğine yönelik korku veya şüphe duyması ve kitlenin onayını alma konusunda ne kadar başarılı olacakları sosyal kaygının belirleyici özelliklerinden biridir (Schlenker ve Leary, 1982). Diğer bir deyişle, burada esas korkulan, başkalarının kendisine nasıl tepki vereceği kaygısının sonuçlarıdır. Ayrıca, aslında insanların gerçekten ziyade tamamen hayali sosyal etkileşimlerden kaygı duyduğu düşünülmektedir (Leary ve Kowalski, 1995). Diğer taraftan başka bir ilginç özellik ise, aslında korkuya sahip olmanın istenmeyen sonuçlara yol açtığı gerçeğidir; kaçınılmaz ve tersine çevrilemez bir sonucun öngörülmesi halinde, kişinin duruma girerken daha çok korku duyması, savunmacı ve çekingen eğiliminde olmasını sağlayan bir kısır döngü oluşmaktadır (Beck vd., 1985). Topluluk önünde konuşma yapmak, araştırmalarda genellikle en yaygın şekilde bildirilen sosyal korku olarak ön plana çıkmaktadır (Weiller, Bisserbe, Boyer, Lepine ve Lecrubier, 1996; Mannuzza vd., 1995). Buna ek olarak, topluluk önünde konuşma yapma korkusunun birçok kişinin yaşamı üzerinde olumsuz etkilerinin olabileceği ileri sürülmektedir (Stein, Walker ve Forde, 1996). Diğer taraftan, genel popülasyonda konuşma

korkusunun yüksek oranda olduğu düşünülürse, topluluk önünde konuşma korkusunun olduğu her vaka, SKB olarak düşünülmemelidir (Beck vd., 1985).

Epidemiyolojik veriler SKB olan bireylerin genellikle daha az eğitim gördüklerini (Schneier vd., 1992; Weiller vd., 1996), iş bulma konusunda yüksek oranda zorluk yaşadıklarını ve daha düşük gelir elde etme eğiliminde olduklarını (Davidson, Hughes, George ve Blazer, 1993; Katzelnick vd., 2001) ileri sürmektedir. Aynı zamanda, romantik bir ilişki kurma ve sürdürme konusunda da güçlük çektikleri (La Greca ve Harrison, 2005; Sparrevohn ve Rapee, 2009) bilinmektedir. Diğer taraftan, bazı çalışmalar da SKB'nin kalıtımsal özellikleri konusunda bilgi sağlamaktadır. SKB olan ebeveynlerin çocuklarının, sağlıklı ebeveynlerin çocuklarına göre bozukluğu geliştirmelerinin daha muhtemel olduğu, dolayısıyla ebeveynlerdeki SKB'nin çocuklardaki SKB için bir risk faktörü oluşturduğu belirlenmiştir (Lieb vd., 2000).

SKB olan çocukların daha düşük beklenen performans gösterdikleri, sosyal değerlendirme görevlerinde daha yüksek düzeyde olumsuz bilişlere sahip oldukları, etkileşimlerinden daha olumsuz sonuçlar bekledikleri ve başkalarıyla etkileşimlerinden olumu sonuçlar elde etme olasılığının daha az olduğu bilinmektedir (Spence, Donovan ve Brechman-Toussaint, 1999). Ergenler ise akranları tarafından daha az kabul edilmiş hissettiklerini, destek gördüklerini ve başkalarına romantik olarak çekici gelmediklerini düşündüklerini bildirmişlerdir (La Greca ve Lopez, 1998). Diğer taraftan SKB olan yetişkinlerin yakın ilişkilerde daha az rahat hissettikleri, başkalarına güvenme veya bağlanma konusunda daha az istekli oldukları ve reddedilme veya terk edilme ihtimalinde daha fazla kaygı duydukları bulunmuştur (Eng, Heimberg, Hart, Schneier ve Liebowitz, 2001). Bu kişiler ayrıca daha fazla sıkıntı, daha fazla sosyal etkileşim korkusu, daha fazla olumsuz değerlendirilme korkusu, korkulan durumlardan daha fazla kaçınma, gündelik faaliyetler sırasında başkaları tarafından daha fazla incelenme korkusu, daha fazla işlevsel bozulma ve daha düşük yaşam kalitesi bildirmişlerdir.

Beidel, Turner ve Dancu'nun (1985) deneysel çalışmaları, sosyal kaygısı olan bireylerin daha yüksek fizyolojik uyarılma düzeyi gösterdiklerine, daha çok olumsuz ve daha az olumlu biliş bildirdiklerine ve bağımsız değerlendiriciler tarafından daha az yetenekli algılandıklarına işaret etmektedir. Storch, Brassard ve Masia-Warner (2003), ergenler üzerinde yürüttükleri çalışmalarında akran zorbalığı, sosyal kaygı ve yalnızlık arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Bulgular, açıkça ve ilişkisel olarak zorbalığa uğrayan ergen kız ve erkeklerin sosyal kaygı ve yalnızlık düzeyindeki artışa işaret etmektedir; açıkça ve ilişkisel olarak zorbalığa maruz kalmanın olumsuz değerlendirilme korkusu, fizyolojik belirtiler, sosyal kaçınma ve yalnızlıkla pozitif yönde ilişkili olduğu belirtilmektedir.

SKB diğer kaygı bozukluklarından ayrı ve farklı bir kaygı bozukluğu türüdür (Turner ve Beidel, 1989). Ayrıca yapılan deneysel çalışmalar, SKB'nin alt tiplerinin de kendi içinde anlamlı olarak farklılaştığını kanıtlamaktadır (McNeil vd., 1995). Heimberg vd. (1993), SKB alt tiplerini belirlemek için nicel tanımlamaları ve nitel değerlendirmeleri birleştiren genellenmiş SKB, genellenmemiş SKB ve sınırlanmış SKB'den oluşan üç alt tip sistemini önermişlerdir. Bazı araştırmacılar, performans ile etkileşimsel korkular arasındaki nitel farklılıkların alt tipleri ayırmak için kullanılabileceğini öne sürmüşlerdir (Turner vd., 1992). Yine bazı araştırmacılar, SKB ile ilgili kategorik ayrımlar yapılabilmesine karşın, mevcut veriler doğrultusunda, SKB'nin alt tiplerinin bir süreklilik boyunca (hafif, orta ve ağır) boyutsal olarak farklılaştığı sonucuna varmışlardır (Furmark vd., 2000). DSM-IV-TR'de genellenmiş SKB ele alınmıştır ve bu belirleyici (specifier), korkuların birçok sosyal durumla (örneğin, bir sohbet başlatmak, flört etmek, bir eğlenceye katılmak ve otorite konumundaki biriyle konuşmak gibi) ilişkili olduğu durumlarda kullanılmaktadır; genellenmiş SKB olan bireyler genellikle hem toplum önündeki performans durumlarından hem de sosyal etkileşim durumlarından korkmaktadırlar (APA, 2000). Genellenmemiş SKB'de ise klinik olarak anlamlı kaygının yaşanmadığı en az bir sosyal işlevsellik alanı söz konusudur ve genellenmiş SKB'deki gibi korku hemen her sosyal duruma ya da alana yayılmamıştır (Heimberg vd., 1993). Bu iki alt tipin bir şiddet spektrumu veya iki farklı SKB formu olup olmadığı belirsizdir (Keller, 2003). Alanyazında genellenmiş SKB olan bireylerle,

sınırlanmış SKB olan bireyler arasında bilinen ilk direkt karşılaştırma Heimberg, Hope, Dodge ve Becker (1990) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmanın sonucunda genellenmiş SKB olan bireylerin daha genç, daha az eğitimli, ve bir işte çalışma oranlarının daha az olduğu bulunmuştur. Ayrıca genellenmiş SKB'de, sınırlanmış (spesifik) alt tiplere göre klinik şiddetin daha fazla olduğu bilinmektedir (Turner vd., 1992). Bu açıdan bakıldığında, bazı araştırmacılar, sağlık kaynaklarının tahsisinde genellenmiş SKB gibi klinik şiddetin daha fazla görüldüğü alt tiplerin yüksek önceliğe sahip olması gerektiğini önermektedir (Furmark vd., 2000). SKB'nin alt tiplerinin kesin olarak tanımlanmasının, bu bozukluğa sahip bireylerde bozukluğun seyri, ailesel aktarımı, fizyopatolojisi ve tedaviye yanıt verme gibi konularda gelecekteki araştırmalara fayda sağlayacağının altı çizilmektedir (Heimberg vd., 1993).

SKB'nin tedavisinde geleneksel anlamda bilişsel davranışçı terapinin (cognitive-behavioral therapy; CBT) etkili olduğu araştırmalarla desteklenmektedir (Butler, Chapman, Forman & Beck, 2006; Hofmann & Smits, 2008). Özellikle bilişsel davranışçı grup terapisinin, bekleme listesi ve plasebo gruplarına göre daha üstün olduğu, danışanların tedavi kazanımlarını uzun vadede korudukları bilinmektedir (Heimberg, 2002). Bununla birlikte, son zamanlarda SKB tedavisinde yeni nesil bilişsel davranışçı terapi yaklaşımlarından olan mindfulness temelli stres azaltmanın (mindfulness-based stress reduction; MBSR) etkililiği (Goldin & Gross, 2010) ve kabul ve kararlılık terapisinin (acceptance and commitment therapy; ACT) SKB tedavisindeki ve tedavi sonrasında kazanımların korunmasındaki etkililiği ön plana çıkmaktadır (Dalrymple & Herbert, 2007; Forman, Herbert, Moitra, Yeomans & Geller, 2007). Ayrıca bilişsel davranışçı terapi ve psikodinamik terapinin SKB tedavisinde etkililikleri randomize kontrollü çalışmada karşılaştırılmıştır. Analizler sonucunda, hem bilişsel davranışçı terapinin hem de psikodinamik terapinin bekleme listesine göre SKB tedavisinde daha üstün oldukları, ancak bilişsel davranışçı terapinin SKB tedavisinde psikodinamik terapiye göre daha etkili olduğu bulunmuştur (Leichsenring vd., 2013). Görüldüğü üzere SKB tedavisinde çeşitli tedavi yaklaşımları bulunmakta ve mevcut anlayış ampirik bulgularla gelişmeye

devam etmektedir. Çalışmamızda da bu gelişen anlayışa katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

1.1.1. Sosyal Kaygı Bozukluğunun Epidemiyolojisi

SKB'nin ilk defa ele alındığı DSM-III'ten bu yana, tanı ölçütleri kılavuzunun sonraki basımlarıyla birlikte kriterlerde değişim görülmektedir. Tanısal özelliklerin ve ayırıcı tanının detaylandırılmasının yanı sıra, dışlama kriterlerinin getirilmesi, SKB olan hastalar tarafından korkulan durumlara performans ve test kaygısı gibi spesifik durumların dahil edilmesi ve ölçütlerin çocuk ve ergenlere uygulanabilirliğinin ele alınması kılavuzun zaman içinde geçirdiği önemli değişikliklerdendir. Ayrıca yatkınlaştıran etkenler, cinsiyete göre bulgular (örneğin, DSM-III-R kılavuzunda bozukluğun erkeklerde kadınlara göre daha fazla görüldüğü bilgisinin, DSM-IV'te kadınlarda erkeklere göre daha fazla görüldüğü şeklinde güncellenmesi) ve ailesel örüntülerle ilgili bilgiler zaman içinde güncellenmiştir (APA, 1980, 1987, 1994, 2000, 2013). Kılavuzun zaman içinde geçirdiği bu değişimlerin getirdiği kriterlerle yapılmış ve yapılacak olan epidemiyolojik çalışmalardaki yaygınlık tahminlerindeki etkisinin göz ardı edilmemesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

A.B.D'de yürütülen, psikolojik rahatsızlıkların yaşam boyu görülme sıklığının araştırıldığı bir çalışmada kaygı bozuklukları %28.8 ile en yaygın görülen rahatsızlık sınıfı olarak bulunurken, sosyal kaygının yaşam boyu görülme sıklığı %12.1 olarak bulunmuştur (Kessler vd., 2005a). Aynı rahatsızlıkların 12 aylık görülme sıklığına bakıldığında kaygı bozuklukları %18.1 ile en yaygın görülen sınıf olarak bulunurken, sosyal kaygı %6.8 ile daha yaygın görülen rahatsızlıklar arasında karşımıza çıkmaktadır (Kessler vd., 2005b). A.B.D'de yürütülen başka bir araştırmada sosyal kaygının 12 aylık ve yaşam boyu görülme sıklığı sırasıyla %2.8 ve %5 olarak bulunmuştur (Grant vd., 2005). Benzer oranlara Güney Amerika ülkelerine bakıldığında da rastlanmaktadır. Brezilya'da sosyal kaygının yaşam boyu görülme sıklığının %11.8 olduğu, 12 aylık görülme sıklığının ise %9.1 olduğu bildirilmiştir (Vorcaro, Rocha, Uchoa ve Lima-Costa, 2004). Başka bir Güney Amerika ülkesi olan Şili'de yapılan bir epidemiyolojik çalışmada ise sosyal kaygının yaşam boyu ve

12 aylık görülme sıklığı sırasıyla %10.2 ve %6.4 olarak bulunmuştur (Vicente vd., 2006). Diğer taraftan, bazı kültürel gruplarda sosyal kaygının görülme oranının daha fazla olduğu bilinmektedir. Rusya Federasyonu'nda özerk bir cumhuriyet olan Udmurtiya'nın kırsal nüfusunda sosyal kaygının yaşam boyu görülme sıklığının ICD-10 kriterlerine göre %45.6, DSM-III-R kriterlerine göre ise %52.7 olduğu bildirilmiştir. Sosyal kaygının 12 aylık görülme sıklığının ise ICD-10 kriterlerine göre %44.2, DSM-III-R kriterlerine göre %49.4 olduğu tahmin edilmektedir. Ayrıca aynı çalışmanın verilerine göre, sosyal kaygı yaşam boyunca kadınlarda (%51.8), erkeklere (%37.5) göre daha yaygın ve Udmurtlarda (%52.0), Ruslara (%33.3) göre daha yaygın görülmektedir (Pakriev, Vasar, Aluoja ve Shlik, 2000). Buna karşın, Avrupa'daki çalışmalara baktığımızda sosyal kaygının yaygınlığının daha düşük oranlarda olduğu görülmektedir. Belçika, Fransa, Almanya, İtalya, Hollanda ve İspanya olmak üzere altı Avrupa ülkesinde yürütülen bir çalışmada sosyal kaygının yaşam boyu görülme sıklığı %2.4 iken, 12 aylık görülme sıklığı %1.2 olarak bildirilmektedir. Bunun yanı sıra, sosyal kaygının yaşam boyunca kadınlarda (%2.9), erkeklere (%1.9) göre daha yaygın görüldüğü rapor edilmektedir (Alonso vd., 2004). Daha yakın tarihli bir çalışma, Avrupa Birliği üyesi 27 ülkeden ve İsviçre, İzlanda ve Norveç'in de aralarında bulunduğu ülkelerden elde edilen verilerle 12 aylık görülme sıklığına göre kaygı bozuklukları %14 ile en yaygın görülen bozukluklardır; ayrıca sosyal kaygının 12 aylık görülme sıklığının %2.3 ve bu oranın 10.1 milyon kişiye denk geldiği tahmin edilmektedir. Diğer taraftan, aynı çalışmanın verilerine göre sosyal kaygıya kadınlarda, erkeklere göre iki kat daha fazla rastlanmaktadır (Wittchen vd., 2011). Almanya'da yapılan bir çalışmada sosyal kaygının 12 aylık yaygınlık oranı %2.0 olarak bulunmuştur ve kadınların, erkeklerle kıyaslandığında, bozukluğu geliştirme riskinin yaklaşık iki kat fazla olduğu tahmin edilmektedir (Fehm, Beesdo, Jacobi ve Fiedler, 2008). Yine Almaya'da DSM-IV tanı kriterlerine göre yapılan bir araştırmada, sosyal kaygının yaşam boyu görülme sıklığının kadınlarda %9.5 ve erkeklerde %4.9 olduğu, 12 aylık görülme sıklığının ise kadınlarda %7.2 ve erkeklerde %3.2 olduğu bildirilmektedir. Ayrıca, yaşam boyu görülme vakalarının üçte biri genellenmiş alt tip kriterlerini sağlamaktadır (Wittchen vd., 1999). Benzer sonuçlar daha önceki yıllarda Fransa'da yürütülen bir araştırmada da bulunmuştur. Araştırmanın bulgularına göre sosyal kaygının yaşam boyu görülme

sıklığının erkeklerde %2.1, kadınlarda %5.4 ve 12 aylık görülme sıklığının erkeklerde %1.2, kadınlarda %2.9 olduğu rapor edilmektedir (Lépine ve Lellouch, 1995).

Doğu Asya'da yapılan çalışmalara bakıldığında, sosyal kaygının yaygınlığının buradaki ülkelerde daha az olduğu dikkat çekmektedir. Örneğin, Kore örnekleminden elde verilerle sosyal kaygının yaşam boyu ve 12 aylık görülme sıklığının sırasıyla %0.5 ile %0.4 olduğu bulunmuştur (Cho vd., 2010). Diğer Doğu Asya ülkelerinde sosyal kaygının 12 aylık görülme sıklığı Japonya'da %0.8 (Kawakami vd., 2005) ve Çin'de %0.2 (Shen vd., 2006) olduğu; ayrıca Tavyan'da yaşam boyu görülme sıklığının %0.4 ile %0.6 arasında olduğu rapor edilmektedir (Hwu, Yeh ve Chang, 1989).

Afrika'da yapılan çalışmalara bakıldığında sosyal kaygının insidansının buradaki ülkelerde de az olduğu görülmektedir. Nijerya'da yaşam boyu ve 12 aylık görülme sıklığı %0.3 olarak bulunmuştur (Gureje, Lasebikan, Kola ve Makanjuola, 2006). Güney Afrika'da ise bu oranın 12 ay için %1.9 olduğu bildirilmektedir (Williams vd., 2008). Türkiye'de yapılan çalışmalara bakıldığında, İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu (2004) üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının 12 aylık %7.9 ve yaşam boyu görülme sıklığının %9.6 olduğunu bulmuşlardır.

Konuyla ilgili bütünleştirici çalışmalara baktığımızda, sosyal kaygının uluslararası genel popülasyonda görülme sıklığının yaşam boyu ve 12 ay için sırasıyla %3.6 ve %4.5 olduğu tahmin edilmektedir (Somers, Goldner, Waraich ve Hsu, 2006). SKB'nin alt tiplerinin prevalansının araştırıldığı bir çalışmada, yapılan kümeleme analizi (cluster analysis) sonucunda yüksek (genellenmiş alt tip), orta (genellenmemiş alt tip) ve düşük (sınırlanmış) olmak üzere üç alt tip ortaya çıkmıştır ve görülme sıklıklarının sırasıyla %2.0, %5.9 ve %7.7 olduğu rapor edilmiştir (Furmark vd., 2000).

Bozukluğun ortalama başlangıç yaşı 15.1 iken, ortalama 16.3 yıl süresince devam etmektedir. Ayrıca SKB olan bireylerin %80'inden fazlası tedavi görmemekte ve ilk

tedavide yaş ortalaması 27.2 olarak rapor edilmiştir. Yerli Amerikalı olmak, genç olmak ya da düşük gelir sahibi olmak riski artırırken, erkek olmak, Asyalı, İspanyol ya da siyah ırk / etnik kökenden olmak ya da kentsel ya da daha kalabalık bölgelerde yaşamak riski azaltmaktadır (Grant vd., 2005). Başka bir araştırmada, ortaya çıkan bimodal dağılım sonucunda, sosyal kaygının, ortalama başlangıç yaşının 13.3-15.5 aralığında olduğu bildirilmektedir. Ayrıca, sosyal kaygının 25 yaşından sonra başlangıcı nadir görülen bir durumdur. Erkeklerde ve kadınlarda görülen başlangıç yaşları arasında anlamlı bir fark bulunmamaktadır. (Schneier vd., 1992). Yine başka bir araştırmada Wittchen vd. (1999) katılımcıların çoğunda SKB'nin 10 ile 21 yaş arasında başladığını rapor etmişlerdir. Kessler vd. (2005a) ise sosyal kaygının medyan (ortanca) başlangıç yaşının 13 olduğunu rapor etmektedirler. Regier vd. (1998) yürütmüş oldukları çalışma sonucunda sosyal kaygının ortalama başlangıç yaşının 11.6 olduğunu bildirmişlerdir. Daha sonraki yıllarda benzer ve yakın sonuçlara başka bir çalışmada, sosyal kaygının ortalama başlangıç yaşının 11.7 olduğunu bildiren Dalrymple ve Zimmerman (2011) da ulaşmıştır. Boylamsal bir çalışmadan elde edilen veriler sonucunda, SKB insidansının 9 yaşından sonra belirgin olarak arttığı ve daha sonrasında erkeklerde 17 yaşında ve kızlarda 19 yaşında meydana gelen bükülme noktasıyla yavaş yavaş azaldığı rapor edilmektedir (Beesdo vd., 2007). Davranışsal inhibisyonun, daha sonra ortaya çıkan sosyal kaygının tanımlanabilir erken çocukluk dönemi yordayıcılarından olduğu düşünülmektedir (Rosenbaum vd., 1993). Bu düşünce daha sonraki yıllarda gerçekleştirilen çalışmalarla da desteklenmiştir, sosyal kaygının davranışsal inhibisyon gözlenen çocuklarda (%17), gözlenmeyen çocuklara göre (%5) daha yaygın olduğu bildirilmektedir (Biederman vd., 2001).

Epidemiyolojik çalışmaların incelenmesi sonucunda, sosyal kaygının diğer kaygı bozuklukları ile karşılaştırıldığında orantısız olarak daha yüksek bir kalıcılık riskine sahip olduğu rapor edilmiştir. Ayrıca, psikososyal yetersizlik ve bozulmaya ek olarak artan depresyon ve madde kötüye kullanım bozukluğu riski söz konusudur (Wittchen ve Fehm, 2003).

1.1.2. Eştanılı Bozukluklar

Sosyal kaygı özellikle yaygın anksiyete, bipolar ve kaçıngan ve bağımlı kişilik bozuklukları olmak üzere diğer spesifik bozukluklarla ilişkili bulunmuştur. SKB olan bireylerde korku duyulan durumların ortalama sayısı 7.0 olup, çoğunluk performans durumlarında kaygı rapor edilmektedir (Grant vd., 2005). Başka bir araştırmada, sosyal kaygıyla birlikte en fazla görülen bozuklukların agorafobi, özgül fobi, somatizasyon bozukluğu, majör depresyon, obsesif-kompulsif bozukluk, distimi ve bipolar bozukluktan oluştuğu bildirilmektedir (Schneier vd., 1992). Genel olarak, SKB olan bireylerin %50.2'sinde gözlem süresi boyunca aynı zamanda depresif bir bozukluğu olduğu belirtilmektedir (Beesdo vd., 2007). SKB ile özgül fobi, travma sonrası stres bozukluğu ve distimi arasında da güçlü ve tutarlı eştanıya rastlanmıştır ve SKB, eştanılı madde kullanım bozukluklarının %85.2'sinden, depresif bozuklukların %81.6'sından ve diğer kaygı bozukluklarının %64.4'ünden önce başlamaktadır (Wittchen vd., 1999). Ayrıca yapılan bir çalışmada, SKB tanılarının tamamı (%100) majör depresyonun başlangıcından önce meydana gelmiştir (Chavira vd., 2004). Depresyon ve SKB'nin birlikte ortaya çıkma sıklığı göz önüne alındığında, klinik vakalarda sadece depresyon veya SKB aramak yerine, klinisyenlerin her zaman iki durumun birlikte görülme ihtimalini değerlendirmeleri önerilmiştir (Kroenke vd., 2007). Bu bilgilerden yola çıkarak, sosyal kaygının erken, adolesan başlangıçlı olduğu ve sonradan ortaya çıkan depresyon için önemli ve sürekli artan riskle ilişkili bir bozukluk olduğu düşünülmektedir. Boylamsal bir çalışmadan elde edilen verilere göre, eştanılı yaygın anksiyete bozukluğunun, SKB sonrası iyileşme olasılığını azalttığı ve nüksetme olasılığını artırdığı saptanmıştır (Bruce vd., 2005).

Ergenlik ya da beliren yetişkinlik dönemindeki sosyal kaygının, sonradan ortaya çıkan depresyonun önemli bir yordayıcısı olduğu düşünülmektedir. Buna ek olarak, depresyonu olan ergenlerde eş zamanlı olarak görülen sosyal kaygının varlığı, bozukluğun daha kötü huylu bir seyriyle ilişkilidir (Stein vd., 2001). Ayrıca, SKB'nin genellenmiş alt tipinin, genellenmemiş sosyal kaygı bozukluğuna göre

önemli ölçüde daha kalıcı, bozucu ve komorbid olduğu bulunmuştur (Wittchen vd. 1999).

Eş tanılı olgularda, SKB neredeyse her zaman, duygu durum bozukluklarının büyük çoğunluğundan uzun yıllar önce başlamaktadır (Kessler, Stang, Wittchen, Stein ve Walters, 1999). Yine başka bir çalışmada, SKB ve majör depresif bozukluk komorbidite örüntüsü görülen bireylerde SKB başlangıcının, majör depresif bozukluğun başlangıcından önce ortaya çıktığına dikkat çekilmiştir (Dalrymple ve Zimmerman, 2011). Sonuç olarak SKB, çoğu zaman, diğer psikolojik bozuklukların gelişiminden önce ortaya çıkmaktadır (Lecrubier, 1998). SKB olan bireylerde sıklıkla kişinin işlevselliğini bozabilecek duygudurum, kaygı ve madde kötüye kullanım bozuklukları gibi bir eştanı durumu söz konusudur (Katzelnick ve Greist, 2001). Araştırmalar, SKB'nin alkol veya madde kullanım bozukluklarıyla yüksek oranda komorbid olduğunu göstermektedir ve SKB'nin alkol ve madde bağımlılığı başlangıcı için önemli bir risk faktörü olduğu düşünülmektedir (Buckner vd., 2008).

1.1.3. Kuramsal Çerçevede Sosyal Kaygı

Yaklaşık son elli yıl boyunca, araştırmacılar sosyal kaygıyı ve klinik tezahürünü (sosyal kaygı bozukluğu) anlamak için çeşitli teorik yaklaşımlar önermişlerdir. Her ne kadar sosyal kaygının birçok açıklaması olsa da, bunların çoğu iki öncül kümeden birinde yer almaktadır. Bunlardan ilki, mizaç, genetik, psikofizyolojik ve evrimsel faktörleri içeren biyolojik mekanizmalardır. Diğeri ise, insanların kendileri ve sosyal dünyaları hakkında nasıl düşündüklerini ele alan bilişsel mekanizmalardır. Bu bakış açıları tamamen birbiriyle çelişmekten veya birbirini dışlamaktan ziyade, sosyal kaygı olgusuna farklı kavramsal açılardan yaklaşmaktadırlar.

1.1.3.1. Evrimsel ve Gelişimsel Kuramlar Açıdan Sosyal Kaygı

Bazı araştırmacılar sosyal kaygının evrimsel bakış açısıyla incelendiğinde daha iyi anlaşılacağını savunmaktadır. Zorluklar karşısında hayatta kalmak için insanlar da diğer canlılar gibi kendi türlerine özgün (bütün insanlar, kendilerini bir kedi

doğasından veya fare doğasından ayıran bir insan doğasına sahiptir) hareket etme eğiliminde olmalarını sağlayan bir dizi karmaşık psikolojik mekanizma geliştirmiştir. Hayatta kalmayı sağlayan bütün bu davranış ve stratejilerin doğal seçilim yoluyla evrimin sonucu olduğu ileri sürülmektedir (Buss, 1995). Buradan yola çıkıldığında evrimleşmiş bir psikolojik mekanizmanın, bireyin hayatta kalmasına yönelik belirli bir problemi çözdüğü için ya da insanın evrimsel tarihi sürecinde tekrar tekrar üretildiği için var olduğu düşünülmektedir. Bu mekanizmalar, kaynaklar için yarışma stratejilerini, eş seçimi ve tercihinde rol oynayan strateji ve güdüleri (kadınların eş seçiminde ekonomik kaynakları, iyi finansal beklentileri, yüksek sosyal statüyü, biraz daha olgun erkeği, azim ve çalışkanlığı, güvenilirlik ve kararlığı, boy ve atletik hüneri, simetri ve maskülenliği tercihi gibi) ve ebeveyn yatırımı ve yavru bakımı gibi duygulanımsal mekanizmaları içermektedir (Buss, 2015).

Evrimsel teoriye göre, bir mekanizmanın işlevselliği geçmişteki organizmalara yararlı olduğu ve bu nedenle mekanizmanın doğal seçilim yoluyla aktarılmasına neden olmuştur; bu durum neden bu mekanizmanın varlığını günümüzdeki organizmalarda sürdürdüğünü açıklamaktadır. Diğer taraftan, önceden uyuma yönelik olan mekanizmanın, stres sistemindeki kortizol tepkisi gibi, işlevsel yönünün dışında çok sık, kolay, yoğun ya da uzun süreler boyunca tetiklenmesi nedeniyle bu mekanizmaların artık "zararlı işlev bozukluğu" ya da uyumsuz hale geldiği ileri sürülmektedir (Wakefield, 1999). Sosyal kaygı, kişinin bazen rutin sayılabilecek sosyal etkileşimlere giremediği ya da yabancı bir topluluk önünde konuşma yapma konusunda yoğun kaygı duyduğu gerçek bir bozuklukken, bu tarz bir korkunun gerçekten normal işlevselliğin bozulması mı yoksa gruptan çıkarılma ve sonuçta hayatta kalma tehdidine yol açabileceği düşünülen durumlarda, geçmişte uyumlu olan normal tehlike sinyallerinin bir ifadesi mi olduğu belirsizdir (Wakefield, 2007). Bazı mekanizmalar artık işlevsiz olarak görünse de aslında geçmişte nispeten nadir oldukları durumlarda (sıklığı düşük özellikler) avantaj sundukları ve üreme başarısına sahip oldukları için popülasyonda zaman içinde korundukları düşünülmektedir ve bu durum sıklığa bağlı seçilim (frequency-dependent selection) olarak bilinmektedir (Ayala ve Campbell, 1974). Evrimleşmiş bir psikolojik mekanizma, evrimsel tarih boyunca belirli bir hayatta kalma ya da üreme problemini

çözdüğü için var olmaya devam etmektedir. Sosyal ilişkiler ise vahşi canlılardan korunma, yiyecek bulma, bakım ve sosyal destek gibi olanakların yanı sıra, bireylere bir dizi hayatta kalma, üreme fırsatı ve gerekli kaynakları sağladığı için evrimleşmiştir (Buss, 2015). Buradan yola çıkıldığı zaman, bireyin akranları (Beeri ve Lev-Wiesel, 2011) ve başkaları tarafından reddedilmek (Segrin ve Kinney, 1995) ya da statü kaybı ve sosyal dışlanma (Kurzban ve Leary, 2001) gibi sosyal kaynakların kaybedilmesi birey için önemli tehditler oluşturabilmektedir. Aynı zamanda yapılan fMRI çalışmaları, sosyal ilişkiler zarar gördüğünde, reddedilme ve sosyal dışlanmanın verdiği sosyal acının, nörobilişsel düzeyde fiziksel acıya benzediğini ileri sürmektedir (Eisenberger, Lieberman ve Williams, 2003).

Kaygının, gelecekteki tehlikeler için kişiyi imajinal formda hazırlaması bağlamında adaptif olduğu düşünülmektedir (Mathews, 1990). Sosyal kaygıyla ilgili nörogörüntüleme çalışmaları sınır olsa da, konuyla ilgili bazı çalışmalar mevcut bulunmaktadır. Çalışmalar, semptom provokasyonu sırasında ve insan yüzü uyaranlarına tepki olarak medial temporal lob yapılarında aşırı duyarlılığın görülmesinin yanı sıra, insan yüzleri ile yapılan aversif koşullama sırasında medial temporal lob yapıları içinde anormal örüntü aktivitesine işaret etmektedir (Rauch, Shin ve Wright, 2003). Ayrıca, düşmanca yüzleri tanıma (Öhman, Lundqvist ve Esteves, 2001) ve gözün bakış açısının tespiti (Grice vd., 2005) gibi belirli sosyal sinyallerin gönderilmesinde ve çözümlenmesinde yer alan özel sinirsel yollar vardır. Bu farklı sinirsel yollar, biliş, duygulanım ve davranış örüntülerini oluşturmak için etkileşime giriyor gibi görünmektedir (Ashby ve Isen, 1999; Carver, Johnson ve Joorman, 2009; Posner, Russell ve Peterson, 2005). SKB'de olduğu gibi, olası bir tehditle karşılaşıldığında gerçekleşen savaş ya da kaç tepkisi genellikle strese karşı prototipik insan tepkisi olarak kabul edilmektedir (Taylor vd., 2000).

Evrimsel anlamda hayatta kalma değeri olan ya da evrimsel bir avantajı ve amaca uygun olan davranışlar için kullanılan 'teleonomi' terimine baktığımızda (Lorenz, 1981), tehdit edici görülen durumla karşılaşıldığında ortaya çıkabilen donup kalma, terleme, bayılma ve zihnin içindeki bilgilerin aniden uçup gitmesi gibi reaksiyonların aslında eski zamanlarda hayatta kalmayı sağlayan teleonomik mekanizmanın parçası

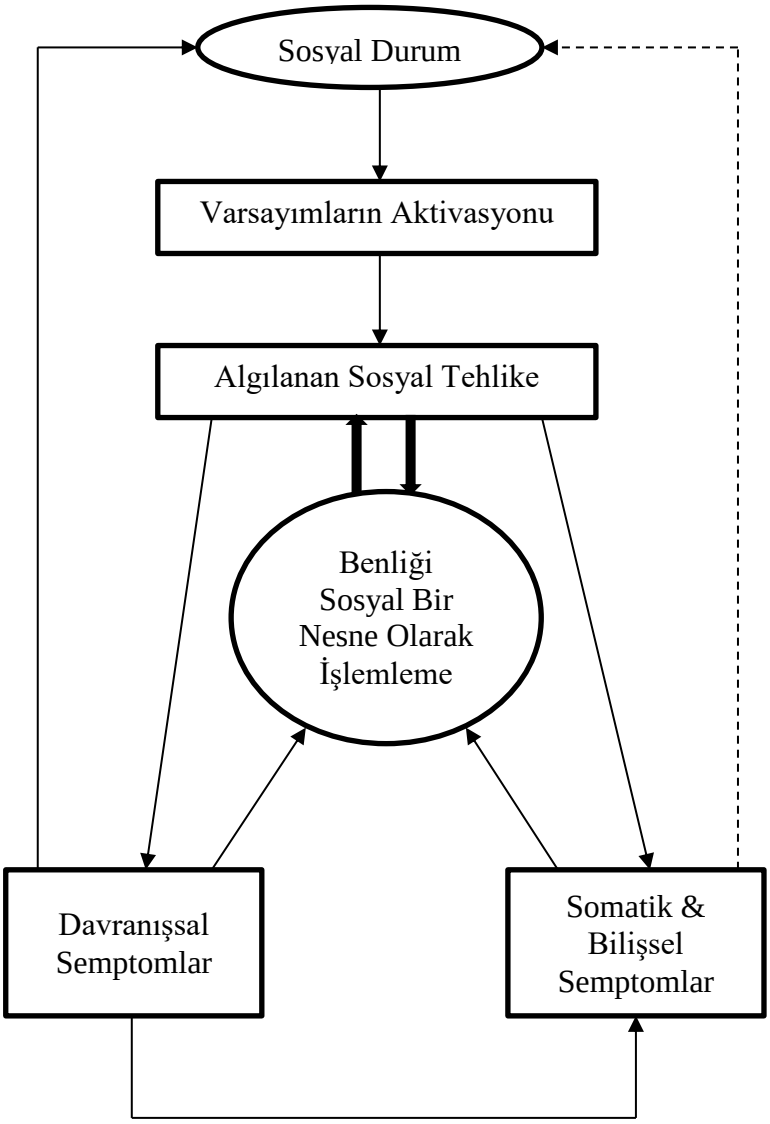
olabileceği düşünülmektedir. Psikobiyolojik bir teori, sosyal kaygısı olan bireyin psikolojik olarak savunma sistemine kitlendiğini, öyle ki, değerlendirme ve başa çıkma sistemlerinin, düşmanca ve rekabetçi bir dünyadaki çeşitli tehditleri ve statü (değer) kaybını algılamaya ve kendini bu tarz tehditlere karşı savunmaya yönelik hale geldiğini ileri sürmektedir (Trower ve Gilbert, 1989). Sosyal kaygının kökeninin, hayvanların elde etmeye çalıştıkları kaynak ve statüler için başkaları ile çatışmaya girme tehlikesine karşı kendilerini uyaran evrimsel mekanizmalara dayandığı düşünülmektedir. Buna ek olarak, evrimsel bir bakış açısına göre sosyal kaygı, kaynaklar için rekabet etme ve daha şiddetli biçimlerinde (formlarda) yeni ilişkiler geliştirme yeteneğini zayıflatıyor gibi görünmektedir (Gilbert, 2001). Birçok türün birbirlerini tehdit edebildiği, yaralayabildiği, zorbalık gösterebildiği ve öldürebildiği düşünüldüğünde böyle bir zarara ya da hasara yol açabilecek durumlar için kaygı oldukça uyumlu görünmektedir. Bu açıdan bakıldığında, gerçekten de sosyal kaygının en eski biçimlerinin olasılıkla bu tehditler ile başa çıkabilmek için evrimleşmiş olabileceği düşünülmektedir (Gilbert, 2001; Trower ve Gilbert, 1989). Diğer taraftan insanların yeni ilişkiler kurma ve mevcut ilişkilerini sürdürme ya da başkaları üzerinde iyi izlenim bırakma çabasının evrimsel açıdan duygulanım sistemleriyle bağlantılı olduğu ileri sürülmüştür. Kişi beğenildiğinde, sevildiğinde, onaylandığında veya başarılı olduğunda iyi hissederken, kaynaklarını kaybettiğinde, statü kaybına uğradığında, sosyal redde maruz kaldığında veya sevilmediğini hissettiği durumlarda kaygılı ya da depresif olabilmektedir (Nesse, 1990). Bu nedenle insanlar kötü hissetmelerine neden olabilecek durumlardan kaçınmakta ve onaylandıklarını hissettikleri güçlü, sabit ve dayanıklı kişilerarası ilişkiler oluşturmaya yönelik karşı güçlü bir arzu duymaktadır; başka bir deyişle, insanlar uzun vadeli arkadaşlıklar, yararlı bağlantılar ve olumlu etkileşimler aramaktadır (Baumeister ve Leary, 1995).

1.1.3.2. Sosyal Kaygıyla İlgili Bilişsel Modeller

Araştırmacılar önerdikleri bilişsel modellerde, hangi faktörlerin sosyal kaygıyı sürdürüyor olabileceğini açıklamaya çalışmışlardır. Bu doğrultuda sosyal fobinin bilişsel bir modeli Clark ve Wells (1995) tarafından önerilmiştir. Sosyal kaygının

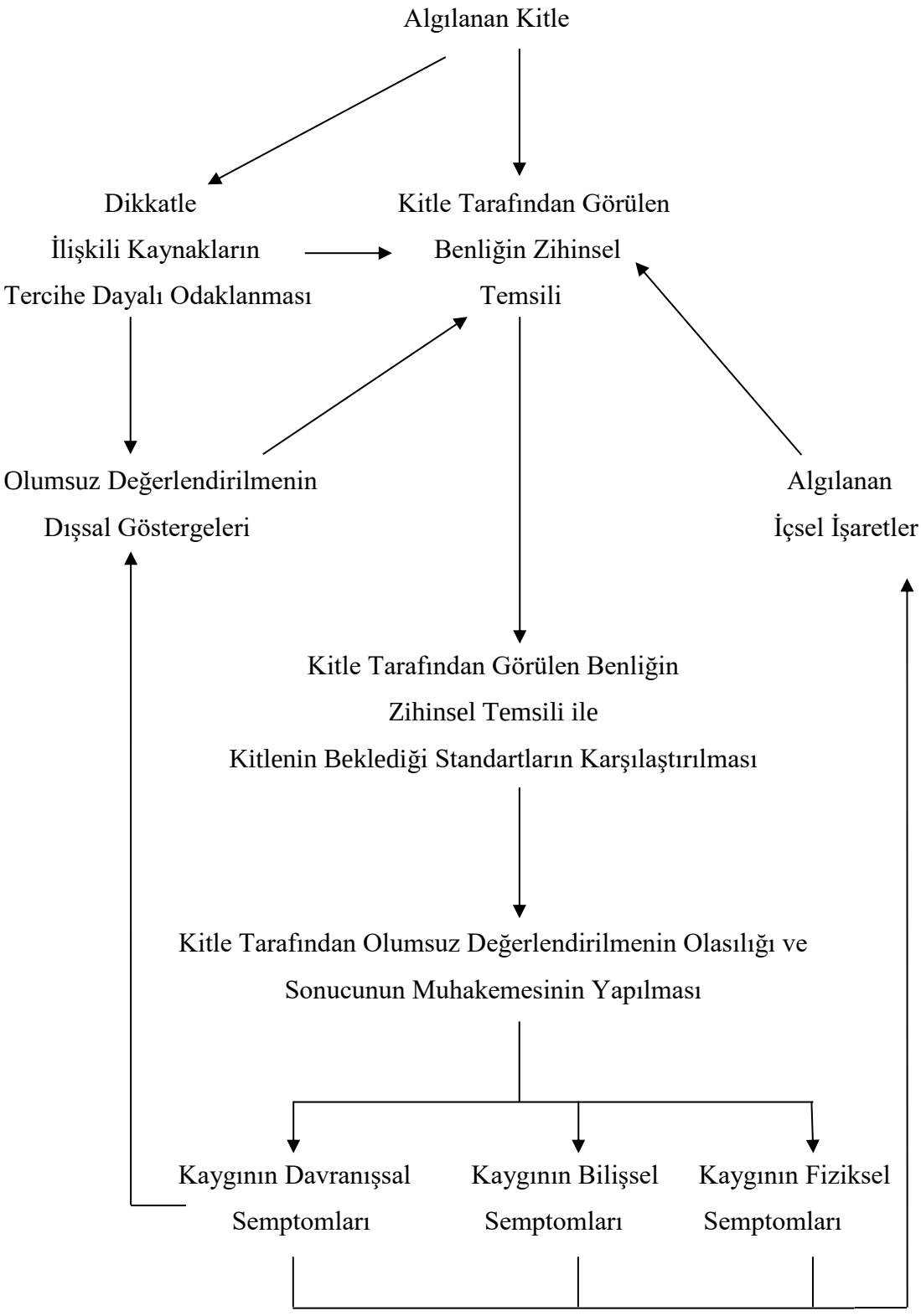
özü, kişinin kendisiyle ilgili olumlu bir izlenimini başkalarına iletme konusunda güçlü bir arzu ve kişinin bunu yapabilme konusundaki belirgin güvensizlik durumu olarak görülmektedir. Doğuştan gelen davranışsal eğilimlerle etkileşim içinde olan önceki deneyimlerin sonucu olarak, SKB olan bireyler, kendileri ve sosyal dünyaları hakkında, bir veya daha fazla sosyal durumda tehlike içinde olduklarına inanmalarını sağlayan bir dizi varsayım geliştirmektedirler. Özellikle, bu sosyal durumlardaki davranışları nedeniyle, statü kaybı, değer kaybı ve reddedilme gibi felaketlerle karşılaşacaklarına dair inançları bulunmaktadır. SKB olan birey, sosyal bir durumu, bir defa bu şekilde algıladığında "kaygı programı" aktive edilmektedir. Tehlikenin gerçekten ziyade hayali olduğu durumlarda, bu kaygı tepkileri büyük oranda uygunsuz olmaktadır. Yararlı bir işleve hizmet etmek yerine, sıklıkla algılanan tehlike için kaynak haline gelmektedirler ve bu şekilde sosyal kaygıyı sürdürmeye ya da şiddetlendirmeye neden olan bir dizi kısır döngüye katkıda bulunmaktadırlar. En önemli değişimlerden biri SKB olan bireyin korkulan bir duruma girdiğinde dikkat odağındaki kayma ile ortaya çıkmaktadır. Bu bireyler kendilerinin başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme tehlikesi altında olduklarını düşündükleri sosyal bir duruma girdiklerinde, dikkatlerini kendilerini detaylı izlemeye ve gözlemlemeye yöneltmektedirler. Ortamdaki diğer insanların bakış açısından gözlemlemek yerine dikkati kendine odaklanan bireyin, "Herkesin onayını almalıyım" ya da "Herhangi bir zayıflık belirtisi göstermemeliyim" gibi sosyal performans için oldukça yüksek standartları ve varsayımları bulunmaktadır. Diğer taraftan "Başkaları beni gerçekten tanırlarsa, benden hoşlanmazlar" gibi koşullu inançlar ve "Ben garip/tuhafım" ya da "Yetersizim" gibi koşulsuz inançlar kişinin içinde bulunduğu sosyal durumu tehlikeli olarak yorumlamasına yol açmaktadır. Bu olumsuz varsayımları aktive olan kişi, önceden olumsuz değerlendirilme ile ilgili düşüncelere sahip olmalarının da etkisiyle beklenilen performans standartlarını karşılayamayacaklarını düşünmektedir ve olumsuz sosyal tehlike ipuçlarına karşı dikkat yanlılığı göstermektedir. Bu ipuçlarına odaklanan bireyin olumsuz değerlendirilmekten korkması belki de kısmen kendini gerçekleştiren kehanet gibi görünmektedir; korkular nedeniyle ortaya çıkan güvenlik davranışları ve kendine odaklanmış dikkat, SKB olan bireyin gerçekten de başkalarına olan görünümü üzerinde olumsuz bir etkiye sahip olabilmektedir. Bu durumların sonucunda kaygı yaşayan bireyde güvenlik davranışları ortaya

çıkmaktadır ve bu davranışlar sonucunda da kişi somatik ve bilişsel semptomlar (örn., dökülmesini önlemek için bir bardağı sıkıca tutmak sarsaklığı ve titremeyi artırabilir) yaşamaktadır (Clark ve Wells, 1995). Bu durumların sonucunda dikkati kendine yönelen birey, ilgi odağı olduğu hissine sahiptir ve benliği sosyal bir nesne olarak işlemlendiği SKB'nin devam etmesine neden olan Şekil 1'de önerilen süreçler ortaya çıkmaktadır.



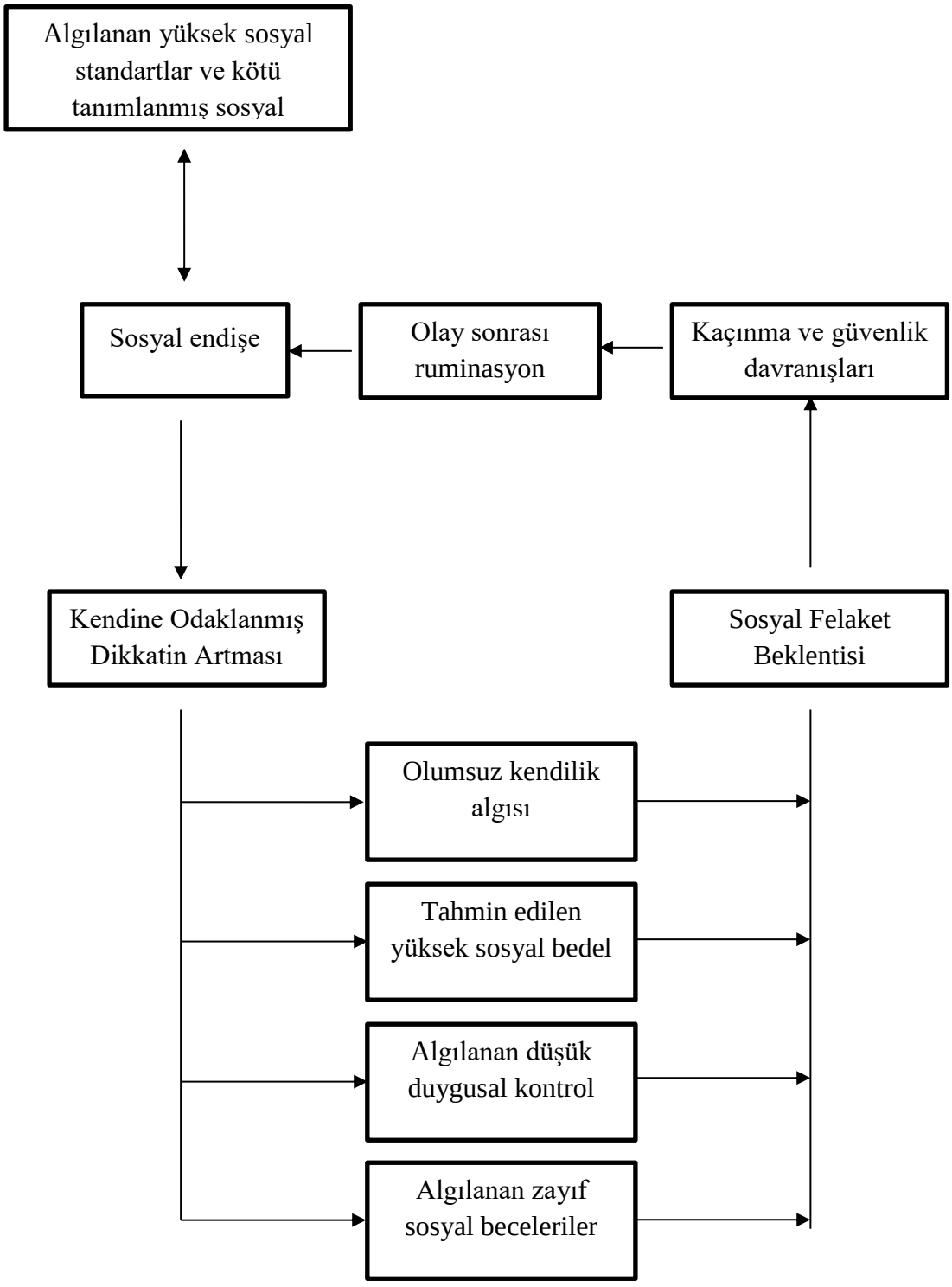
Şekil 1. Clark ve Wells'in (1995) Önerdiği Sosyal Fobi Modeli

Rapee ve Heimberg'in (1997) önerdikleri model, SKB olan kişilerin olası değerlendirilme durumlarıyla ilgili bilgileri nasıl algıladıklarını ve işlediklerini ve bu süreçlerin sosyal kaygı düzeyi düşük ve yüksek olan bireylerde nasıl farklılaştığını açıklamaktadır. SKB olan bireyler, diğer insanların doğaları gereği eleştirel (kritik) olduklarını, başka bir deyişle, kendilerini olumsuz değerlendireceklerini varsaymaktadırlar; ayrıca, başkaları tarafından olumlu değerlendirilmeye büyük önem atfetmektedirler. Bu bağlamda sosyal kaygıyı ortaya çıkaran ve devam etmesine neden olan çeşitli süreçler ortaya çıkmaktadır. Kişi, sosyal bir durumla karşılaştığında, dış görünümünün ve davranışlarının kitle tarafından görüldüğünü tahmin ettiği bir zihinsel temsilini oluşturmaktadır ve aynı zamanda dikkat kaynaklarını hem bu içsel temsile hem de sosyal çevreden algılanan herhangi bir dışsal tehdide odaklamaktadır. Sosyal fobi durumunda olası dış tehditler, kaş çatma ve sıkılma gibi olası olumsuz değerlendirilme göstergelerini ifade etmektedir. Dikkatin bu dış tehditlere odaklanmasına ve kişinin görünüm ve davranışlarının zihinsel temsillerine ek olarak, birey aynı zamanda kitlenin kendisinden beklediği performans standardı veya normunu tahmin etmektedir. Kitle tarafından görülen benliğin zihinsel temsili ile kitlenin beklediği standartlar, kitlenin bireyin mevcut performansıyla ilgili algısına dair bir tahmin sağlamak için karşılaştırılmaktadır. Benliğin zihinsel temsiline ilişkin algı ile kitlenin beklediği standartlara ilişkin algı arasındaki farklılıklar, kitle tarafından olumsuz değerlendirilme olasılığını belirlemektedir (Rapee ve Heimberg, 1997). Öngörülen olumsuz değerlendirilme ayrıca, kitle tarafından görülen benliğin zihinsel temsilini etkileyen fiziksel, bilişsel ve davranışsal bileşenleri olan kaygıyı ortaya çıkarmaktadır ve böylece Şekil 2'de önerilen döngü yenilenmektedir.



Şekil 2. Rapee ve Heimberg'in (1997) Sosyal ya da Değerlendirilme Durumlarında Kaygının Ortaya Çıkma ve Sürdürülme Süreci Hakkında Önerdikleri Model

Hofmann (2007), son yıllarda SKB'nin devam etmesinde etkili olan psikolojik faktörleri belirlemeye çalışan araştırmalardan yola çıkarak, SKB'nin devam etmesinde etkili olan bilişsel faktörlere ilişkin bütüncül bir model önermiştir. Bu model, sosyal kaygının gerçekçi olmayan standartlarla ve ulaşılabilir sosyal hedeflerin seçimindeki yetersizliklerle ilişkili olduğunu varsaymaktadır. Zorlu sosyal durumlarla karşılaştıklarında, SKB olan bireyler dikkatlerini kaygılarına yöneltmekte, kendilerini sosyal bir nesne olarak olumsuz görmektedirler, sosyal karşılaşmanın olumsuz sonuçlarını abartmakta, duygusal tepkileri üzerinde çok az kontrol sahibi olduklarına inanmakta ve sosyal becerilerini sosyal durumla etkin bir şekilde başa çıkmak için yetersiz olarak görmektedirler. Sosyal felaketlerden kaçınan SKB olan bireylerde, kaçınma ve güvenlik davranışları dahil olmak üzere, uyumsuz başa çıkma stratejileri, ardından da gelecekte daha fazla sosyal endişeye yol açan olay sonrası ruminasyon görülmektedir (Hofmann, 2007). Kendi kendine beslenen Şekil 3'te gösterilen bu döngü, nihayetinde bozukluğun devam etmesine ve daha da kötüleşmesine neden olmaktadır.



Şekil 3. Hofmann'ın (2007) Önerdiği Sosyal Kaygı Bozukluğunun Devam Etmesinde Etkili Olan Psikolojik Faktörlere İlişkin Model

1.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu

SKB'nin temel özelliği, DSM-5'te bireyin başkaları tarafından değerlendirilmesinin olası olduğu sosyal durumlarda belirgin veya yoğun bir korku ya da kaygı duyması olarak tanımlanmaktadır (APA, 2013). Bilişsel-davranışçı modellerde (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) de olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygının temel özelliklerinden biri olarak görülmektedir. Yine Beck vd. (1985) de başka bir kişi ya da kişiler tarafından olumsuz değerlendirilme korkusunun, sosyal kaygıda temel korku olarak ön plana çıktığını ve sosyal kaygıyı diğer kaygı türlerinden ayırdığını ileri sürmektedir. Bu modeller, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin, özellikle kaygı uyandıran sosyal durumlarda görünüş ve davranışlarının olumsuz zihinsel temsillerini bildirdikleri ve bu sosyal durumları gözlemci bakış açısından (bir başkasının gözünden) gördüklerini bildirdikleri ampirik bulgular ile tutarlıdır (Coles, Turk, Heimberg ve Fresco, 2001; Hackmann, Surawy ve Clark, 1998; Wells ve Papageorgiou, 1998).

Olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal bir duruma katılırken ya da sosyal bir durum beklenirken, olumsuz veya kötü olarak değerlendirilmekle ilgili korku duymakla ilgilidir, sosyal kaygı ise bu durumlar karşısında verilen duygulanımsal tepkilerle ilgilidir (Weeks vd., 2005). Olumsuz değerlendirilme korkusu, başkaları tarafından küçük düşürücü ya da düşmanca yargınlanma konusundaki kavrayıştan kaynaklanan endişe ve sıkıntıya işaret etmektedir (Carleton, McCreary, Norton ve Asmundson, 2006). Değerlendirilme korkusunu Beck vd. (1985), sosyal açıdan tehdit edici bulunan bir durumda, gergin bir ip üstünde yürümeye benzetmektedir. Bu durumda kişi performansını yeterli bulmadığı takdirde, ciddi bir aksiliğe maruz kalacağını hissetmektedir.

Olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi yüksek olan bireyler, olumsuz değerlendirilme olasılığını önlemeye yönelik davranış sergileme eğilimindedirler. Bununla birlikte, olumsuz değerlendirilmenin önlendiğine dair bir işaret olarak önemli gördükleri başkalarından geri bildirim alma arayışında bulunabilmektedirler (Ridgers, Fazey ve Fairclough, 2007). Olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan

bireylerin sosyal kaygı ve sıkıntı düzeyleri, olumsuz değerlendirilme korkusu düşük olan bireylere göre daha yüksek olduğu bilinirken, bu bireylerin aynı zamanda olumsuz tepki yanlılıklarından ötürü olumsuz yüz ifadelerini daha doğru bir şekilde tespit ettikleri ve nötr ifadeleri tespit etmedeki doğruluk oranlarının daha düşük olduğu bildirilmektedir (Winton, Clark ve Edelmann, 1995). Göz hareketlerini izleme tekniğiyle yürüttükleri bir çalışmada Wieser, Pauli, Weyers, Alpers ve Mühlberger (2009), olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan katılımcıların duygusal yüz ifadelerine (özellikle mutlu yüzlere), nötr yüz ifadelerine göre daha uzun süre dikkat ettiklerini, ayrıca erkek yüzlerine kıyasla kadın yüzlerine karşı dikkat yanlılıklarının daha fazla olduklarını tespit etmişlerdir.

Olumsuz olarak algılanmak ve değerlendirilmek konusunda fazla endişe duyan bireyler, olumsuz değerlendirilme olasılığını ortada kaldıracak şekilde davranmaları ve bu tür endişelerle ilgili durumsal faktörlere başkalarının değerlendirmeleri hakkında daha az endişeli olan bireylere göre daha duyarlılardır (Leary, 1983). Watson ve Friend (1969), olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyleri yüksek olan bireylerin, değerlendirilme durumlarında gergin olma eğiliminde olduklarını ve hem onaylanmamaktan kaçınmak için hem de kabul (onay) görmek için çaba sarf etme eğiliminde olduklarını gözlemlemişlerdir. Friend ve Gilbert (1973), olumsuz değerlendirilme korkusu olan bireylerin az yetenekli oldukları olası bir değerlendirilme durumunda, kendileri için tehdit edici bir bilgi olan bir başkasının kendilerinden daha iyi oldukları bilgisinden kaçındıklarını belirtmektedir. Buna ek olarak, eğer algılanan tehdit özellikle güçlü ise, kişi grubun en iyisiyle karşılaştırılmaktan kaçınmaya ek olarak, kendini iyi hissetmek ve tehdit azaltma amaçlarıyla kendisinden daha kötü başkalarını arama eğiliminde olmaktadır. Olumsuz değerlendirilme korkusunun kötü haberlerin aktarılması konusundaki isteksizlikle ilişkili olduğu görülmektedir. Rosen ve Tesser (1972), çalışmalarında katılımcıların iyi bir habere kıyasla kötü bir haberi yabancı birine anlatırken, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumsuz bir izlenim bırakmak istememeleri nedeniyle, aktarıcı olarak haberin içeriğindeki detayların daha azını anlattıklarını ve bunu daha az doğal bir şekilde gerçekleştirdiklerini bulmuşlardır.

Teachman ve Allen (2007), ergenler üzerinde 5-6 yıl yürüttükleri boylamsal çalışmalarında algılanan sosyal destek eksikliğinin, olumsuz değerlendirilme korkusunu yordadığını gözlemlemişlerdir. Klinik şiddeti yüksek olan katılımcılarda ise yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusunun azalmış yaşam kalitesiyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Kent ve Keohane, 2001). Başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme ya da yargılanma korkusu, olası suçluluk ve utanç duygusunu artırıyor gibi görünmektedir; özellikle, utancın suçluluğa göre olumsuz değerlendirilme korkusuyla daha yakından bağlantılı olduğu düşünülmektedir (Liss, Schiffrin ve Rizzo, 2013). Ayrıca olumsuz değerlendirilme korkusunun, performans gerektiren etkinliklerdeki fiziksel belirtilerle de ilişkili olduğu bilinmektedir. Mesagno, Harvey ve Janelle (2012), atletler üzerinde yürüttükleri çalışmalarında, olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi yüksek olan atletlerin kaygı düzeylerinde anlamlı bir yükselme gözlerlerken, aynı zamanda performans düzeylerinde de anlamlı bir düşüş olduğunu gözlemlemişlerdir; diğer bir deyişle, olumsuz değerlendirilme korkusu arttıkça atletlerin baskı altında tıkanma olasılıkların da arttığını tespit etmişlerdir.

Olumsuz değerlendirilme korkusu konusunda Türkçe kaynaklar incelendiğinde, kavramı ölçmek için yapılan psikometrik çalışmaların (Koydemir ve Demir, 2007; Bilge ve Kelecioğlu, 2008; Çetin, Doğan ve Sapmaz, 2010) dışında, kavram Türk psikoloji alanyazınında yeterli ilgiyi görmemiştir. Görüldüğü üzere, kavram Türkiye'de yeterli ilgili görmemiş olsa da, olumsuz değerlendirilme korkusu konusunda uzun yıllardır çalışmalar yapılmaya devam etmektedir ve araştırmacılar tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal kaygının temel bir özelliği olarak kabul edilmektedir. Bir sonraki bölümde ise son yıllarda sosyal kaygının önemli bir bileşeni olabileceği düşünülen olumlu değerlendirilme korkusu kavramı ele alınacaktır.

1.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu

Bilişsel modeller her ne kadar olumsuz değerlendirilme korkusunu, sosyal kaygının temel özelliği olarak kabul etse de, sosyal kaygı için olumlu ve olumsuz

değerlendirilme korkularının dahil olduğu, genel anlamda bir değerlendirilme korkusunun önemli olabileceği düşünülmektedir. Geçmiş yıllardaki ampirik bulgular, sosyal kaygısı olan bireylerden rol yapma prosedürü sonucunda başarılı bir sosyal etkileşim gerçekleştiren bireylerin, ilerde kendilerinden daha fazlasının bekleneceğine dair inançlarının olduğunu göstermektedir (Wallace ve Alden, 1995, 1997). Gilbert (2001) ise bu durumu sosyal kaygı için önerdiği psikoevrimsel modelinin anahatlarını belirlerken, kendilerini diğer insanlardan aşağı hisseden bireylerin statülerindeki olası bir artış nedeniyle başkalarıyla çatışma içine girme ihtimalinden korkmalarını veya herhangi bir kazancın gelecekte korunamayacağı ya da savunulamayacağından korkmalarını iyi edimde bulunma korkusu (fear of doing well) olarak adlandırmıştır. Weeks, Heimberg ve Rodebaugh (2008), olumlu değerlendirilme korkusunun yapısını Gilbert (2001) tarafından ortaya konulan sosyal kaygının evrimsel açıklamalarına dayanaraktan oluşturmuşlardır. Esasında, sosyal kaygısı olan bireyler üzerlerine dikkat çekmek ve kendilerini sosyal ilgi için ya da kaynaklar için doğrudan rekabetin içine sokma ihtimalleri nedeniyle iyi performans göstermekten korkmaktadır (Weeks vd., 2008). Eğer bu teori geçerliyse, sosyal kaygı hem olumlu hem de olumsuz değerlendirilme korkusu tarafından tetikleniyor gibi görünmektedir. Olumsuz değerlendirilme korkusunun baskınlık hiyerarşisinde aşağı yönlü bir hareketin sinyali olarak hizmet edebileceği düşünülürken, olumlu değerlendirilme korkusunun ise kişinin önemli diğer kişileri rahatsız edebileceğine ya da yeni edinilen statüyü korumak zorunda kalabileceğine dair bir uyarı sinyali olarak hizmet edebileceği düşünülmektedir (Rodebaugh, Weeks, Gordon, Langer ve Heimberg, 2012). Weeks vd. (2008), yürüttükleri çalışmaları sonucunda olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu yapılarının yüksek düzeyde korelasyona sahip olduğunu ve oluşan iki faktörlü bir değerlendirilme korkusu modelinin, tek faktörlü bir modelden daha iyi bir uyum gösterdiğini tespit etmişlerdir. Bu bulgular sonucunda, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygısı olan bireylerin bilişlerinde önemli bir role sahip olabileceği düşünülmektedir. Olumlu değerlendirilme korkusu için yapılan çalışmaların klinik olmayan örneklemlerde yapılması nedeniyle daha kapsamlı çıkarımlar yapabilmek için klinik örneklemler üzerinde çalışma yapılması ihtiyacı doğmuştur. Alandaki bu eksiklerden ötürü, Fergus vd. (2009) klinik örneklem üzerinde yürüttükleri çalışmalarında, önceki

çalışmalardaki gibi olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularından oluşan iki faktörlü modelin, sadece olumlu değerlendirilme korkusundan oluşan tek faktörlü bir modele göre daha iyi bir uyum gösterdiğini bulmuşlardır. Buna ek olarak, aynı çalışmada SKB olan katılımcıların SKB olmayan katılımcılara göre olumlu değerlendirilme korkusu düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca belirtmek gerekir ki olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu tamamen karşıt kavramlar değildir, her ikisi de bir kişinin değerlendirildiğini ve dikkatle incelendiğini belirtmektedir. Yine alternatif bir argümana göre, olumlu değerlendirilme korkusunun belli bir düzeydeki etkisinin olumsuz değerlendirilme korkusundan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. İyi bir konuşma yaptığı söylenen yüksek düzeyde sosyal kaygıya sahip bir kişi, bir sonraki konuşmasında aynı standardı karşılayamama olasılığından korkabilir ve bu konuşmanın öncesinde, ilk konuşmaya göre daha fazla düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusu deneyimleyebilme ihtimali bulunmaktadır (Rodebaugh vd., 2012).

Olumlu değerlendirilme korkusu konusunda genellikle kesitsel çalışmalar bulunmakla birlikte son zamanlarda konuyla ilgili boylamsal çalışmaların da yürütüldüğü görülmektedir. Rodebaugh vd. (2012), boylamsal çalışmaları sonucunda, olumlu değerlendirilme korkusu ile olumsuz değerlendirilme korkusunun orta derecede ilişkili olsa da ayrı yapılar olduğunu ileri sürmektedir. Daha güncel çalışmalar olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun, olumlu ve olumsuz sosyal geri bildirimle ilişkili olarak değerlendirildiğinde iki ayrı yapı olarak görülebileceğini ortaya koymuştur (Reichenberger, Wiggert, Wilhelm, Weeks ve Blechert, 2015). Weeks, Heimberg, Rodebaugh, Goldin ve Gross'un (2012) geniş çok bölgeli hasta örnekleminde gerçekleştirdikleri çalışmaların bulguları, SKB olan bireylerin herhangi bir değerlendirilmeden (olumlu ve olumsuz) korktukları görüşüne ve ayrıca olumlu değerlendirilme korkusunun SKB'nin bilişsel bir bileşeni olduğu kavramına güçlü bir destek sağlamaktadır. Ayrıca olumlu değerlendirilme korkusu konusuna olan ilgi artarak devam etmektedir ve son zamanlarda SKB olan ergenlerden oluşan klinik bir örneklem üzerinde de ölçümler yapılmıştır ve ergen örneklemde de olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı ölçekleri arasında pozitif ilişki tespit edilmiştir (Lipton, Augenstein, Weeks ve De Los Reyes, 2014).

Yine, günümüzde Reichenberger vd.'nin (2019) çalışmalarındaki SKB grubu, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularını değerlendiren ölçüm araçlarında yüksek puanlar almışlardır ve aynı zamanda, olumlu ve olumsuz değerlendirilmeleri içeren sosyal durumlarla ilgili ciddi düzeyde kaygı göstermişlerdir. Çalışmamızda olduğu gibi sosyal kaygıda olumlu değerlendirilme korkusu faktörüne olan ilgili giderek artmaya devam etmektedir. Bununla birlikte, kavramın Türk psikoloji alanyazınında araştırılma durumu olumsuz değerlendirilme korkusundan daha karamsar bir tablo çizmektedir. Kavramı ölçmek için yapılan uyarlama çalışması dışında (Doğan ve Totan, 2010) konu hakkında doğrudan yapılan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

1.4. Olay Sonrası İşlemleme

Olay sonrası işlemleme (OSİ) veya olay sonrası ruminasyon (post-event processing veya post-event rumination), sosyal bir durumu takiben bireyin tekrarlayan düşüncesinin ve performansının yeniden yapılandırılması olarak tanımlanmaktadır (Brozovich ve Heimberg, 2008). Başlangıçta, Clark ve Wells'in (1995) olay sonrası işlemleme olarak ele aldığı kavramı, sonraki yıllarda, alternatif bir terim olarak olay sonrası ruminasyon şeklinde kullanan çalışmalar (Abbott ve Rapee, 2004; Edwards, Rapee ve Franklin, 2003; Perini, Abbott ve Rapee, 2006) bulunmaktadır. Bununla birlikte, Fehm, Schneider ve Hoyer'in (2007) önerdiği şekilde, OSİ, ruminasyon dışındaki bilişsel süreçleri de içermesinden dolayı, bu araştırmada olay sonrası işlemleme terimi kullanılacaktır. Sosyal kaygısı olan bireylerin, sosyal karşılaşmalar hakkında olay sonrası işlemlemeye yatkın oldukları ve bunun kendi performansları ve diğer insanların onlarla ilgili değerlendirmeleri hakkındaki olumsuz inançlarını pekiştirme eğiliminde olduğu varsayılmaktadır (Clark ve Wells, 1995). Diğer taraftan Rapee ve Heimberg (1997) ise geçmişe yönelik düşüncelere dalmanın, sosyal kaygıyı ortaya çıkaran veya sürdürülmesinde etkili olan faktör olduğunu ileri sürmüştür. Ancak, sosyal kaygıdaki ruminasyon konusu yakın bir tarihe kadar çok az ampirik ilgi görmüştür. Rachman, Grüter-Andrew ve Shafran (2000), sosyal kaygıda olay sonrası işlemlemenin ortaya çıkıp çıkmadığı araştırmışlardır ve analizleri sonucunda böyle bir işlemlemenin ortaya çıktığına dair güçlü bulgular elde etmişlerdir.

Özellikle, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin geçmişteki tatmin edici olmayan olaylar hakkında düşünmemeye çalışmalarına karşın bu olayların unutulmasının zor olduğunu bildirdikleri bilinmektedir; olay sonrası işlemlemenin, kaygılı bireyler için durumu daha kötü bir hale getirdiği görülürken, sosyal kaygı düzeyi düşük olan katılımcılarda herhangi bir kötüleşme görülmemektedir. Mevcut teoriyle benzer şekilde sonuçlara ulaşan Edwards vd. (2003), yüksek ve düşük düzeyde sosyal kaygısı olan bireylerin bir sosyal performansı takiben olay sonrası geçmişe yönelik düşüncelere dalma düzeylerinin farklılaştığını tespit etmişlerdir; korelasyon sonuçları, sosyal kaygı ve depresyonun her birinin sosyal olay için olumsuz ruminasyon ile bağımsız olarak ilişkili olduğunu göstermiştir. Teoriyi desteklemek ve genişletmek için Abbott ve Rapee (2004) tarafından gerçekleştirilen başka bir deneysel çalışmada, SKB olan bir grup ile kontrol grubuna hazırlıksız olarak bir konuşma yapmaları istenmiştir ve performanslarının değerlendirileceği söylenmiştir. Katılımcılar konuşmadan hemen sonra ve bir hafta sonra performanslarını değerlendirmiştir ve konuşmayı takip eden hafta boyunca olay sonrası işlemlemenin sıklığı ölçülmüştür. SKB olan grubun, konuşmalarına yönelik olumsuz değerlendirmelerini hafta boyunca sürdürdükleri görülürken, klinik olmayan grupta performanslarına yönelik değerlendirmelerinde olumlu bir artış olduğu görülmüştür; SKB olan grubun ayrıca kontrollerden daha fazla ruminasyonla uğraştıkları gözlenmiştir. Buna ek olarak, tedaviyi takiben, klinik örneklem grubu daha az olumsuz ruminasyon bildirmiştir. Kocovski, Endler, Rector ve Flett (2005) çalışmalarında katılımcılara, topluluk önünde hata yapmanın konu alındığı kısa hikayeler sunulmuştur ve olay sonrası işlemlemenin içeriğinin incelenmesini mümkün kılmak için düşüncelerini kaydetmeleri talimatı verilmiştir. Analizler sonucunda yüksek sosyal kaygı grubunun, düşük sosyal kaygı grubuna göre ruminatif başa çıkma stratejilerini kullanma olasılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur; buna ek olarak, yüksek sosyal kaygı grubundakilerin, düşük sosyal kaygı grubundakilere kıyasla, dikkati başka yöne çekme başa çıkma stratejilerini (distraction coping strategies) kullanma olasılıklarının daha az olduğu bulunmuştur. Ayrıca, yüksek sosyal kaygı grubundakilerin, düşük sosyal kaygı grubundakilere karşıolgusal düşünme (olmayan bir şeyi varmış gibi düşünme, counterfactual thoughts) olasılıklarının düşük sosyal kaygı grubundakilere göre daha fazla olduğu

saptanmıştır. Abbott ve Rapee'nin (2004) araştırmalarını tekrarlayarak ve genişleterek ele alan Perini vd. (2006) araştırmalarında, SKB olan grup ile kontrol grubundan hazırlıksız olarak konuşma yapmaları istenmiştir. Araştırmacıların varsaydıkları üzere, SKB grubundaki katılımcıların konuşma görevini takip eden hafta boyunca kontrol grubuna göre daha fazla ruminasyonla uğraştıkları bulunmuştur. Özellikle, bu çalışmada, SKB olan bireylerin konuşmalarını takiben daha sık olumsuz düşüncelere sahip oldukları, bu düşüncelerle daha fazla büyük ölçüde ilgilendikleri, bu düşüncelerden dolayı daha fazla sıkıntı yaşadıkları ve kaygılı olmayan bireylere göre bu düşünceler üzerinde daha az kontrol sahibi oldukları görülmektedir. Ayrıca, önceki çalışmalarla tutarlı olarak, SKB olan bireylerin bir konuşmadan hemen sonra performanslarını kontrol grubundaki katılımcılardan anlamlı olarak daha kötü algıladıklarını gösteren bulgular yenilenmiştir. Yine Dannahy ve Stopa (2007), çalışmalarında sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük bireylerde kendi performanslarını değerlendirmeleri ve olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Katılımcılar, tanımadıkları bir kişiyle konuştuktan sonra ve beklenen ikinci konuşma görevinden hemen önce performanslarını değerlendirmişlerdir. Çalışmada ayrıca, konuşmayı takip eden hafta boyunca olay sonrası işlemlemenin sıklığı ve en yüksek değeri değerlendirilmiştir ve yüksek ve düşük düzeyde sosyal kaygısı olan katılımcıların üstbilişsel süreçlerindeki farklılıklar incelenmiştir. Yüksek düzeyde sosyal kaygısı olan grup, daha fazla kaygı yaşamıştır, daha kötü bir performans gerçekleştirdiklerini tahmin etmişlerdir, gerçek performanslarını hafife almışlardır ve düşük düzeyde sosyal kaygısı olan gruba göre daha fazla olay sonrası işlemleme gerçekleştirmişlerdir. Ayrıca yine bu çalışma, yüksek düzeyde sosyal kaygısı olan bireylerin, düşük düzeyde sosyal kaygısı olan bireylerden daha yüksek düzeyde bazı işlevsiz üstbilişsel süreçler sergilediklerini gösteren ön kanıtlar sunmaktadır. Fehm vd. (2007), çalışmalarında olay sonrası işlemlemenin sosyal kaygı ya da sosyal durumlar için ne ölçüde spesifik olduğunu incelemiştir. Sonuçlar, sosyal olayların daha sık ve yoğun olay sonrası işlemlemeyle takip edildiğini göstermiştir. Buna ek olarak, sosyal kaygının bir yönü olarak olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal açıdan olay sonrası işlemleme ile anlamlı bir şekilde ilişkili bulunurken, fobik durumlar için bulunmamıştır; tam tersine, genel kaygı olay sonrası işlemlemeyi sadece fobik durumdan sonra yordamıştır. Daha

yakın tarihlerde yapılan bir çalışmada Chen, Rapee ve Abbott (2013), klinik bir örneklemde bir konuşmanın yapılmasını takiben olay sonrasını işlemlemenin faktörlerini keşfetmeyi amaçlamışlardır. Analiz sonuçları, olay sonrası işlemlemeye yol açan iki yol göstermektedir. Birincisi sürekli sosyal kaygıdan olay sonrası işlemlemeye giden doğrudan yol ve ikincisi uygunsuz dikkat odağı ve performansın öz değerlendirmesi ile olan ilişkiler yoluyla sürekli kaygıdan olay sonrası işlemlemeye giden dolaylı yollardır. Sonuçlar, olay sonrası işlemlemenin, kendi performanslarını olumsuz bir şekilde algılayan ve dikkatlerini bu olumsuz benlik imajına odaklayan sosyal kaygısı olan bireyler tarafından kısmen yordandığını göstermektedir.

Konuyla ilgili Türkçe kaynaklar araştırıldığında, kavramın Türk psikoloji alanyazınında çalışılmadığı ortaya çıkmıştır. Dolayısıyla, bu çalışma, olay sonrası işlemlemeyi sistematik olarak araştıran ilk çalışmadır.

1.5. Benlik Saygısı

Kayıtlı tarih boyunca, insan türünün gözlemcileri, egotizm ya da benlik saygısına duyulan ihtiyaç olarak kendini gösteren olumlu benlik imajını (self-image) sürdürme arzusuna ve kişinin kendi kültürünün inanç ve değerlerini, genellikle başkaları pahasına, etnik merkeziyetçilik (ethnocentrism) olarak yüceltme arzusuna dikkat etmişlerdir (Greenberg, Solomon ve Pyszczynksi, 1997). Benlik saygısı, kişinin dünya görüşünün geçerliliğine olan güvenine ve bu dünya görüşünün öngördüğü standartlara göre yaşama inancına dayanan kişisel bir değer duygusu olarak tanımlanmaktadır (Weiten, 2012). Benlik saygısı insanların çevrelerindeki olay ve nesnelerin oluşturduğu tehditlere karşı onlara yardım etmek için kullandıkları başa çıkma mekanizmalarını etkileyen psikolojik bir kaynaktır (Pearlin ve Schooler, 1978). Kısaca, benlik saygısı, insanların kendilerine ne kadar değer verdikleriyle tanımlanmaktadır ve kendini bilmenin (self-knowledge) değerlendirici bileşenidir (Baumeister, Campbell, Krueger ve Vohs, 2003). Buradan yola çıkarak, benlik saygısının gerçeklikten ziyade algı olduğu düşünülmektedir; kişi kendisinin zeki ve çekici olup olmadığına dair inancına atıfta bulunur ve aslında kişinin gerçekten akıllı

ve çekici olup olmadığı hakkında buradan bir çıkarım yapılamamaktadır. Terör (dehşet) yönetimi teorisi açısından, benlik saygısı, bireyin anlamlı bir evrenin değerli bir üyesi olduğu algısından oluşmaktadır (Greenberg vd., 1997).

Örtük (implicit) ve açık (explicit) benlik saygısı, benlik saygısının alt tipleridir. Örtük benlik saygısı kişinin farkında olmadığı otomatik, bilinçsiz bir kendilik değerlendirmesine ve sürece karşılık gelmektedir ve kendi içinde üç kategoriye (experimental, naturally mediated ve second-order self-esteem) ayrılmaktadır; buna karşılık açık benlik saygısı daha bilinçli bir kendilik değerlendirmesine karşılık gelmektedir (Greenwald ve Banaji, 1995; Greenwald ve Farnham, 2000). Benlik saygısı ile ilgili en yaygın gerçeklerden birisi, insanların benlik saygısına ihtiyaç duymalarıdır, benlik saygısını korumak ve/veya yükseltmek hayati öneme sahiptir (Krämer ve Winter, 2008). Psikolojik işleyişin merkezi bir yönü olarak öne çıkan benlik saygısı, kişinin yaşamıyla ilgili genel memnuniyeti ve iyi olma hali de dahil olmak üzere birçok değişkenle ilişkili olduğu bilinmektedir (Taylor ve Brown, 1988).

Kültürler arası yürüttükleri çalışmada Diener ve Diener (1995), bireysel düzeyde tüm örneklem için benlik saygısı ile yaşam doyumunun ilişkili olduğunu, diğer taraftan da yaşam doyumu ile benlik saygısının açıkça ayırt edilebilir yapılar olduğunu bulmuşlardır. Judge ve Bono'ya (2001) göre benlik saygısı hem iş doyumunun hem de iş performansının önemli bir yordayıcısıdır. Özellikle, benlik saygısı düşük olan bireylerin (a) genel olarak sosyal çevrelerindeki kendileriyle ilgili dışsal ipuçlarına karşı daha duyarlı oldukları ve (b) bu çevreye yönelimlerinde daha tutucu veya temkinli oldukları bilinmektedir (Campbell ve Lavallee, 1993). Depresyonun sıklıkla düşük benlik saygısına eşlik ettiği bilinen klinik gözlemdir; eğer bu tür depresif duygular yüzeye çıkıyorsa ve eğer bir ölçek benlik saygısını ölçtüğünü iddia ediyorsa, düşük benlik saygısı olan kişiler dışardan gözlemcilere de daha fazla depresif görünmelidir (Rosenberg, 1965). Ayrıca belirtmek gerekir ki genel benlik saygısı (global self-esteem) ile özgül benlik saygısı (specific self-esteem) farklı kavramlardır. Genel benlik saygısı genel anlamda kişinin değer duygusu (olumlu ve olumsuz) olarak tanımlanırken, özgül benlik saygısı doğası gereği daha yagılayıcı ve değerlendiricidir, bilişsel bir bileşene sahip gibi görünmektedir ve belirli bir duruma

özgü (akademik başarı) olduğu görülmektedir (Rosenberg, Schooler, Schoenbach ve Rosenberg, 1995). Bazı araştırmalarda, ruhsal hastalıklarla ilişkili damgalamanın ciddi ruhsal hastalığı olan birçok kişinin benlik saygısına zarar verdiği bulunmuştur (Link, Struening, Neese-Todd, Asmussen ve Phelan, 2001). Bu gibi bulgular ve bazı psikolojik kuramlar, damgalanmış grupların üyelerinin düşük genel benlik saygısına sahip olduklarını öngörmelerine rağmen, ampirik araştırmalar tipik olarak bu öngörüyü desteklememektedir. Damgalanmış grup üyelerinin (a) olumsuz geribildirimleri kendi gruplarına karşı önyargı olarak nitelendirebilecekleri, (b) kendilerini göreceli olarak grup dışı avantajlı bireylerden ziyade, grup üyeleriyle karşılaştırabilecekleri ve (c) gruplarının kötü performans gösterdiği boyutları seçici olarak değersizleştirebilecekleri ve gruplarının üstün olduğu boyutlara değer verebilecekleri önerilmiştir (Crocker ve Major, 1989). Benlik saygısı, yaygın bir şekilde optimizm ile aynı zemini paylaşmaktadır. Buna göre, benlik saygısı başkaları tarafından reddedilmekten ziyade bir kişinin kabul edileceği fikrini taşıyan bir öz-değer duygusunu temsil etmektedir (Scheier, Carver ve Bridges, 1994). Yapılan araştırmalarda, neredeyse her katılımcı grubunun çoğunluğu öz-değerlendirmelerde bulunmaları istendiğinde, katılımcıların kendilerine yönelik olumlu değerlendirmelerde bulundukları bildirilmektedir (Greenwald ve Banaji, 1995). Düşük benlik saygısına sahip olan kişi, başarının değerli olduğu alanlarda yetersiz ya da beceriksiz hissetmektedir ve bu durum yüksek önem ve düşük yeterlik arasında uyumsuzluk yaratmaktadır (Harter, 1993).

Geleneksel bilgi, düşük benlik saygısını şiddetin önemli bir nedeni olarak görmüştür. Ancak ilerleyen dönemlerde araştırmacılar (Baumeister, Smart ve Boden, 1996; Bushman ve Baumeister, 1998), şiddete yol açan durumun düşük benlik saygısından ziyade tehdit edilen egotizm olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu duruma, olumlu bir benlik değerlendirmesiyle çatışan dışardan gelen olumsuz bir değerlendirmenin yol açtığı düşünülmektedir; özellikle belirsiz, tutarsız ve dış onaya büyük ölçüde bağımlı olan benliğin gerçekçi olmayan ya da şişirilmiş benlik görüşleri ve olumlu benlik değerlendirmeleri, özellikle bu tür tehditler karşısında kişiyi savunmasız bırakmaktadır. Fakat, alanyazındaki bu anlaşmazlık sürmeye devam etmektedir. Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt ve Caspi (2005), farklı ülkeler ve yaş

gruplarında yürüttükleri, kesitsel ve boylamsal üç çalışmada, düşük benlik saygısı ile dışsallaştırma problemleri (saldırganlık, antisosyal davranış ve suç) arasında güçlü ilişki bulmuşlardır. Bununla birlikte, ne yüksek ne de düşük benlik saygısı şiddetin doğrudan bir sebebidir. Düşük benlik saygısı dışsallaştırıcı davranışa ve suçluluğa katkıda bulunabilir, ancak bazı çalışmalar hiçbir etkinin olmadığını ve diğer değişkenler kontrol edildiğinde benlik saygısının etkisinin ortadan kalktığını bulmuşlardır. Yüksek benlik saygısının farklı türleri için farklı eğilimler bulunmaktadır: Narsisizmin ve savunmacılığın eşlik ettiği yüksek benlik saygısı kategorileri saldırganlıkla ilişkilidir. Bir kategorideki yüksek benlik saygısı zorbalığı ve zorbayı desteklemeyi yordarken, farklı bir yüksek benlik saygısı kategorisi, kurbanları zorbalara karşı savunmayı yordamaktadır. Böylece, yüksek benlik saygısının hem toplum yanlısı (prosocial) hem de antisosyal eğilimleri artırdığı sonucuna varılmaktadır (Baumeister vd., 2003). Neff ve Vonk (2009), araştırmalarında benlik saygısının mululuk, iyimserlik ve olumlu duygulanımın yordayıcısı olduğunu bulmuşlardır. Bununla birlikte, güncel çalışmalarında, önceki çalışmalarıyla (Neff, 2003) tutarlı bir şekilde benlik saygısının narsisizm ile pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkiye sahip olduğunu da tespit etmişlerdir.

Brown ve Lohr (1987) tarafından yürütülen çalışmada, grup statüsü akranları tarafından daha yüksek derecede değerlendirilen ergenlerin, hem daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları hem de gruba bağlılığa atfettikleri önemim daha büyük olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, grubun dışında olduklarını fark eden ancak grup üyeliğine daha az önem verenlerin (bağımsızlar), kendilerini grup üyeleri olarak algılayanlardan (çarpıtıcılar) ya da özellikle bir grubun parçası olmanın önemli olduğunu düşünüp öyle olmadıklarını farkedenlerden (kıskanç) daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları gözlenmiştir. Benlik saygısının stresle ilişkili olduğu bilinmektedir. DeLongis, Folkman ve Lazarus (1988), destekleyici olmayan sosyal ilişkileri ve düşük benlik saygısı olan katılımcıların, stresli günlerde ve sonrasında psikolojik ve somatik problemleri, benlik saygısı ve sosyal desteği yüksek olan katılımcılara göre yaşamaya daha yatkın olduklarını bildirmektedir. Son yıllarda ulusal örneklem düzeyinde yapılan araştırmalar sonucunda benlik saygısının yetişkin yaşamı boyunca, beliren ve orta yetişkinlik dönemlerinde arttığı, yaklaşık 60 yaşında

zirveye ulaştığı bulunmuştur (Orth, Trzesniewski ve Robins, 2010). Benlik saygısı 60 yaşından sonra ise aşamalı olarak azalma eğilimindedir.

Düşük benlik saygısı, sosyal kaygının bir özelliği olarak kabul edilmektedir (APA, 2000). Benlik saygısı düşük olan bireyler, kendilerini benlik saygısı yüksek olan bireylere göre daha az olumlu algılamaktadırlar ve ayrıca çeşitli sosyal ortamlarda sosyal kaygı yaşamaktadırlar (Schlenker ve Leary, 1982). Kocovski ve Endler'in (2000) üniversite öğrencileri örneklemi üzerindeki gerçekleştirdikleri çalışmaya göre, düşük benlik saygısının olumsuz değerlendirilme korkusunu artırdığı ve bunun sonucunda sosyal kaygının arttığı belirlenmiştir. Rasmussen ve Pidgeon (2011), çalışmalarında yüksek düzeydeki farkındalığın anlamlı bir şekilde yüksek benlik saygısını yordadığını ve bunun sonucunda da sosyal kaygı düzeyinin azaldığını bulmuşlardır. De Jong (2002), örtük benlik saygısı ve sosyal kaygısı arasındaki ilişkiyi yüksek ve düşük düzeydeki kaygılı bireylerde incelemiştir. Araştırma sonuçları, önceki araştırmalarla tutarlı bir şekilde, sosyal kaygısı olan bireylerin sosyal kaygısı olmayan bireylere göre düşük benlik saygısına sahip olduklarını, özellikle de sosyal kaygısı olan kadınların göreceli olarak düşük benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir. Bununla birlikte, genel kanının aksine sonuçlar düşük benlik saygısının sosyal kaygıda önemli bir rol oynadığı fikrine kesin bir destek sağlamamaktadır.

Konuyla ilgili Türkiye'de yapılan araştırmalara bakıldığında, Eriş ve İkiz (2013) sosyal kaygı ve benlik saygısının orta düzeyde olumsuz yönde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Başka bir deyişle, benlik saygısı düzeyi azaldıkça, sosyal kaygı düzeyi artmaktadır. Benzer bulgulara ulaşan İzgiç vd. (2004), SKB olan bireylerin benlik saygısı düzeylerinin, SKB olmayan bireylere göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha düşük olduğunu bulmuşlardır. İlginç bir şekilde, Gümüş (2006), çalışmasında kullandığı ölçüm aracının benlik saygısı alt ölçeğinin sosyal kaygının anlamlı bir yordayıcısı olmadığını bulmuştur. Buna karşın, Sübaşı (2007) çalışmasındaki regresyon analizi sonucuna göre, sosyal kaygıyı en fazla yordayan değişkenin benlik saygısını olduğunu belirlemiştir. Bu bilgilerden anlaşılacağı üzere, Türkiye'de yapılan çalışmalar ağırlıklı olarak benlik saygısı ve sosyal kaygının

ilişkili kavramlar olduğunu ve benlik saygısının sosyal kaygının önemli bir yordayıcısı olduğunu ortaya koymaktadır.

1.6. Kendilik Algısı

İnsanlara sahip oldukları belirli özellikleri nasıl bildikleri sorulduğunda, genellikle verilen cevap, bunları diğer insanlardan öğrendikleridir (Shrauger ve Shoeneman, 1979). Bu görüşün daha resmi bir teorik ifadesi, sembolik etkileşimcilik (symbolic interactionism) olarak bilinen (Cooley, 1902; Mead, 1934) etkili kuram açısından dile getirilmiştir. Bu teori *ayna benlik* (looking-glass self) kavramını ortaya koymaktadır ve kişinin kendilik algısının başkalarına nasıl göründüğü hakkındaki algılarının bir yansıması olduğunu öne sürmektedir. Dolayısıyla sembolik etkileşimci bakış açısı, insanların kendilik algılarının, başkalarının onları nasıl gördüklerine dair algılarının bir ürünü olduğunu belirtmektedir (Shrauger ve Shoeneman, 1979). Bununla birlikte ilerleyen yıllarda Kenny ve DePaulo (1993), sembolik etkileşimcilerin nedensellik yönünün en azından yetişkinler için tamamen yanlış olduğunu iddia etmişlerdir. Buna göre, insanların kendilik algıları başkalarının onları nasıl gördüğüyle (metaperception; meta-algı) ilgili inançlarından gelmez; bunun yerine, meta-algı kendilik algısını takip etmektedir. Yani, insanların başkaları tarafından nasıl görüldükleri hakkındaki inançlarının öncelikle kendilik algılarına dayandığı öne sürülmektedir. Sosyal kaygının bilişsel modellerine (Clark ve Wells, 1995; Hofmann, 2007; Rapee ve Heimberg, 1997) göre olumsuz kendilik algısı, sosyal kaygının devam etmesinde rol oynayan önemli bir faktördür. Diğer taraftan, benlik saygısının ölçülen kendilik algısının önemli bir bileşeni olduğu düşünülmektedir (Greenwald, Bellezza ve Banaji, 1988). Benlik saygısı düşük bireylerin, olumsuz kendilik algılarını doğrulamak için ilişki kurdukları kişilerden olumsuz geribildirim beklentisinde oldukları tahmin edilmektedir (Sowislo ve Orth, 2013). Bireyin kendi davranışlarına ve kontrol değişkenlerine farklı şekillerde tepki verme yeteneği olan kendilik algısı, sosyal etkileşimin bir ürünüdür. Kendiliği tanımlayıcı olan sözel ifadeler, kendilik algısını içeren yaygın cevaplardan biridir ve ayrıca, toplumun bu tür ifadelerin kullanımını öğretmek için kullandığı teknikleri, temelde kişilerarası algıyı öğretmek için kullanılan tekniklerden farkı

görünmemektedir (Bem, 1967). Kişinin kendilik algısının nasıl davrandığını etkilediği düşünülürken, davranışlarının da kendini algılayış biçimini etkilediği düşünülmektedir; ayrıca kendilik algısı, kişinin durumlara verdiği tepkilerden anlaşılmaktadır ve durumlar ve tepkiler fiziksel veya sembolik olabilmektedir (Shavelson, Hubner ve Stanton, 1976). Bireylerin kendi tutumlarını, duygularını ve diğer içsel durumlarını kısmen kendi açık davranışlarının gözlemlerinden ve/veya bu davranışların ortaya çıktığı koşulları gözlemleyerek öğrendiklerini ileri sürülmektedir (Bem, 1972; Bem ve McConnell, 1970). Kendilik algısı için çağdaş psikologlar arasında iki farklı görüş hakimdir. Bir görüşe göre, kendilik algısı, sosyal olarak paylaşılan bir gerçeğe dayanmaktadır, başkalarının algıları ile aynı süreçlerden oluşmaktadır ve davranış ile tecrübenin doğru yansımaları olarak düşünülmektedir. Diğer görüşe göre, kendilik algısı temelde çarpıtılmıştır, kendine hizmet eden yanlılığa sahiptir ve başkalarının algılarından sürekli olarak daha olumludur (John ve Robins, 1994). Kişilik özellikleri ve savunma mekanizmaları hakkındaki alanyazın, benmerkezci yanlılık ve ahlaki yanlılık olarak adlandırılan iki kendini olumlama eğilimindeki bireysel farklılıkları ortaya koymaktadır. Bunlardan birincisi olan Alpha benmerkezci bir yanlılıktır, kişinin sosyal ve entelektüel durumunu abartan kendini aldatma eğilimidir, bu eğilim baskınlık, cesaret, duygusal denge, zeka ve yaratıcılık gibi özellikler hakkında gerçekçi olmayan pozitif algılara yol açmaktadır. Gamma ise ahlaki yanlılıktır, sosyal açıdan sapkın dürtüleri reddetme ve kutsal "aziz benzeri" niteliklere sahip olma konusunda kendini aldatma eğilimine karşılık gelmektedir ve bu eğilim, uyumluluk, dürüstlük ve sınırlama gibi özellikler üzerinde aşırı olumlu algılara yol açmaktadır (Paulhus ve John, 1998). Çocuk ve ergenlerde kendilik algısının cinsiyet, yaş, sosyal, gelişimsel ve eğitim geçişlerine göre farklılaştığı belirlenmiştir (Cole vd., 2001). Ayrıca, bilişsel uyumsuzluk (cognitive dissonance) kuramı ile kendilik algısı kuramının birbirinin tamamlayıcısı olduğu ileri sürülmektedir (Fazio, Zanna ve Cooper, 1977).

Kendilik algısı, içsel ve dışsal motivasyon bağlamında araştırılmıştır. Bir görev, yüksek içsel (intrinsic) ilgiyi içerdiğinde, dışsal (extrinsic) ödüllerin getirilmesi, kişide öncelikle dışsal ödülü elde etmek için aktiviteyi gerçekleştirdiği kendilik algısına yol açabilmektedir (Calder ve Staw, 1975). Dolayısıyla, içsel olarak ilgi

çekici bir görevde dışsal ödüller, görevdeki doyumda ve kararlılıkta azalmaya neden olabilmektedir. Diğer bir araştırmada, katılımcıların bir görevdeki kendilik algısı ve akran değerlendirmeleri performansları, personel değerlendirmesinde dayalı bir doğruluk ölçütü ile karşılaştırılmıştır. Araştırmanın sonuçları göre, (a) katılımcılar kendi performanslarını, başkalarının performanslarına kıyasla daha az doğru değerlendirmişlerdir, (b) birçok katılımcı kendini olduğundan daha olumlu değerlendirmesine rağmen, önemli sayıda katılımcı da kendini oldukça gerçekçi değerlendirmiştir, hatta bazıları gerçek dışı olumsuz öz-değerlendirmeler yapmıştır ve (c) öz-değerlendirmeleri en gerçek dışı düzeyde olumlu olan katılımcılar narsistik olma eğilimindedir (John ve Robins, 1994). Bazı araştırmacılar özel düşüncelerimiz ve algılarımız üzerinde sadece sınırlı bir denetim yapabildiğimizi iddia etmektedir. Ross, Lepper ve Hubbard (1975), algı ve izlenimlerin bir kez oluştuktan sonra, mantıksal olarak bu ilk izlenimlerin temellerinin çürütüldüğü durumlarda bile, yeni girdilere karşı bu algı ve izlenimlerin ısrar etmeye (perseverance) ve tepkisiz kalmaya devam edeceklerini göstermek üzere iki deney hazırlamışlardır. Deney sonuçları, kendilik algısının temeli oluşturulduktan sonra bu algının geçersiz kılındığını ya da aksini/yanlışlığını gösteren geribildirimlerde bulunulsa bile katılımcıların algılarında ısrar etmeye devam ettiklerini göstermektedir. Kendilik algısı, sosyal partnerlerle olan etkileşimler sonucunda oluşmaktadır ve davranış problemleri nedeniyle başkalarıyla olan pozitif alışverişi azalabilecek olan çocuklar, olumsuz kendilik algısı geliştirmek konusunda risk altında görülmektedir (Henricsson ve Rydell, 2004).

Geçmiş yıllarda yapılan araştırmalar, akran sorunu yaşayan çocukların düşük algılanan sosyal yeterlilik, düşük öz-yeterlik ve sosyal sonuçlar ve akran değerlendirmeleri için düşük beklentiler dahil olmak üzere genel olarak olumsuz kendilik algısı örüntüsü sergilemeye eğilimli olduklarını göstermektedir (Hymel ve Franke, 1985). Yine eski bir araştırmada, Davidson ve Lang (1960), öğretmenlerin hissettirdikleri ile çocuklardaki kendilik algısı, akademik başarı ve sınıf davranışıyla ilişkisini incelemişlerdir. Analizler sonucunda, öğretmenlerin hissettirdikleri ile kendilik algısı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Daha olumlu bir benlik imajına sahip olan çocukların, öğretmenlerinin kendilerine olan hislerini daha

olumlu yönde algıladıkları belirlenmiştir. Boivin ve Begin (1989), ilkokul çocukları arasında akran durumunu ve kendilik algısını incelemişlerdir. İncelemeleri sonucunda, popüler çocukların genellikle olumlu kendilik algısına sahip olduklarını, reddedilen çocuklar ile ortalama bir çocuk arasındaysa kendilik algısı açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Bazı araştırmalar kendilik algısının yaşa ve cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını göstermektedir. Ergenler üzerinde yapılan bir çalışmada, erkeklerle karşılaştırıldığında kadınların kendilik algısı puanları daha azdır, daha fazla davranış problemleri bildirmişlerdir, daha düşük bir tutarlılık duygusu göstermişlerdir ve bu farklar en fazla 15-17 yaş aralığında belirgindir (Räty, Larsson, Söderfeldt ve Larsson, 2005). Araştırmacılar farklı kültürlerde de kendilik algısını araştırmışlardır. Cousins (1989), gerçekleştirdiği çalışmada sosyal bağlamın Amerikalı katılımcılar ile karşılaştırıldığında Japon katılımcıların kendilik algısı için önemini iki farklı serbest yanıt formatıyla karşılaştırmıştır. Bağlamsal olmayan test formatında Japon katılımcıların, Amerikalı katılımcılara göre daha az soyut, psikolojik nitelikler gösterdikleri, sosyal rol ve davranışsal durumlara daha çok vurgu yaptıkları gözlenmiştir. Bağlamsal formatta ise bu eğilim tam tersi olarak bulunmuştur, Japonlar soyut, psikolojik niteliklerde daha yüksek puanlar almışlardır. Son olarak, yirmi bir yıllık akran zorbalığı ve psikososyal uyumsuzluk üzerine yapılan araştırmaların meta-analizini konu alan bir çalışmada ilişkisel mağduriyet, yüksek sosyal kaygı, yaygın anksiyete bozukluğu ve olumsuz kendilik algısıyla ilişkilendirilmiştir (Hawker ve Boulton, 2000).

Son olarak, Türkiye'de sosyal kaygıda kendilik algısı faktörünü doğrudan araştıran bir çalışma bulunmamakla birlikte kaygı ve kendilik algısı ilişkisini ele alan bazı çalışmalar bulunmaktadır. Sümer ve Şendağ (2009), çalışmalarında çocuklarda kendilik algısını ölçmek üzere kullandıkları ölçeğin beş alt boyutu ile kaygı arasında orta düzeyde ilişki bulmuşlardır Yine, bu çalışmaya göre, kendilik algısı alt boyutlarından sosyal kabul, akademik yeterlik ve fiziksel görünüm kaygıyı anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Benzer şekilde, Şahin, Batıgün ve Uzun (2011) kaygı bozukluğu tanısı konmuş bireylerin, kaygı bozukluğu tanısı olmayan bireylere göre daha olumsuz bir kendilik algısına sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Ayrıca, kendilik algısının önemli oranda kaygı düzeyini yordadığını saptamışlardır. Sonuç

olarak, Türk psikoloji alanyazınında kısmen benlik saygısı ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar bulunmakla birlikte, aynı durumun kendilik algısı ve sosyal kaygı ilişkisini araştıran çalışmalar için söz konusu olmadığı görülmektedir. Çalışmamızın, alanyazındaki bu önemli boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

1.7. Araştırmanın Genel Amaçları ve Hipotezleri

Sosyal kaygının ortaya çıkmasında ve devam etmesinde etkili olan faktörleri açıklayan bilişsel modeller (Clark ve Wells, 1995; Hofmann, 2007; Rapee ve Heimberg, 1997) bozukluğun doğasıyla ilgili oldukça yararlı bilgiler sağlamaktadır. SKB'nin, dünya genelinde yaygın görülen, ısrarcı, engelleyici ve yaşam kalitesinde azalmaya yol açan bir bozukluk olması nedeniyle bu alanda bozukluğun doğasını araştıran yeni modelleme çalışmalarının yürütülmesi önemli görülmektedir. Ayrıca, SKB'nin günümüze yakın bir tarihe kadar ihmal edilmiş bozukluk (Liebowitz vd., 1985) olarak kalması da konuyu çalışmak için ilgi çekici hale getiren bir başka etmendir. Bu kapsamda mevcut araştırmada sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme araştırmanın temel değişkenleri olarak belirlenmiştir.

Yapılan çalışmalar doğrultusunda, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek düzeyde olan bireylerin, olumsuz değerlendirilme korkusu düşük düzeyde olan bireylere göre sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu bilinmektedir (Leary, 1983). Bu ve benzer çalışmalardan anlaşılacağı üzere, olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal kaygının temel özelliklerinden biri olarak kabul edilmektedir ve olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçmek için kullanılan araçlar yenilenmeye devam etmektedir. Bu kapsamda Çalışma I'de, ölçeğin güncel versiyonlarından biri olan Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II'nin (Carleton vd., 2006; Carleton, Collimore ve Asmundson, 2007) Türkçe'ye çevrilmesi ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005) versiyonuyla birlikte psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Kuramsal çalışmalardan ve bilişsel modellerden yola çıkarak Çalışma II'nin (ana çalışma) temel amacı ise sosyal kaygı, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve son olarak olay sonrası işlemlemenin dahil olduğu yapıyı test etmektir. Ayrıca bu araştırmada, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun çoklu aracılık etkisine sahip olup olmadıklarını belirlemek amaçlanmıştır. Benzer şekilde, kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide de olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun çoklu aracılık etkilerini test etmek amaçlanmıştır. Aynı zamanda, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı rolünün ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracı rolünün araştırılması hedeflenmiştir. Sonuç olarak, sosyal kaygıyı değerlendirirken, olumlu değerlendirilme korkusunu, olumsuz değerlendirilme korkusunu, benlik saygısını, kendilik algısını ve olay sonrası işlemlemeyi alanyazında birlikte test eden bir araştırmaya rastlanmamıştır. Buna ek olarak, ülkemizde sosyal kaygı için modelleme çalışmalarındaki eksiklikler düşünüldüğünde, bu çalışmanın alandaki önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

BÖLÜM 2

ÇALIŞMA I
OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU REVİZYONLARININ (ODKÖK-II ve ODKÖK-D) TÜRKÇE'YE UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

İlk defa Watson ve Friend (1969) tarafından geliştirilen Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ; Fear of Negative Evaluation Scale, FNE), araştırmalarda geniş ölçüde kullanılabilmesine karşın, ölçeğin uzun olmasının faydaları önünde bazen bir engel teşkil etmesi nedeniyle, ölçeğin kısa formunun ilk versiyonu Leary (1983), tarafından oluşturulmuştur. Kısa formun ilk hali olan *Olumsuz Değerlendirilme Kokusu Ölçeği Kısa Formu*'nun (ODKÖK; Brief Fear of Negative Evaluation Scale, BFNE) Türkçe uyarlaması ilk defa Koydemir ve Demir (2007) tarafından yapılmıştır. Bilge ve Kelecioğlu (2008), Türkçe formun psikometrik özelliklerini lise örnekleminde incelemiştir. Daha sonraki yıllarda Çetin, Doğan ve Sapmaz (2010) tarafından da kısa formun ilk versiyonu üzerinde bir geçerlik ve güvenirlik çalışması gerçekleştirilmiştir. İlerleyen zamanlarda kısa formun ilk hali üzerinde doğrulayıcı faktör analizi (DFA) uygulanmıştır (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005). DFA sonucunda, "İnsanların benimle ilgili olumsuz bir izlenime sahip olması beni rahatsız eder" gibi düz ifade edilen maddeleri ve "Diğer insanların hakkımdaki düşünceleri beni rahatsız etmez" gibi ters ifade edilen maddeleri içeren iki faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Verilerin analizi sonucunda araştırmacılar yalnızca düz ifade edilen (düz puanlanan) maddelerin kullanılmasını önermişlerdir. Alanyazındaki öneriler doğrultusunda güncel ve ters puanlanan maddelerin revize edilmesiyle sadece doğrudan ifade edilen maddelerin kullanıldığı *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II* (ODKÖK-II; Brief Fear of Negative Evaluation Scale-II, BFNE-II) geliştirilmiştir (Carleton vd., 2006). ODKÖK-II

üzerinde gerçekleştirilen DFA sonucunda, revizyondan geçirilen maddelerden kaynaklanan hassasiyet kaybının olmadığı üniter bir model ortaya çıkmıştır. Uyarlama çalışması kapsamında ODKÖK-II'nin (Carleton vd., 2007; Carleton vd., 2006) geçerlik ve güvenirlik çalışmasının yapılması planlanmıştır. Devamında, ölçeğin revize edilen dört maddesinin, yani, aynı zamanda ODKÖK'ün tersten ifadeli maddelerinin (madde 2, 4, 7 ve 10) çıkarılmasıyla elde edilen *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu–Düz Maddeler* (ODKÖK-D; Brief Fear of Negative Evaluation Scale-Straightforward Items, BFNE-S) adlı ölçeğin (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005) psikometrik özelliklerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Alanyazına bakıldığında anlaşılacağı gibi, olumsuz değerlendirilme korkusu konusunda geniş çapta ölçek geliştirme ve uyarlama çalışmaları yapılmıştır. Uzun zamandır devam eden çalışmalar doğrultusunda ölçek güncellenmeye ve önceki versiyonlarla karşılaştırılmaya devam etmektedir. Ölçeğin eski ve güncel versiyonlarının uyarlama çalışmaları örneğin, İspanyolca (Pitarch, 2010) ve Farsça (Tavoli vd., 2009) gibi farklı dillerde ve kültürlerde de yapılmaya devam etmektedir. Bu nedenlerle olumsuz değerlendirilme korkusu hakkında artan bilgi ve öneriler doğrultusunda ölçeğin daha güncel bir versiyonunun Türkçe'ye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirliğinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

1. ODKÖK-II ve ODKÖK-D Türkçe versiyonu orijinal formdaki gibi tek faktörlü bir yapıya sahip olacaktır.
2. ODKÖK-II ve ODKÖK-D uyum değerleri iyi ve kabul edilebilir düzeyde olacaktır.
3. ODKÖK-II ve ODKÖK-D maddelerinin faktör yükleri yeterli düzeyde yüksek ve anlamlı olacaktır.
4. ODKÖK-II ve ODKÖK-D iyi iç tutarlık ve yeterli güvenilirlik değerlerine sahip olacaktır.

5. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ) arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunacaktır.

6. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunacaktır.

7. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) arasında olumlu yönde anlamlı ilişki bulunacaktır.

BÖLÜM 3

ÇALIŞMA I YÖNTEM

3.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini Türkiye'deki üniversitelerde çeşitli fakülte ve bölümlerde lisans eğitimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Tez çalışmasının bu kısmına Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi ve Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nden 243 öğrenci katılmıştır. Mevcut örneklemde 183 kadın (%75.3) ve 60 (%24.7) erkek katılımcı bulunmaktadır. Yaşları 18 ile 26 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması ise 21.14 (*SS*=1.61)'dir. Mevcut örnekleme ilişkin ayrıntılı sosyo-demografik bilgiler Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Çalışma I'deki Katılımcılara İlişkin Sosyo-Demografik Özellikler

Değişkenler	**Sıklık**	**%**	**Ortalama**	***SS***
Cinsiyet				
Kadın	183	75.3		
Erkek	60	24.7		
Yaş			21.14	1.61
Bölüm				
Coğrafya	34	14		
Psikoloji	23	9.5		
Tarih	28	11.5		
Türk Dili ve Edebiyatı	158	65		
Çalışma Durumu				
Evet	15	6.2		
Hayır	228	93.8		
Algılanan Gelir Düzeyi				
Düşük	22	9.1		
Orta	195	80.2		
Yüksek	26	10.7		
Annenin Eğitim Düzeyi				
Okur-yazar değil	20	8.2		
Okur-yazar	15	6.2		
İlkokul	104	42.8		
Ortaokul	57	23.5		
Lise	33	13.6		
Ön Lisans	2	0.8		
Lisans	11	4.5		
Lisansüstü	1	0.4		

Tablo 1. Devamı

Değişkenler	**Sıklık**	**%**	**Ortalama**	***SS***
Babanın Eğitim Düzeyi				
Okur-yazar değil	5	2.1		
Okur-yazar	11	4.5		
İlkokul	81	33.3		
Ortaokul	52	21.4		
Lise	53	21.8		
Ön Lisans	14	5.8		
Lisans	23	9.5		
Lisansüstü	4	1.6		
Kardeş Sayısı				
0	6	2.5		
1	54	22.2		
2	58	23.9		
3	54	22.2		
4 ve daha fazla	71	29.2		
Aile Tipi				
Çekirdek	196	80.7		
Geniş	47	19.3		
Yetişilen Yer				
Köy	45	18.5		
İlçe	70	28.8		
İl (Büyükşehir)	128	52.7		
Tıbbi rahatsızlık geçmişi				
Evet	11	4.5		
Hayır	232	95.5		

Tablo 1. Devamı

Değişkenler	Sıklık	%	Ortalama	*SS*
Psikopatoloji geçmişi				
Evet	12	4.9		
Hayır	231	95.1		
Düzenli ilaç kullanımı				
Evet	9	3.7		
Hayır	234	96.3		
Son altı ay içinde travmatik yaşantı deneyimi				
Evet	25	10.3		
Hayır	218	89.7		

3.2. Veri Toplama Araçları

Mevcut çalışmada ölçüm araçları olarak Demografik Bilgi Formu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II), Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler (ODKÖK-D), Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) kullanılmıştır.

3.2.1. Demografik Bilgi Formu

Bu form yaş, cinsiyet, medeni durum ve ebeveynlerin eğitim durumları gibi katılımcıların demografik özellikleri ile ilgili soruları içermektedir. Demografik bilgi formunun bir kopyası Ek A'da gösterilmektedir.

3.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II)

Ölçeğin ilk ve uzun versiyonu olan Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Watson ve Friend (1969) tarafından olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyini

belirlemek üzere oluşturulmuşur. Ölçeğin yaygın kullanımına karşılık uzun olması nedeniyle kullanışlılığını artırmak üzere daha az sayıda maddeden oluşan kısa formu ilk defa Leary (1983) tarafından geliştirilmiştir. Kısa formun ilk versiyonu olan Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (ODKÖK; Brief Fear of Negative Evaluation Scale, BFNE) 8 düz ifade edilen (straightforwardly worded items) ve dört ters ifadeli madde (reverse worded items) ile birlikte toplam 12 maddeden oluşmaktadır. Rodebaugh vd. (2004b) ve Weeks vd. (2005) ölçeğin faktör yapısını ve madde özelliklerini inceledikten sonra sadece düz ifade edilen (düz puanlanan) maddelerin kullanılmasının gelecekteki araştırmalar açısından daha faydalı olacağını önermişlerdir. Bu öneriler doğrultusunda ters ifadeli maddeler (ters puanlanan) kullanılmadan revize edilerek ODKÖK-II (Carleton vd., 2006; Carleton vd., 2007) geliştirilmiştir.

ODKÖK-II ters ifadeli dört maddenin (madde 2, madde 4, madde 7 ve madde 10) revize edilmesi sonucunda sadece düz ifade edilen (düz puanlanan) 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli Likert tipi derecelendirme (1 = bana hiç uygun değil ile 5 = bana tamamen uygun arasında) sistemine sahiptir. ODKÖK-II'nin Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .96 (Carleton vd., 2006) ve .97 (Carleton vd., 2007) olarak belirlenmiştir. Ölçeğin, Anksiyete Duyarlılığı İndeksi sosyal alt boyutu (Anxiety Sensitivity Index, ASI-Social), Sosyal Fobi Ölçeği (Social Phobia Scale, SPS), Sosyal Etkileşim Kaygısı Ölçeği (Social Interaction Anxiety Scale, SIAS) ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg Self-Esteem Scale, SES) ile .48 ile .64 arasında değişen düzeylerde korelasyona sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Carleton vd., 2007).

Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışmasında Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısının .92 olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, testi yarılama yöntemiyle (split-half method) elde edilen değerlere bakıldığında, ilk yarı için Crobach's alpha katsayısı .87 ve ikinci yarı için ise .82 olarak bulunmuştur. ODKÖ-KII için yürütülen DFA sonucunda tek faktörlü model doğrulanmıştır. Yapıya ilişkin uyum iyiliği istatistikleri sonucunda ölçeğin oldukça iyi ve yeterli bir ölçüm aracı olduğu düşünülmektedir. DFA bulgularıyla ilgili ayrıntılı bilgilere ilerleyen bölümlerde değinilmiştir. Olumsuz

Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II'nin bir kopyası EK B'de gösterilmektedir.

3.2.3. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler (ODKÖK-D)

ODKÖK-D (BFNE-S; Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005), ODKÖK'ün (BFNE; Leary, 1983) olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçmek için kullanılan 8 maddelik versiyonudur. ODKÖK'de bulunan 8 düz ifadeli yani düz puanlanan maddeyi (madde 1, 3, 5, 6, 8, 9, 11, 12) içermektedir. Ölçek beşli Likert tipi derecelendirme (1 = bana hiç uygun değil ile 5 = bana tamamen uygun arasında) sisteme sahiptir. Rodebaugh vd. (2004b) ve Weeks vd. (2005), düz ifade edilen maddelerin sırasıyla lisans ve klinik örneklemde ters puanlanan (kodlanan) maddelere göre olumsuz değerlendirilme korkusunun daha güvenilir ve geçerli göstergeleri olduğunu bildirmişlerdir. Sonuç olarak, araştırmacılar olumsuz değerlendirilme korkusu toplam puanının hesaplanmasında sekiz düz ifadeli maddeden oluşan ODKÖK-D'nin kullanılmasını önermektedirler (Carleton, Collimore, McCabe ve Antony, 2011; Rodeabaugh vd., 2004; Weeks vd., 2005).

ODKÖK-D'nin Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı lisans örneklemi için .94 (Rodebaugh vd., 2004b), klinik örneklemler için .92 (Weeks vd., 2005) ve .95 (Carleton vd., 2011) olarak belirlenmiştir. Ölçek ile Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (Liebowitz Social Anxiety Scale, LSAS), Sosyal Etkileşim Kaygısı Ölçeği (Social Interaction Anxiety Scale, SIAS), Sosyal Fobi Ölçeği (Social Phobia Scale, SPS), Korku Ölçeği-Sosyal Fobi Alt Boyutu (Fear Questionnaire-Social Phobia subscale, FQ-S), Anksiyete Duyarlığı İndeksi (Anxiety Sensitivity Index), Beck Depresyon Envanteri (Beck Depression Inventory, BDI) ve Penn State Endişe Ölçeği (Penn State Worry Questionnaire, PSWQ) arasındaki korelasyon değerleri .27 ile .59 arasında değişmektedir (Weeks vd., 2005). ODKÖK'ün Türk örnekleminde psikometrik özelliklerinin incelendiği çalışmalarda ölçeğin düz ifadeli maddelerden oluşan faktörü için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısının lisans öğrencilerinde .91 (Koydemir ve Demir, 2007) ve lise öğrencilerinde .84 (Bilge ve Kelecioğlu, 2008)

olduğu tespit edilmiştir. Mevcut çalışmada ODKÖK-D'nin Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısının .90 olduğu belirlenmiştir. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler'in bir kopyası EK C'de gösterilmektedir.

3.2.4. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ)

Weeks vd. (2008) tarafından geliştirilen Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ), sosyal kaygının olası bir özelliği olarak düşünülen olumlu değerlendirilme korkusunu ölçmek üzere geliştirilmiştir. Ölçek toplamda 10 maddeden oluşmaktadır ve onlu Likert tipi derecelendirme (0=hiç doğru değil ile 9= kesinlikle doğru arasında) sistemine sahiptir. Yanıtlama önyargısının önüne geçmek amacıyla ters değerlendirilen iki madde (5. madde ile 10. madde) dolgu maddesi olarak ölçeğe dahil edilmiştir. Toplam skor hesaplamasında bu iki madde hariç tutularak değerlendirme kalan 8 madde üzerinden gerçekleştirilmektedir. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği'nin genel örneklemde iç tutarlılık katsayısı .80 ve 5 hafta aradan sonra gerçekleştirilen test-tekrar test güvenirlik katsayısı .70 olarak bildirilmiştir. Gerçekleştirilen doğrulayıcı faktör analizi sonucunda 8 maddelik modelin iyi bir uyum gösterdiği bulunmuştur. Ayrıca ölçeğin Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (Brief Fear of Negative Evaluation Scale) ile gerçekleştirilen iki faktörlü doğrulayıcı faktör analizi sonuçları da yine yeterli bir uyum göstermektedir. Buna ek olarak, ölçeğin Beck Depresyon Envanteriyle .40, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formuyla .45, Penn State Endişe Ölçeğiyle .33, DSM-IV için Yaygın Anksiyete Bozukluğu Ölçeğiyle .34 ve Sosyal Etkileşim Kaygı Ölçeğiyle .48 düzeyinde korelasyona sahip olduğu görülmektedir.

Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Doğan ve Totan (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık katsayısı .73, test-tekrar test güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Araştırmada KMO katsayısının .79 olduğu görülmektedir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizine

ilişkin uyum indeksleri açısından nihai model yeterli görülmektedir. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği'nin bir kopyası Ek D'de gösterilmektedir.

3.2.5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

Araştırmada sosyal kaygı düzeyini belirlemek için kullanılan LSKÖ, Liebowitz (1987) tarafından, SKB olan bireylerin korku ya da kaygı ve kaçınma yaşadıklarını bildirdikleri sosyal zorlukları ve performans durumlarını değerlendirmek üzere geliştirilmiştir. Toplamda 24 maddeden oluşan ölçeğin 11 maddesi sosyal etkileşim durumlarını, diğer 13 maddesi ise performans durumlarını değerlendiren iki alt ölçeğe ayrılmaktadır (Heimberg vd., 1999). Kişinin son bir hafta içinde deneyimlediği kaygı ve kaçınmanın şiddeti, Likert tipi ölçekte korku ya da kaygı (0=yok, 1=hafif, 2=orta, 3=şiddetli) ve kaçınma (0=asla, 1=ara sıra, 2=sıkça, 3=genellikle) alt ölçekleri için ayrı şekilde değerlendirilmektedir.

LSKÖ altı alt ölçek puanı sağlamaktadır: Toplam korku, sosyal etkileşim korkusu, performans korkusu, toplam kaçınma, sosyal etkileşimden kaçınma ve performanstan kaçınma. Korku ya da kaygı alt ölçeği ve kaçınma alt ölçeği için ayrı ayrı puanlar elde edebilmek mümkünken, iki alt ölçeğin korelasyon değeri yüksek olduğu için ikisinin toplamı ile toplam sosyal kaygı puanı da elde edilebilmektedir. LSKÖ'nün Cronbach alfa katsayısı .81 ile .92 arasında değişmektedir (Heimberg vd., 1999). Ayrıca ölçeğin sosyal kaygı bozukluğu alt tipleri arasında ayrım yapabildiği bilinmektedir (Holt, Heimber & Hope, 1992).

LSKÖ Türkçe formu geçerlik ve güvenirlik çalışması Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından gerçekleştirilmiştir. Türkçe formun değerlendiriciler arası güvenirlik katsayısı tüm ölçek için .96, korku ya da kaygı alt ölçeği için .96 ve kaçınma alt ölçeği için .95 olarak bildirilmiştir. Tüm alt ölçekler ve toplam ölçek için test-tekrar test güvenirliği .97 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlık değerlerine bakıldığında Cronbach alfa katsayıları korku ya da kaygı alt ölçeği için .96, kaçınma için .95 ve tüm ölçek için .98 olarak bulunmuştur. Diğer taraftan, Beck Kaygı Envanteri skorları ile korku yada kaygı alt ölçeği, kaçınma alt ölçeği ve tüm ölçek

arasında anlamlı düzeyde korelasyon görülmektedir (r= .26, .21 ve .25, p<.05). LSKÖ Türkçe formunun bir kopyası Ek E'de gösterilmektedir.

3.2.6. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Rosenberg (1965), tarafından geliştirilen Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), benlik saygısını değerlendirmek üzere geliştirilmiştir. Öz bildirime dayanan ölçek toplamda 63 madde ve 12 alt ölçekten oluşmaktadır. Bu alt ölçekler: Benlik Saygısı, kendilik kavramının sürekliliği, insanlara güvenme, eleştiriye duyarlılık, depresif duygulanım, hayalperestlik, psikosomatik belirtiler, kişilerarası ilişkilerde tehdit hissetme, tartışmalara katılabilme derecesi, ana-baba ilgisi, babayla ilişki ve psişik izolasyondur.

Dörtlü Likert tipi derecelendirme sistemine sahip olan benlik saygısı alt ölçeği, beş olumlu ve beş olumsuz olmak üzere toplam 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması, Guttman değerlendirme tekniğiyle yapılmaktadır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri puanlar 0-6 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan 0-1 aralığındaki puan yüksek, 2-4 puan orta ve 5-6 puan düşük benlik saygısı düzeyine işaret etmektedir. Buna göre ölçekten alınan yüksek puanlar, düşük benlik saygısı düzeyine karşılık gelmektedir.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Alt ölçekler için bulunan test-tekrar test güvenirlik katsayıları .46 (kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme) ile .89 (psikosomatik belirtiler) arasında değişmektedir. Benlik saygısı alt ölçeği için test-tekrar test güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin bir kopyası Ek F'de gösterilmektedir.

3.3. İşlem

İngilizce olarak orijinal ölçeği geliştiren araştırmacılardan Dr. Nicholas Carleton'dan e-mail aracılığıyla izin ve destek alındıktan sonra, ölçeğin çeviri ve uyarlama sürecine başlanmıştır. Ölçeğin uyarlanma sürecinde Hambleton ve Putsala (1999) tarafından önerilen kriterler dikkate alınmıştır ve çevirinin kültüre uygun yapılmasına dikkat edilmiştir. Öncelikle, çevirmenler, her iki dilde akıcı olan ve çalışılan kültürü tanıyan ve test yapısı ve ölçülen yapı hakkında bilgi sahibi olan kişilerden seçilmiştir. Ölçek, sosyal bilimlerde uzmanlaşmış dört araştırma görevlisi tarafından Türkçeye çevrilmiştir ve tez danışmanının liderliğinde 5 klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisinden oluşan bir grup tarafından farklı çeviriler arasından her bir madde için bir çeviri seçilerek tek bir form oluşturulmuştur. Bir sonraki adımda, ölçek 10 klinik psikoloji yüksek lisans öğrencisine uygulanarak dilin anlaşılırlığı açıklık/anlaşılırlık soruları sorularak ve cevap alternatifleri 1 ile 5 arasında (hiç açık/anlaşılır değil ile oldukça açık/anlaşılır) belirlendikten sonra, değerlendirmeden 3 altında puan verilen madde olup olmadığı gözden geçirilmiştir. Geri bildirimler sonucunda ölçeğin kararlaştırılan formunun tüm maddelerinin anlaşılır olduğu görülmüştür.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onay alındıktan sonra veri toplama sürecine başlanmıştır. Veriler farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerden elden toplanmıştır. Öncelikle, araştırma hakkında genel bilgilerin (araştırmanın amacı ve kimler tarafından yürütüldüğü gibi), gizlilik ve gönüllülük şartlarının yer aldığı bilgilendirilmiş onam formunu okumaları sağlanmış ve katılımcıların imzalı onayları alınmıştır (Bilgilendirilmiş Onam Formunun bir kopyası Ek A'da gösterilmektedir). Katılımcıların çalışmaya gönüllü katılımları sağlandıktan sonra demografik bilgi formunu, ODKÖK-D alternatif madde setini ölçmek için gerekli tüm maddeleri içeren ODKÖK-II'yi ve diğer ölçüm araçlarını tamamlamışlardır.

3.4. Verilerin Analizi

Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II'nin (ODKÖK-II) orijinal formu gibi tek faktörlü bir yapıdan oluşup oluşmadığını ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddelerin (ODKÖK-D) orijinal formundaki tek faktörlü yapısını test etmek için AMOS 22 programı aracılığıyla doğrulayıcı faktör analizi yürütülmüştür. Bunun dışındaki diğer analizler için ise Windows 10 işletim temelli bir bilgisayarda Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 23.0 paket programından yararlanılmıştır. Kriter geçerliği için ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin, OLKÖ, LSKÖ ve RBSÖ ile Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Ölçeklerin güvenirliği için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı ve madde-toplam korelasyonları hesaplanmıştır. Diğer bir güvenirlik analizi için testi yarılama (split-half) yönteminden faydalanarak güvenirlik katsayıları belirlenmiştir. Son olarak, ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin cinsiyete göre farklılıklara duyarlılığını test etmek üzere bağımsız gruplar t-test (independent samples t test) analizinden faydalanılmıştır.

BÖLÜM 4

ÇALIŞMA I BULGULAR

4.1. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Geçerliğine İlişkin Bulgular

4.1.1. ODKÖK-II'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Yapı Geçerliğinin Test Edilmesi

ODKÖK-II orijinal formunun tek faktörlü bir yapıdan oluştuğu bilinmektedir. Bu nedenle ODKÖK-II'nin orijinal formundaki tek faktörlü yapıyı test etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği istatistikleri, ölçeğin orijinal formunun Türk kültüründeki geçerliğini değerlendirmek üzere ölçüt alınmıştır. DFA sonuçlarının değerlendirilmesi amacıyla Ki-Kare (χ^2), χ^2/df oranı, yaklaşık hataların ortalama karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü (Standardised Root Mean Square Residual, SRMR), iyilik uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), düzeltilmiş iyilik uyum indeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), normlaştırılmış uyum indeksi (Normed Fit Index, NFI) ve karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index, CFI) değerleri hesaplanmıştır.

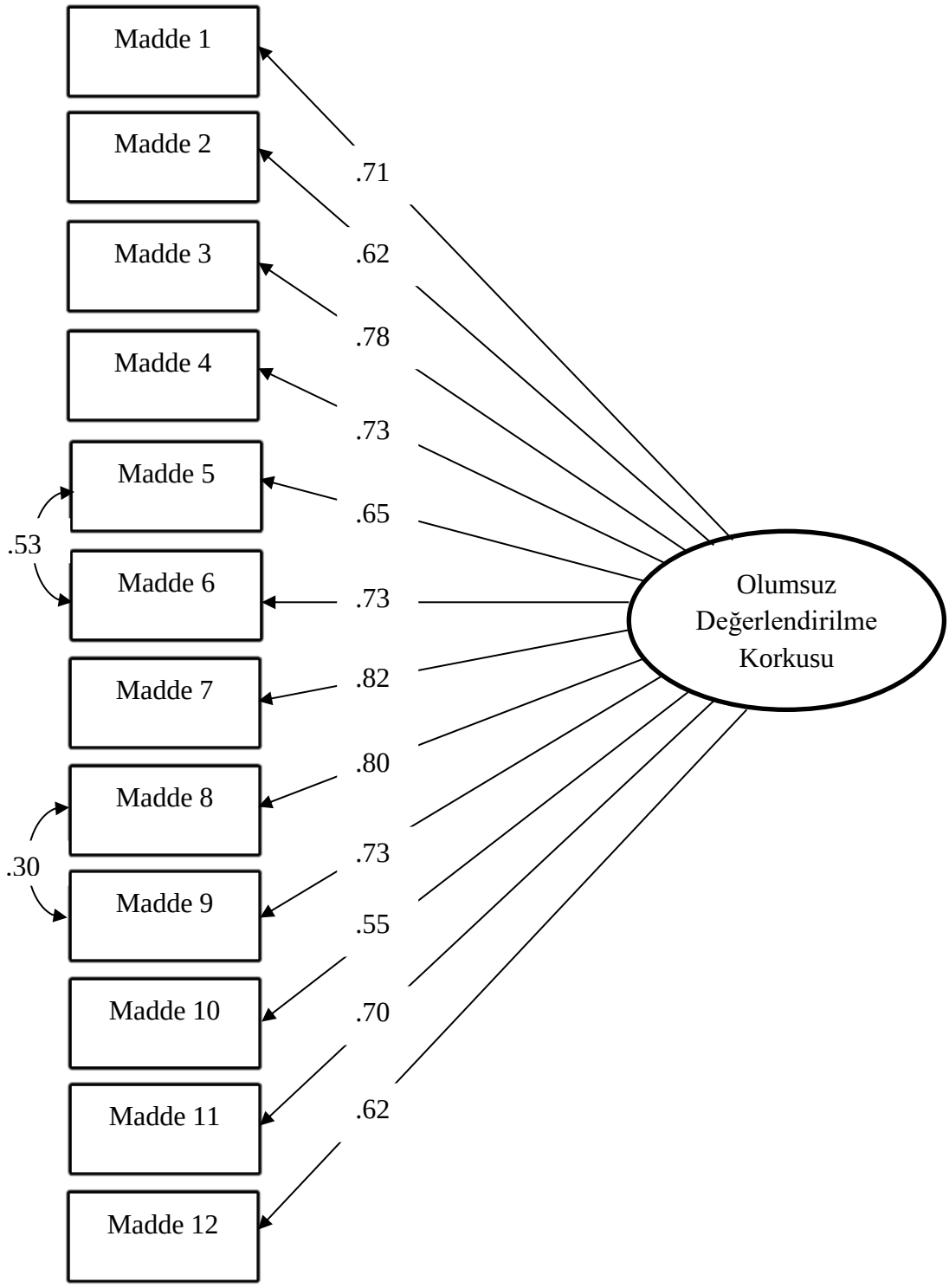
Maksimum olabilirlik tahmini yöntemi (maximum likelihood estimation) ile yapılan ilk analiz sonucunda ODKÖK-II'nin uyum iyiliği indeksleri göreceli olarak yeterli sayılabilecek uyuma işaret etmekle birlikte ($\chi2(54) = 195.24$, $p < .05$, $\chi2/df = 3.62$, RMSEA = .10 (%90 CI = .09-.12), SRMR = .050, GFI = .88, AGFI= .82, NFI= .88, CFI = .91) uyumu iyileştirmek için yeterli alan bulunmaktaydı. Ölçek maddelerinin yük değerlerinin yüksek olması nedeniyle madde eksiltme yöntemine gidilmemiştir. İlişkili hatalar (correlated errors) benzer şekilde ifade edilen maddelerden

kaynaklanabilmektedir (Brown, 2015). Bu nedenle, benzer şekilde ifade edilen (yakın anlamlı) madde 5 ile madde 6 arasında ve madde 8 ile madde 9 arasında hataların ilişkilendirilmesine izin verilmiştir. Ardından analiz tekrar yürütülmüştür ve hata kovaryanslarının model uyumunu önemli ölçüde iyileştirdiği görülmektedir ($\chi2(52) = 103.71$, $p < .05$, $\chi2/df = 1.99$, RMSEA = .064 (%90 CI = .04-.08), SRMR = .039, GFI = .93, AGFI= .90, NFI= .94, CFI = .97). Sonuç olarak, ODKÖK-II Türkçe formunun orijinal forma uygun bir şekilde tek faktörlü yapının verilere oldukça iyi uyum (good fit) gösterdiği belirlenmiştir. Nihai modelin tek faktörlü yapısına ilişkin uyum iyiliği istatistikleri Tablo 2'de gösterilmektedir.

Tablo 2. ODKÖK-II İçin Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum İndeksi	**İyi Uyum**	**Kabul Edilebilir Uyum**	**Değer**	**Yorum**
χ^2			103.71	
p değeri			.00	
χ^2/df	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 \leq \chi^2/df \leq 5$	1.99	İyi
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$	.064	Kabul Edilebilir
SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$	.039	İyi
GFI	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	$.90 \leq GFI < .95$	.93	Kabul Edilebilir
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI < .90$	.90	İyi
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$	.94	Kabul Edilebilir
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI < .95$	.97	İyi

Maddelerin faktör yükleri .55 ile .82 arasında değişmektedir. Şekil 4'de gösterildiği üzere ölçeğin tüm maddeleri .40 ve üzeri yük değerleriyle tek bir faktöre önemli ölçüde yüklenmiştir. Tüm maddeler için standardize yük değerlerinin yüksek ve anlamlı olduğu görülmektedir.



Şekil 4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II İçin Doğrulayıcı Faktör Analiziyle Test Edilen Tek Faktörlü Modele İlişkin Diyagram

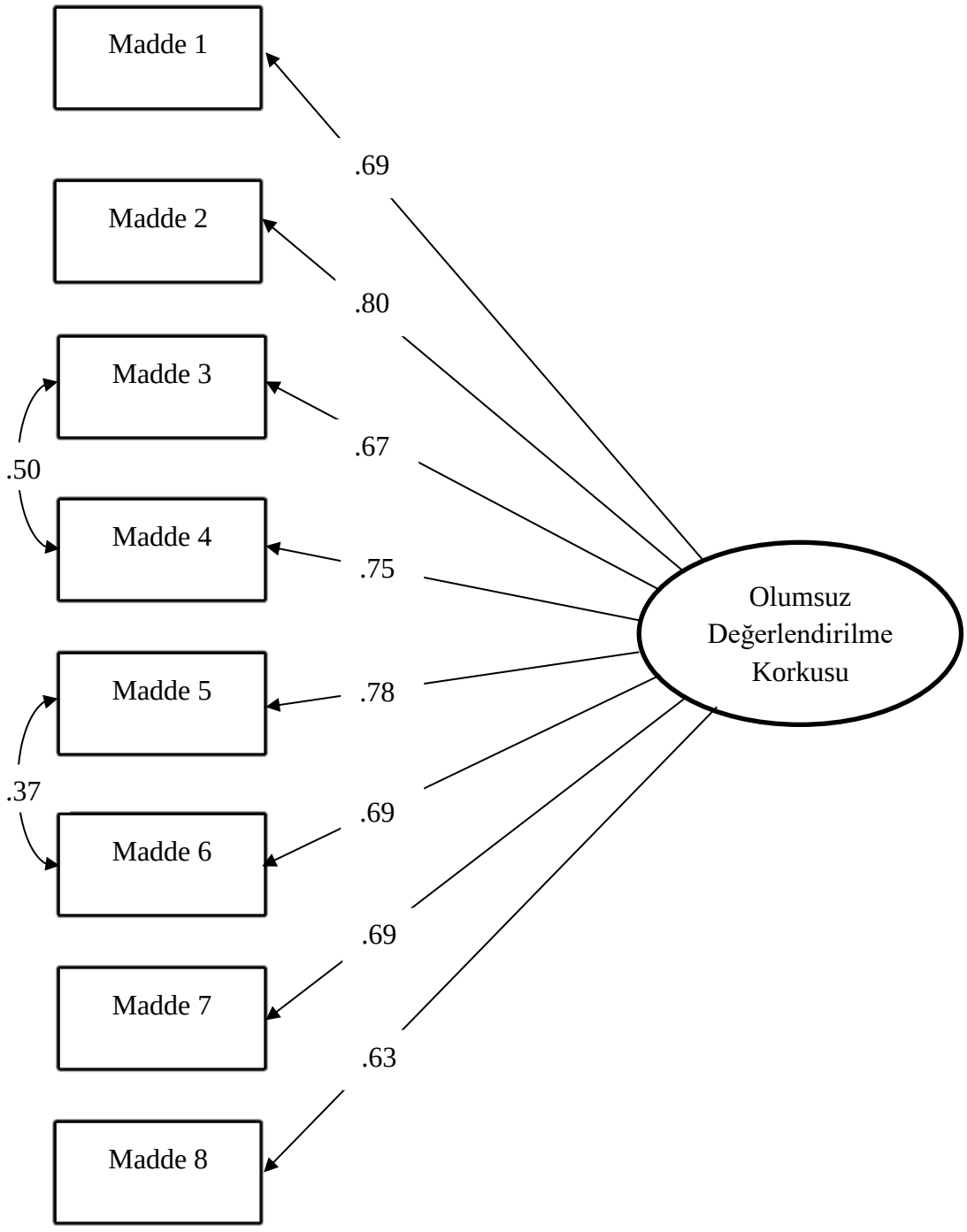
4.1.2. ODKÖK-D'nin Doğrulayıcı Faktör Analizi ile Yapı Geçerliğinin Test Edilmesi

ODKÖK'ün düz puanlanan sekiz maddesinden ve ODKÖK-II'nin sekiz maddesinden oluşan (iki ölçekteki bahsedilen sekiz madde aynıdır) ODKÖK-D'nin tek faktörlü bir yapıdan oluştuğu bilinmektedir. Bu nedenle ODKÖK-D'nin orijinal formundaki tek faktörlü yapıyı test etmek amacıyla Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) gerçekleştirilmiştir. DFA sonucunda elde edilen uyum iyiliği istatistikleri, ölçeğin orijinal formunun Türk kültüründeki geçerliğini değerlendirmek üzere ölçüt alınmıştır. Maksimum olabilirlik tahmini yöntemi (maximum likelihood estimation) ile yapılan ilk analiz sonucunda ODKÖK-II'nin uyum iyiliği indeksleri kötü uyuma (poor fit) işaret etmekle birlikte ($\chi2(20) = 123.28$, $p < .05$, $\chi2/df = 6.16$, RMSEA = .15 (%90 CI = .12-.17), SRMR = .055, GFI = .88, AGFI= .78, NFI= .88, CFI = .90) uyumu iyileştirmek için yeterli alan bulunmaktaydı. Ölçek maddelerinin yük değerlerinin yüksek olması nedeniyle madde eksiltme yöntemine gidilmemiştir. Benzer şekilde ifade edilen (yakın anlamlı) madde 3 ile madde 4 arasında ve madde 5 ile madde 6 arasında hataların ilişkilendirilmesine izin verilmiştir. Ayrıca, belirtmek gerekir ki ODKÖK-D'deki madde 3, 4, 5 ve 6 sırasıyla ODKÖK-II'deki madde 5, 6, 8 ve 9'a karşılık gelmektedir. Bu işlemlerden sonra analiz tekrar yürütülmüştür ve hata kovaryanslarının model uyumunu önemli ölçüde iyileştirdiği görülmektedir ($\chi2(18) = 37.89$, $p < .05$, $\chi2/df = 2.11$, RMSEA = .068 (%90 CI = .04-.10), SRMR = .033, GFI = .96, AGFI= .92, NFI= .96, CFI = .98). ODKÖK-D'nin tek faktörlü yapısına ilişkin uyum iyiliği istatistikleri Tablo 3'de gösterilmektedir.

Tablo 3. ODKÖK-D İçin Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum İndeksi	**İyi Uyum**	**Kabul Edilebilir Uyum**	**Değer**	**Yorum**
χ^2			37.89	
p değeri			.00	
χ^2/df	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 \leq \chi^2/df \leq 5$	2.11	Kabul Edilebilir
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$	.068	Kabul Edilebilir
SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$	.033	İyi
GFI	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	$.90 \leq GFI < .95$	.96	İyi
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI <.90$	.92	İyi
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$	.96	İyi
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI < .95$	.98	İyi

Maddelerin faktör yükleri .63 ile .80 arasında değişmektedir. Şekil 5'de gösterildiği üzere ölçeğin tüm maddeleri .40 ve üzeri yük değerleriyle tek bir faktöre önemli ölçüde yüklenmiştir. Tüm maddeler için standardize yük değerlerinin yüksek ve anlamlı olduğu görülmektedir.



Şekil 5. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler İçin Doğrulayıcı Faktör Analiziyle Test Edilen Tek Faktörlü Modele İlişkin Diyagram

4.1.3. Kriter Geçerliği

ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin kriter geçerliğini test etmek üzere Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) ve alt boyutları (kaygı ve kaçınma) ile korelasyonları hesaplanmıştır. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile belirlenen ölçekler arasındaki korelasyon katsayıları Tablo 4'de gösterilmiştir.

Tablo 4. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Belirlenen Ölçekler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	OLKÖ	**RBSÖ**	**LSKÖ Toplam**	**Kaygı Alt Boyutu**	**Kaçınma Alt Boyutu**
ODKÖK-II	.26*	.29*	.32*	.23*	.33*
ODKÖK-D	.28*	.34*	.33*	.22*	.35*

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II; ODKÖK-D, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği.

*$p < .01$

Analiz sonuçlarına göre, ODKÖK-II ile OLKÖ arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki mevcuttur ($r = .26$, $p < .01$). Diğer taraftan ODKÖK-II ile RBSÖ arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($r = .29$, $p < .01$). Son olarak, ODKÖK-II ile LSKÖ toplam puan ($r = .32$, $p < .01$), kaygı alt boyutu ($r = .23$, $p < .01$) ve kaçınma alt boyutu ($r = .33$, $p < .01$) arasında yine pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlenmiştir.

Diğer taraftan, ODKÖK-D ile OLKÖ arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki mevcuttur ($r = .28$, $p < .01$). Ayrıca, yine ODKÖK-D ile RBSÖ arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmıştır ($r = .34$, $p < .01$). Son olarak, ODKÖK-D ile LSKÖ toplam puan ($r = .33$, $p < .01$), kaygı alt boyutu (r

= .22, $p < .01$) ve kaçınma alt boyutu ($r = .35$, $p < .01$) arasında yine pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlenmiştir.

4.2. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

4.2.1. İç Tutarlılığa İlişkin Güvenirlik Analizi Bulguları

Öncelikle, ODKÖK-II'nin güvenilir bir ölçüm aracı olup olmadığını test etmek için Cronbach's alpha değeri hesaplanmıştır. Tek faktörlü yapıdan oluşan ölçeğin Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı .92 olarak bulunmuştur. Diğer taraftan, madde-toplam korelasyonları tek faktörlü yapıdan oluşan ölçek için .53 ile .77 arasında değişmektedir. Madde-toplam korelasyon, ortak faktör varyansı ve güvenirlik değerleri Tablo 5'de gösterilmektedir.

Tablo 5. ODKÖK-II'ye İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Değerleri

Cronbach's Alpha = .92		
Maddeler	**Madde-Toplam Korelasyonları**	**Ortak Faktör Varyansı**
Madde 1	.68	.51
Madde 2	.59	.43
Madde 3	.74	.61
Madde 4	.70	.53
Madde 5	.64	.59
Madde 6	.72	.68
Madde 7	.77	.63
Madde 8	.76	.66
Madde 9	.71	.59
Madde 10	.53	.32
Madde 11	.68	.48
Madde 12	.59	.38

Devamında, ODKÖK-D'nin güvenilir bir ölçüm aracı olup olmadığını test etmek için Cronbach's alpha değeri hesaplanmıştır. Tek faktörlü yapıdan oluşan ölçeğin Cronbach's alpha iç tutarlılık katsayısı .90 olarak bulunmuştur. Diğer taraftan, madde-toplam korelasyonları tek faktörlü yapıdan oluşan ölçek için .60 ile .75 arasında değişmektedir. Madde-toplam korelasyon, ortak faktör varyansı ve güvenirlik değerleri Tablo 6'da gösterilmektedir.

Tablo 6. ODKÖK-D'ye İlişkin Madde-Toplam Korelasyonları ve Güvenirlik Değerleri

Cronbach's Alpha = .90		
Maddeler	**Madde-Toplam Korelasyonları**	**Ortak Faktör Varyansı**
Madde 1	.63	.43
Madde 2	.73	.59
Madde 3	.66	.58
Madde 4	.73	.66
Madde 5	.75	.62
Madde 6	.69	.55
Madde 7	.66	.45
Madde 8	.60	.37

4.2.2 Testi Yarılama Yöntemi ile Güvenirlik Analizi Sonuçları

ODKÖK-II için testi yarılama yöntemiyle elde edilen Cronbach's alpha katsayısı ilk yarı için .87 ve ikinci yarı için .82 olarak belirlenmiştir. Yürütülen analiz sonucunda Spearman-Brown katsayısı .94 ve Guttman testi yarılama katsayısı yine .94 olarak bulunmuştur. İki formdan alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısının .89 olduğu tespit edilmiştir. Testi yarılama yöntemiyle elde edilen bulgular, ODKÖ-KII'nin güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.

ODKÖK-D için testi yarılama yöntemiyle elde edilen Cronbach's alpha katsayısı ilk yarı için .80 ve ikinci yarı için .81 olarak belirlenmiştir. Yürütülen analiz sonucunda

Spearman-Brown katsayısı .91 ve Guttman testi yarılama katsayısı yine .91 olarak bulunmuştur. İki formdan alınan puanlar arasındaki korelasyon katsayısının .84 olduğu tespit edilmiştir. Testi yarılama yöntemiyle elde edilen bulgular, ODKÖK-D'nin güvenilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir.

4.3. ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Cinsiyete Göre İncelenmesi

Parametrik analizin yürütülmesinden önce araştırma örnekleminin normal dağılıp dağılmadığı incelenmiştir. Basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri -1.0 ile +1.0 arasında değişen veriler Tabachnick ve Fidell (2013) tarafından önerilen normal dağılım kriterlerine uymaktadır. ODKÖK-II versiyonuyla gerçekleştirilen bağımsız gruplar t-test analizi sonucunda kadınların olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin ($\overline{X}$ = 29.24, *SS* = 11.51), erkeklerin olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerine ($\overline{X}$ = 25.30, *SS* = 8.94) göre anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir ($t(241) = 2.42$, $p < .05$). ODKÖK-D versiyonuyla yapılan bağımsız gruplar test analizi sonucunda kadınların olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin ($\overline{X}$ = 18.09, *SS* = 7.87), erkeklerin olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerine ($\overline{X}$ = 15.74, *SS* = 6.16) göre yine anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir ($t(241) = 2.12$, $p < .05$).

BÖLÜM 5

ÇALIŞMA I TARTIŞMA

Olumsuz değerlendirilme korkusu ölçüm araçlarının ilk versiyonu ve aynı zamanda uzun formu olan *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği* (ODKÖ; Fear of Negative Evaluation Scale, FNE), Watson ve Friend (1969) tarafından ilk kez Kuzey Amerika toplumunda geliştirilmiştir. Daha sonrasında ölçeğin kısa formunun ilk versiyonu *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu* (ODKÖK; Brief Fear of Negative Evaluation Scale, BFNE) Leary (1983) tarafından yine Kuzey Amerika toplumunda geliştirilmiştir. Yine *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-Düz Maddeler* (ODKÖK-D; Brief Fear of Negative Evaluation-Straightforward Items, BFNE-S) versiyonu (Rodebaugh, vd., 2004b; Weeks vd., 2005) ve kısa formun revize edilmiş versiyonu olan *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II* (ODKÖK-II; Brief Fear of Negative Evaluation-II, BFNE-II) de aynı coğrafyada geliştirilmiştir (Carleton vd., 2006). Ölçeğin farklı versiyonlarının uyarlama çalışmalarının İspanyolca (Pitarch, 2010) ve Farsça (Tavoli vd., 2009) gibi farklı dillerde ve kültürlerde de yapıldığı görülmektedir. Aynı zamanda, ODKÖK'ün Türk örnekleminde de psikometrik özellikleri incelenmiştir (Koydemir ve Demir, 2007; Çetin vd., 2010). Görüldüğü üzere, olumsuz değerlendirilme korkusu ve ölçüm araçlarının psikometrik özellikleri hakkındaki bilgi devamlı olarak artmaktadır ve ölçüm araçlarına yönelik yeni öneriler getirilmektedir. Alanyazındaki bu bilgiler ışığında, ölçeğin daha güncel bir versiyonunun uyarlama çalışmasının yapılmasının önemli olduğu düşünülmüştür. Bu doğrultuda, bu çalışmanın temel amacı kısaca ODKÖK-II'yi Türkçe kullanmak üzere uyarlamak, geçerliğini ve güvenirliğini değerlendirmek ve aynı zamanda ODKÖK-D'nin psikometrik özelliklerini incelemektir. Bu nedenle, bu bölümde öncelikle ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin geçerlik ve güvenirliğinin incelenmesi amacıyla

yürütülen çalışmanın bulguları değerlendirilmiştir. Araştırma hipotezlerini test etmek için gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgular tartışıldıktan sonra çalışmanın sınırlılıklarına değinilmiş, gelecek araştırmalar için öneriler sunulmuş ve çalışmanın klinik sonuçları ele alınmıştır.

5.1. ODKÖ-KII ve ODKÖK-D'nin Psikometrik Özelliklerinin Değerlendirilmesi

ODKÖK-II için önerilen üniter (tek faktörlü) modelin (Carledon vd., 2006; Carleton vd., 2007) ve ODKÖK-D için önerilen tek faktörlü modelin (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005; Carleton vd., 2011) Türk örneklemindeki yapı geçerliği doğrulayıcı faktör analizi (DFA) ile test edilmiştir. Uyum iyiliği istatistikleri için belirlenen değer aralıkları temel alınarak belirlenen indeksler incelenmiştir. Birinci analiz sonucunda iyi uyum göstermeyen ODKÖK-II için sorunun kaynağı araştırılmıştır. Madde parametreleri incelendiğinde, tüm maddelerin tek faktöre anlamlı bir şekilde yüksek yük değerleriyle yüklendiği belirlenmiştir. Sorunun madde yük değerlerinde olmadığı belirlendikten sonra araştırmaya devam edilmiştir. Başkaları tarafından değerlendirilme korkusunu ele alan tek boyutlu (unidimensional) olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeği varyantlarına (Carleton vd., 2006; Carleton vd., 2007; Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005) bakıldığında ölçeklerde sıklıkla "endişe" ve "korku" kelimelerinin kullanıldığı görülmektedir. Bu maddelerin altında yatan birden fazla boyutun olduğunu öneren argümanlar düşünülse de, sorunları basitleştirmek için yapının tek boyutlu olduğunu kabul ediyoruz. Ayrıca, benzer ifadeler kullanan ya da ölçekte birbirine yakın mesafede olan maddeler arasında ilişki hatalar mümkün görünmektedir (Bollen ve Lennox, 1991). Yanıtlayanlar iki maddeyi oldukça benzer olarak tanımladıklarında, ikinci maddeye cevap verirken, birinci maddeye cevap vermek için kullandıkları inançtan farklı bir yaklaşım göstermeleri pek mümkün görünmemektedir (Weijters, Geuens ve Schillewaert, 2009). Bu nedenle, ölçeği uygularken bu tarz bir yanıtlama yanlılığıyla ve ölçüm hatasıyla karşılaşma olasılığını en aza indirmek için benzer ifadeli maddelerin birbirinden uzak noktalara (aralarında en az altı madde olacak şekilde) yerleştirilmesini öneriyoruz. Sonuç olarak, (1) teorik veya metodolojik gerekçelerle temellendirildikten ve/veya (2) yapısal parametre tahminlerinin önemli ölçüde

değişmediğinden (Fornell, 1983) emin olunduktan sonra ölçüm artıklarının (residuals) ilişkilendirilmesine izin verilmiştir. Dikkatlice yaklaşıldığında, madde 5 (Diğer insanların beni onaylamayacağından korkarım) ile madde 6 (Diğer insanlar bende bir kusur bulacaklar diye korkarım) kelime ve anlamsal açıdan büyük oranda benzerlikler içermektedir. Bu nedenle, benzer ifadeler içerdiği düşünülen bu iki maddenin ölçüm hatalarının ilişkilendirilmesinin faydalı olacağı düşünülmüştür. Aynı zamanda, madde 8 (Biriyle konuşurken benim hakkımda ne düşündüğü konusunda endişelenirim) ile madde 9 (Genellikle ne tür bir izlenim bıraktığımla ilgili endişelenirim) için de benzer bir durum söz konusudur. Daha detaylı bakıldığında, "ne düşündüğü konusunda endişelenirim" ile "ne tür bir izlenim bıraktığımla ilgili endişelenirim" dilimizde oldukça benzer anlam içeren ifadelerdir. Genel olarak iki madde de bir "izlenim bırakma endişesi" içermektedir. Ayrıca alanyazında aynı maddelerin ölçüm hatalarının Çin örnekleminde (Wei, Zhang, Li, Xue ve Zhang, 2015) de ilişkilendirildiğini görmek mümkündür. Bu nedenle madde 8 ile madde 9 ölçüm hatalarının da ilişkilendirilmesine izin verilmiştir. Sonuç olarak, nihai model analizinde ODKÖK-II (Carleton vd., 2006; Carleton vd., 2007) ve ODKÖK-D (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005; Carleton vd., 2011) orijinal formları için araştırmacılar tarafından yürütülen çalışmalarla paralel şekilde mutlak uyum indekslerinden (absolute fit indices), χ^2/df oranı, RMSEA, GFI, AGFI ve SRMR değerleri ve artımsal uyum indekslerinden (incremental fit indices) NFI ve CFI değerleri tek faktörlü model için oldukça iyi uyum göstermiştir. Gerçekleştirilen DFA'ya göre ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin tek faktörlü yapısı doğrulanmıştır. Bu bilgiler ışığında, ölçeklerin orijinal formdaki gibi tek faktörlü yapıdan oluşacağı ve uyum değerlerinin iyi ve kabul edilebilir düzeyde olacağı hipotezleri doğrulanmıştır. Faktör yükleri incelendiğinde ise iki ölçek için de tüm maddelerin faktör yükleri belirlenen kesme değerin üzerinde bulunmuştur. Dolayısıyla, ölçek maddelerinin faktör yüklerinin yeterli düzeyde yüksek ve anlamlı olacağı hipotezleri de doğrulanmıştır.

Geçerlik analizleri kapsamında ayrıca kriter geçerliği yönteminden faydalanılmıştır. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

ve alt boyutları arasında beklenen doğrultuda istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler bulunmuştur. ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile OLKÖ arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu bulgu, alanyazındaki diğer olumlu değerlendirilme korkusu ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki anlamlı ilişkiye işaret eden çalışmalarla tutarlıdır (Fergus vd., 2009; Weeks vd., 2008). ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile RBSÖ arasında Carleton vd.'nin (2007) çalışmalarındakine benzer şekilde pozitif yönde anlamlı ilişki belirlenmiştir. Tahmin edildiği üzere, ODKÖK-II ile LSKÖ arasında diğer ölçeklere kıyasla daha güçlü bir ilişki tespit edilmiştir. Olumsuz değerlendirilme korkusunun, sosyal kaygıda temel korku olarak ön plana çıktığı bilinmektedir (Beck vd., 1985). ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile LSKÖ'nün kaygı ve kaçınma boyutları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Özellikle, çalışmada ODKÖK-II ve ODKÖK-D ile en güçlü ilişkinin kaçınma alt boyutu ile olduğu belirlenmiştir. Kriter geçerliğine ilişkin yapılan analizler sonucunda araştırmanın hipotezleriyle uyumlu şekilde ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin belirlenen ölçeklerle arasında anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan bireylerin aynı zamanda yüksek düzeyde sosyal kaygıya ve düşük benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir. Özellikle, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan bireylerin, sosyal kaygının alt boyutlarından kaçınma düzeylerinin daha fazla olduğu görülmektedir.

Güvenirlik analizlerinde Cronbach's alpha iç tutarlık güvenirlik katsayısı, madde-toplam korelasyonu ve testi yarılama yöntemiyle elde edilen değerler incelenmiştir. Gliem ve Gliem (2003), Cronbach's alpha değerinin .80 ve üzerinde olmasının iyi bir gösterge olduğunu ve madde-toplam korelasyonunun .40 ve üzerinde olması gerektiğini ileri sürmektedir. Analizler sonucunda elde edilen Cronbach's alpha iç tutarlık güvenirlik katsayısı, ölçeklerin oldukça yüksek düzeyde iç tutarlığa sahip olduğunu göstermektedir. Elde edilen Cronbach's alpha iç tutarlık güvenirlik kat sayısı, orijinal formda elde edilen değerlerle (Carleton vd., 2006; Carleton vd., 2007) benzer düzeydedir. Tek faktörlü yapıdan oluşan ölçeklerin madde-toplam korelasyonlarının da yine belirlenen kesme noktasına göre iyi değerlere sahip olduğu görülmektedir. Testi yarılama güvenirliğine bakıldığında ise elde edilen Cronbach's alpha katsayısının ilk yarı ve ikinci yarı için oldukça iyi değerlere sahip olduğu

görülmektedir. Analizler sonucunda elde edilen bütün bulgular değerlendirildiğinde, ölçeğin iki varyantının (ODKÖK-II ve ODKÖK-D) da Türkçe kullanımının uygun olduğu düşünülmektedir.

Alanyazına bakıldığında, ODKÖK-II'nin orijinal formunun (Carleton vd., 2007) cinsiyet farklılıklarını tespit etme konusunda hassas bir ölçüm aracı olduğu bilinmektedir. Aynı zamanda, Türkçe versiyonunda da ODKÖK-II'nin cinsiyet farklılıklarını belirleme konusunda hassas bir ölçüm aracı olduğu belirlenmiştir. Yine, ODKÖK-D versiyonunun da cinsiyet farkılıklarını belirleme konusunda hassas bir ölçüm aracı olduğu sonucuna varılmıştır.

5.2. Çalışmanın Sınırlılıkları ve Gelecek Çalışmalar İçin Öneriler

Psikometrik özellikler başlangıçta iyi bir tablo çiziyor gibi görünse de çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Sınırlılıklardan ilki araştırmanın örneklemiyle ilgilidir. Çalışmanın örneklemini Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi ve Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi'nde öğrenimlerine devam eden beliren yetişkinlik dönemindeki öğrenciler oluşturmaktadır. Katılımcıların eğitim düzeyleri ve bulundukları gelişimsel dönem göz önüne alındığında, bu durum bulguların farklı yaştaki ve eğitim düzeyindeki (üniversite öğrenimi görmeyen gibi) kişilere genellenebilmesine engel oluşturabilir. Diğer taraftan, örneklemin cinsiyete göre dağılımının eşit olmaması ayrı bir sınırlılık olarak karşımıza çıkmaktadır. Bununla birlikte, çalışmada klinik olmayan örneklemden veri toplanmış olması, verilerin klinik örnekleme genellenebilirliği konusunda sıkıntı yaratmaktadır. Ayrıca, bu çalışmada katılımcıların kimlik ve adres bilgilerinin gizli tutulması ve bu nedenle aynı katılımcılarla tekrar iletişim kurabilme imkanının olmamasından dolayı test-tekrar test güvenirliği incelenememiştir.

Gelecek çalışmaların üniversite örneklemi dışında farklı örneklemlerde yürütülmesi önemli görülmektedir. Özellikle, SKB tanısı olan bireylerle yürütülecek çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bununla birlikte, klinik grubun yanı sıra klinik olmayan

grubunda dahil edilmesinin iki grubu karşılaştırmaya imkan vereceği ve daha kapsamlı bilgi sağlayacağı düşünülmektedir.

5.3. Çalışmanın Sonuçları ve Klinik Önemi

Mevcut çalışmanın dört amacı bulunmaktadır: ODKÖK-II e ODKÖK-D'nin yapısını doğrulamak, sosyal kaygıyla ilişkili ölçeklerle geçerliğini incelemek, güvenilir ölçüm aracı olup olmadığını test etmek ve önceki çalışmalarda (Carleton vd., 2007) bulunan cinsiyet farklılıklarını tespit etmedeki hassasiyetini belirlemektir.

Araştırmacılar (Carleton vd., 2006; Carleton vd., 2007), ODKÖK-II'yi oluştururken, önceki araştırmalardaki (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005) öneriler doğrultusunda düz ifadeli (düz puanlanan) ve ters ifadeli (ters puanlanan) maddelerden oluşan iki faktörlü yapı yerine, sadece düz ifadeli maddelerin (ODKÖK-D) kullanıldığı tek faktörlü yapıda karar kılmışlardır. Bu çalışmada da ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin önceki çalışmalarda test edilen tek faktörlü yapısı, yapılan doğrulayıcı faktör analizi (DFA) sonucunda doğrulanmıştır. DFA uyum indekslerine göre, sadece düz ifadeli maddelerin yer aldığı 12 maddelik model (dört maddenin revize edilmesi sonucunda oluşturulan ODKÖK-II) ve orijinal ODKÖK'ün sekiz düz ifadeli maddesinden oluşan ODKÖK-D versiyonu iyi bir uyum göstermiştir. Kriter geçerliğinde, sosyal kaygıyla ilişkili olduğu bilinen ölçüm araçlarıyla (OLKÖ, RBSÖ, LSKÖ ve alt boyutları) ODKÖK-II ve ODKÖK-D arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi yüksek olan katılımcıların, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı düzeylerinin de yüksek olma eğiliminde olduğu ve aynı zamanda düşük benlik saygısına (RBSÖ'den alınan yüksek puanların düşük benlik saygısına işaret ettiği düşünüldüğünde) sahip oldukları belirlenmiştir. Olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygının, kaygı ve kaçınma boyutlarıyla da pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiye sahiptir. Özellikle, kaçınma alt boyutu ile olan ilişki istatistiksel olarak daha güçlü bulunmuştur. Ölçeklerin güvenirliğine bakıldığında, oldukça yüksek derece bir Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısına sahip oldukları görülmektedir. Diğer taraftan, benzer şekilde testi yarılama

yöntemiyle elde edilen Cronbach's alpha katsayı değerleri de ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin güvenilir ölçüm araçları olduğu hipotezlerini desteklemektedir. Ayrıca, ODKÖK-II ve ODKÖK-D cinsiyet farklılıklarını tespit etme konusunda hassas ölçüm araçları olarak görünmektedir. Kadınların anlamlı bir şekilde erkeklerden daha yüksek olumsuz değerlendirilme korkusu skoru aldıkları belirlenmiştir.

Sonuç olarak, bulgular ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin Türkçe kullanım için güvenilir ve geçerli ölçüm araçları olduğuna işaret etmektedir. Dolayısıyla, ODKÖK-II ve ODKÖK-D sosyal kaygının temel bileşenlerinden biri olan olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyini belirlemede kullanılabilir ölçüm araçları olarak görünmektedir. Ayrıca, sosyal kaygının bilişsel modellerinde (Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997) olumsuz değerlendirilme korkusunun bozukluğun devam etme sürecindeki önemli faktörlerden biri olduğu bilinmektedir. Bu nedenle, ODKÖK-II ve ODKÖK-D'nin gelecekteki SKB çalışmalarında yararlı ölçüm araçları olacakları düşünülmektedir. Uyum değerleri benzer düzeylerde olan ODKÖK-II ve ODKÖK-D versiyonlarından sekiz maddelik ODKÖK-D daha kısa sürede uygulanabilirliği ve cinsiyet farklılıklarındaki hassasiyetinin daha az olması açısından tercih edilebileceği gibi on iki maddeden oluşan ODKÖK-II ise olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçerken az sayıdaki maddeden oluşabilecek hassasiyet kaybına karşı tercih edilebilir. Ana çalışmamızda ODKÖK-II versiyonu olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçerken daha hassas bir ölçüm aracı olması açısından tercih edilmiştir.

BÖLÜM 6

ÇALIŞMA II: ANA ÇALIŞMA

Bu çalışmanın temel amacı, Bölüm 1'de belirtildiği üzere sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme değişkenlerinden oluşan, yapısal modeli test etmektir. Buna ek olarak, bu çalışmada çoklu aracılık (multiple mediation) ve basit aracılık (simple mediation) olmak üzere iki ayrı aracılık analizi gerçekleştirilmiştir. Çok aracılık analizi kapsamında, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun olası aracı rolleri incelenmiştir. Diğer taraftan, ikinci aracılık analizinde ise olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide kendilik algısının olası aracı rolü değerlendirilmiştir. Ana analizler dışında, araştırmanın ana değişkenlerinin (sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme) puanları arasındaki farkların, demografik değişkenlerin (cinsiyet, aile tipi, son altı ay içinde travma deneyimi, algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı ve yetişilen yer) düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadıklarını belirlemek hedeflenmiştir. Buna ek olarak, çalışmanın ana değişkenlerini (olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme) göz önünde bulundurarak sosyal kaygının yordayıcılarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

Ana çalışmanın (Çalışma II) temel hipotezleri şu şekildedir:

1. Benlik saygısının sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

2. Kendilik algısının sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

3. Olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

4. Olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

5. Olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

6. Sosyal kaygının olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

7. Benlik saygısının olumsuz değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

8. Kendilik algısının olumsuz değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

9. Olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

10. Benlik saygının olumlu değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

11. Kendilik algısının olumlu değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde doğrudan yordaması beklenmektedir.

12. Benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.

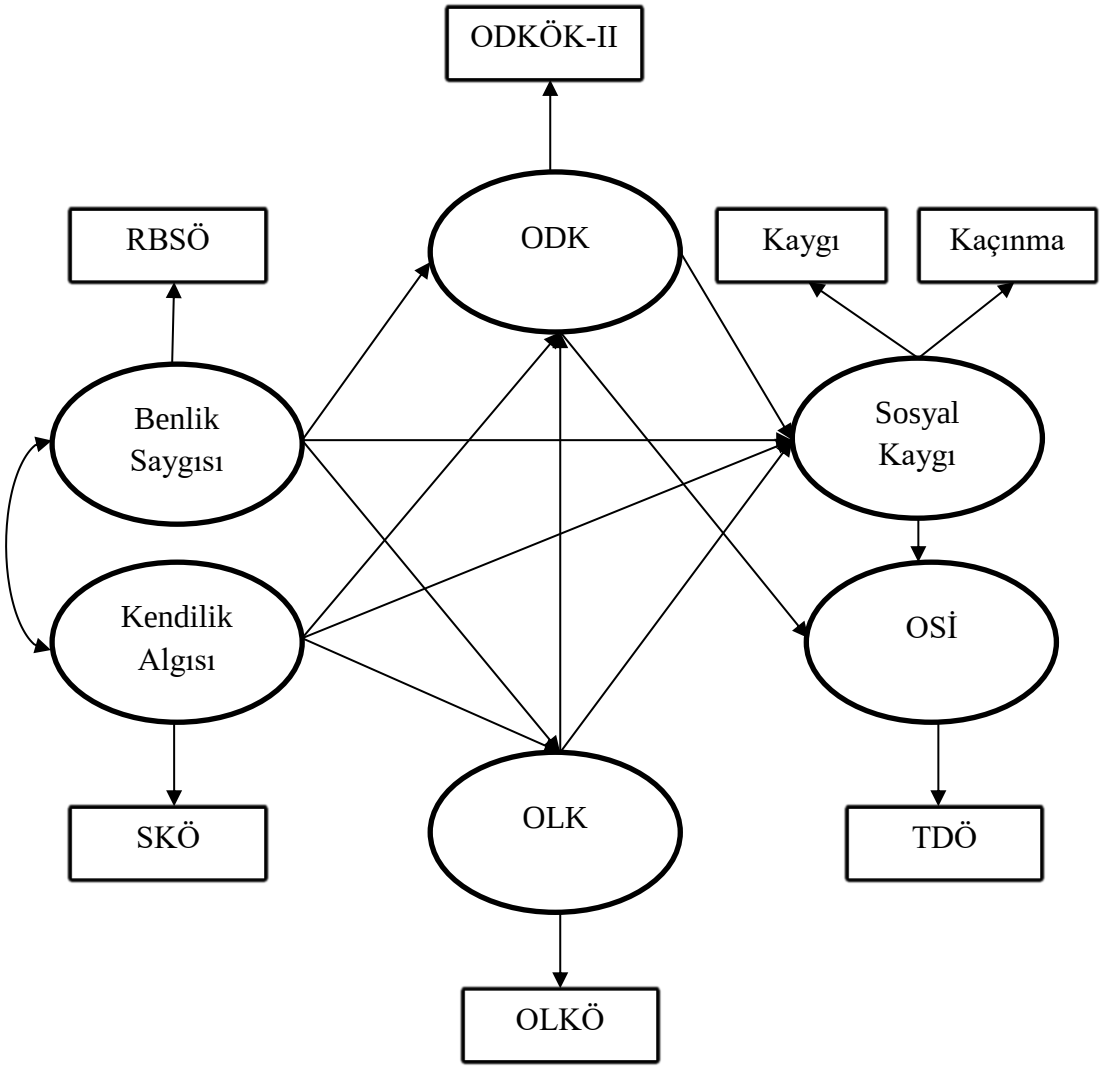
13. Kendilik algısının olumlu değerlendirilme korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.

14. Olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden sosyal kaygıyı istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.

15. Benlik saygısının sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı yolu üzerinden olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.

16. Kendilik algısının sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı yolu üzerinden olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.
17. Olumlu değerlendirilme korkusunun sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı üzerinden olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.
18. Olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerinden olay sonrası işlemlemeyi istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.
19. Benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusu üzerinden olumsuz değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.
20. Kendilik algısının olumlu değerlendirilme korkusu üzerinden olumsuz değerlendirilme korkusunu istatistiksel olarak anlamlı düzeyde dolaylı olarak yordaması beklenmektedir.
21. Test edilen araştırma değişkenlerinden oluşturulan yapısal eşitlik modelinin uyum değerleri iyi ve kabul edilebilir düzeyde olması beklenmektedir.

Ana çalışma kapsamında test edilmek istenen yapısal model Şekil 6'da gösterilmektedir.



Şekil 6. Sosyal Kaygı İçin Önerilen Model

Not. RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; ODK, olumsuz değerlendirilme korkusu; OLK, olumlu değerlendirilme korkusu; OSİ, olay sonrası işlemleme

BÖLÜM 7

ÇALIŞMA II YÖNTEM

7.1. Örneklem

Araştırmanın örneklemini Türkiye'de üniversite eğitimine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Gerçekleştirilen tez çalışmasının bu kısmına Ankara Üniversitesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Atılım Üniversitesi, Çağ Üniversitesi, Gaziantep Üniversitesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Işık Üniversitesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Pamukkale Üniversitesi ve Uludağ Üniversitesi'nden 325 öğrenci katılmıştır. Örneklemdeki öğrencilerin 238'i (%73.2) kadın ve 87'si (%26.8) erkektir. Yaşları 18 ile 28 arasında değişen katılımcıların yaş ortalaması 21.38'dir (SS= 1.52). Araştırmanın örneklemine ilişkin ayrıntılı sosyo-demografik bilgiler Tablo 7'de gösterilmiştir.

Tablo 7. Çalışma II'deki Katılımcılara İlişkin Sosyo-Demografik Özellikler

Değişkenler	**Sıklık**	**%**	**Ortalama**	***SS***
Cinsiyet				
Kadın	238	73.2		
Erkek	87	26.8		
Yaş			21.38	1.52
Bölüm				
Antropoloji	43	13.2		
Hukuk	4	1.2		
İşletme	1	0.3		
Matematik	35	10.8		
Mühendislik	43	13.2		
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik	4	1.2		
Psikoloji	172	52.9		
Türk Dili ve Edebiyatı	23	7.1		
Çalışma Durumu				
Evet	12	3.7		
Hayır	313	96.3		
Algılanan Gelir Düzeyi				
Düşük	21	6.5		
Orta	264	81.2		
Yüksek	40	12.3		
Annenin Eğitim Düzeyi				
Okur-yazar değil	14	4.3		
Okur-yazar	16	4.9		
İlkokul	112	34.5		
Ortaokul	66	20.3		

Tablo 7. Devamı

Değişkenler	**Sıklık**	**%**	**Ortalama**	***SS***
Lise	76	23.4		
Ön Lisans	11	3.4		
Lisans	24	7.4		
Lisansüstü	6	1.8		
Babanın Eğitim Düzeyi				
Okur-yazar değil	3	0.9		
Okur-yazar	4	1.2		
İlkokul	69	21.2		
Ortaokul	60	18.5		
Lise	93	28.6		
Ön Lisans	21	6.5		
Lisans	68	20.9		
Lisansüstü	7	2.1		
Kardeş Sayısı				
0	11	3.4		
1	93	28.6		
2	91	28		
3	62	19.1		
4 ve daha fazla	68	20.9		
Aile Tipi				
Çekirdek	260	80		
Geniş	65	20		
Yetişilen Yer				
Köy	24	7.4		
İlçe	86	26.5		
İl (Büyükşehir)	215	66.2		

Tablo 7. Devamı

Değişkenler	Sıklık	%	Ortalama	*SS*
Tıbbi rahatsızlık geçmişi				
Evet	18	5.5		
Hayır	307	94.5		
Psikopatoloji geçmişi				
Evet	15	4.6		
Hayır	305	95.4		
Düzenli ilaç kullanımı				
Evet	24	7.4		
Hayır	301	92.6		
Son altı ay içinde travmatik yaşantı deneyimi				
Evet	50	15.4		
Hayır	275	84.6		

7.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcılar hakkında bilgi sahibi olmak için Demografik Bilgi Formu, sosyal kaygı düzeyini beliryebilmek için Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ), olumuz değerlendirilme korkusunu ölçmek için Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II), olumlu değerlendirilme korkusunu ölçmek için Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ), benlik saygısını değerlendirmek için Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), kendilik algısını değerlendirmek için Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ) ve olay sonrası işlemleme düzeyini belirleyebilmek için Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği (TDÖ) veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Ayrıca TDÖ'nün yönergeleri gereğince katılımcılara EK I'da gösterilen Pozitif ve Negatif Duygu Ölçeği (PNDÖ) uygulanmıştır ve yine yönergeler doğrultusunda ölçeğin sadece negatif duyguları ölçen maddeleri kullanılmıştır.

7.2.1. Demografik Bilgi Formu

Araştırma için oluşturulan demografik bilgi formu, katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durumu, kardeş sayısı, algılanan gelir düzeyi, psikolojik bozukluk ve tıbbi rahatsızlık geçmişi gibi katılımcıların demografik özellikleri hakkında bilgi edinmeyi sağlayan 19 sorudan oluşmaktadır. Demografik bilgi formunun bir kopyası Ek A'de gösterilmektedir.

7.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II (ODKÖK-II)

Ölçek hakkında detaylı bilgiler birinci çalışmada verilmesinden ötürü burada tekrar aynı özelliklere değinilmeyecektir. Kısaca, ODKÖK-II'nin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışmasında yürütülen DFA sonucunda tek faktörlü model doğrulanmıştır. Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısının .92 olduğu görülürken, testi yarılama yöntemiyle (split-half method) elde edilen değerlere bakıldığında, ilk yarı için Crobach's alpha katsayısı .87 ve ikinci yarı için ise .82 olarak bulunmuştur. Çalışmanın bu örnekleminde de birinci çalışma örneklemindekine benzer şekilde Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .92 olarak belirlenmiştir. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II'nin bir kopyası EK B'de gösterilmektedir.

7.2.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

Birinci çalışmada psikometrik özellikleri hakkında detaylı bilgiler verilen ölçek için yeniden bu bilgiler burada ele alınmayacaktır. Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin, değerlendiriciler arası güvenirlik katsayısı tüm ölçek için .96, korku ya da kaygı alt ölçeği için .96 ve kaçınma alt ölçeği için .95 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı korku ya da kaygı alt ölçeği için .96, kaçınma alt ölçeği için .95 ve tüm ölçek için .98 olarak bildirilmektedir. Test-tekrar test güvenirliğinin toplam ölçek ve alt ölçekler için .97 olduğu bulunmuştur. Çalışmamızın bu örnekleminde tüm ölçek için Cronbach's alpha değeri .94, korku ya

da kaygı alt ölçeği için .90 ve kaçınma alt ölçeği için .90 olarak karşımıza çıkmaktadır. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği'nin Türkçe formunun bir kopyası EK E'de gösterilmektedir.

7.2.4. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (OLKÖ)

Daha önce hakkında detaylı bilgiler verilen ölçeğin bu özellikleri burada tekrar ele alınmamıştır. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Doğan ve Totan (2010) tarafından gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bu çalışmada ölçeğin iç tutarlık katsayısı .73, test-tekrar test güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Araştırmada KMO katsayısının .79 olduğu görülmektedir. Açımlayıcı faktör analizi sonucunda tek faktörlü bir yapı elde edilmiştir. Yapılan doğrulayıcı faktör analizine ilişkin uyum indeksleri açısından nihai model yeterli görülmektedir. Bu örneklemimizde, ölçeğin iç tutarlık değerinin .77 olduğu tespit edilmiştir. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği'nin bir kopyası Ek D'de gösterilmektedir.

7.2.5. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Psikometrik özelliklerine birinci çalışmada değinilen ölçeğin detaylı özellikleri burada tekrar ele alınmayacaktır. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Çuhadaroğlu (1986) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik katsayısı .71 olarak bulunmuştur. Alt ölçekler için bulunan test-tekrar test güvenirlik katsayıları .46 (kişiler arası ilişkilerde tehdit hissetme) ile .89 (psikosomatik belirtiler) arasında değişmektedir. Benlik saygısı alt ölçeği için test-tekrar test güvenirlik katsayısı .75 olarak bulunmuştur. Bu örneklemde, ölçeğin benlik saygısı boyutu için Cronbach's alpha değeri .87 olarak bulunmuştur. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği'nin bir kopyası Ek F'de gösterilmektedir.

7.2.6. Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği (TDÖ)

Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği (TDÖ; Repetitive Thinking Questionnaire, RTQ)'nin orijinal formu McEvoy, Mahoney ve Moulds (2010) tarafından geliştirilmiştir. TDÖ,

kişilerin olumsuz yaşam olaylarıyla ilgili tekrarlayıcı düşünme döngüsüne girme eğilimini ölçmeyi amaçlamaktadır. Ölçeğin orijinal formu geliştirilirken başlangıçta 44 maddelik havuzdan depresif semptomları ölçtüğü düşünülen maddeler, özünde bilişsel olmadıkları düşünülen ve fiziksel semptomlara odaklanan maddeler ve belirli bir durumla anlamlı bir şekilde ilgili olmayan maddeler atılmıştır ve faktör analizi için geriye 33 madde kalmıştır. Yapılan faktör analizi sonucunda beşli Likert tipindeki TDÖ için 31 madde ve iki faktörlü bir model ortaya çıkmıştır. Birinci faktör tekrarlayıcı olumsuz düşünme (TOD) 27 maddeden oluşmaktadır ve varyansın %30.6'sını açıklamaktadır. İkinci faktör olan tekrarlayıcı düşünmenin yokluğu (TDY) ise dört maddeden oluşmaktadır ve varyansın %5.7'sini açıklamaktadır. TOD için Cronbach's alpha iç tutarlık kat sayısı .93 ve TDY için Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .72 olarak bildirilmektedir.

TDÖ'nün Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması Gülüm ve Dağ (2012) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek madde sayısını korurken, orijinal formundaki iki faktörlü modelden farklı olarak tek faktörlü bir yapı benimsenmiştir. Yapılan analizler sonucunda ikinci faktördeki maddelerin ters olarak puanlanmasının daha uygun olacağı düşünülmüştür. TDÖ'nün Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .94 ve açıklanan toplam varyans ise %40.48 olarak bulunmuştur. TDÖ'nün diğer ölçeklerle korelasyonları .12 ile .35 arasında değişmektedir. Bu sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda TDÖ'nün Türkçe formunun uygun düzeyde geçerlik ve güvenirlik değerlerine sahip olduğu görülmektedir. Çalışmamızda ise Cronbach's alpha iç tutarlık katsayısı .95 gibi oldukça yüksek değer göstermektedir. Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği'nin bir koyası Ek H'de gösterilmektedir.

7.2.7. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ)

Bu çalışmada kendilik algısını (self-concept) ölçmek için Allan ve Gilbert (1995) tarafından geliştirilen Sosyal Karşılaştırma Ölçeği (SKÖ; Social Comparison Scale) kullanılmıştır. Başkalarıyla karşılaştırıldıkları durumlarda kişilerin kendilerini nasıl algıladıklarını değerlendiren SKÖ'nün orijinal formu başlangıçta 5 madde olarak

geliştirilmiştir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach's alpha katsayı değeri .87 ve test-tekrar test güvenirlik katsayısı .84 olarak bildirilmiştir.

Türkçeye uyarlaması Şahin ve Şahin (1992) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin son hali 13 maddenin daha eklenmesiyle 18 maddeden oluşmaktadır. Çift kutuplu olan bu maddeler, 6 noktalı bir boyut üzerinden değerlendirilmektedir. SKÖ'den alınan yüksek puanlar olumlu benlik şemasını gösterirken, alınan düşük puanlar ise olumsuz benlik şemasına işaret etmektedir. Ölçeğin Cronbach's alpha güvenirlik katsayısı .79 olarak bildirilmektedir.

Daha ileri tarihlerde gerçekleştirilen bir çalışmadan elde edilen veriler doğrultusunda SKÖ'nün Cronbach's alfa iç tutarlık katsayısı psikosomatik örneklem için .92, depresyon örneklemi için .88 ve cinsel işlev bozukluğu örneklemi için ise .91 olarak saptanmıştır (Batıgün & Şahin, 2009). Çalışmamızda ise Cronbach's alpha değeri .90 olarak bulunmuştur. Sosyal Karşılaştırma Ölçeği'nin bir kopyası Ek G'de gösterilmektedir.

7.3. İşlem

Araştırmanın verileri, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Ankara Üniversitesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Atılım Üniversitesi, Çağ Üniversitesi, Gaziantep Üniversitesi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, Işık Üniversitesi, Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Pamukkale Üniversitesi ve Uludağ Üniversitesi'nde lisans eğitimine devam etmekte olan 325 üniversite öğrencisinden toplanmıştır. Veri toplama süreci Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu tarafından onay alındıktan sonra tamamlanmıştır. Veriler, elden ve internet tabanlı olmak üzere iki farklı şekilde toplanmıştır. Veri toplama araçları uygulanmadan önce, araştırmayla ilgili genel bilgilerin (araştırmanın amacı ve kimler tarafından yürütüldüğü gibi), gizlilik ve gönüllülük şartlarının yer aldığı bilgilendirilmiş onam formunu okumaları sağlanmış ve katılımcıların imzalı onayları alınmıştır (Bilgilendirilmiş Onam Formunun bir kopyası Ek A'da gösterilmiştir). Aynı zamanda, internet tabanlı toplanan verilerde yine katılımcılardan Bilgilendirilmiş Onam Formunu okuduktan sonra, çalışmaya

katılabilmeleri için onay kutucuğunu işaretlemeleri istenmiştir. Ardından katılımcılardan öncelikle demografik bilgi formunu doldurmaları istenmiş, sonrasında katılımcılara diğer ölçüm araçları verilmiştir. Katılımcıların veri toplama setini yaklaşık otuz dakika içinde tamamladıkları gözlenmiştir.

7.4. Verilerin Analizi

Analizlerden önce hatalı verilerin tespiti için veri görüntülemesi ve veri temizliği yapılmıştır. Verilerin analiz sürecinde Windows 10 işletim temelli bir bilgisayarda Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 23.0 paket programı, AMOS 22 ve PROCESS macro v3.1 kullanılmıştır. Veriler üzerinde normallik testi yürütülmüştür ve örneklem varyansının homojenliği test edilmiştir. Sonuç olarak araştırma verilerinin normal dağılım gösterdiği ve verilerin analize uygun olduğu sonucuna varılmıştır (George ve Mallery, 2010; Tabachnick ve Fidell, 2013). Mevcut çalışmanın ana hipotezlerini test etmeden önce, demografik değişkenlerin aralarındaki farklılıkları bulmak için t-test ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) yürütülmüştür. Devamında, araştırma değişkenlerinin arasındaki ilişkileri görmek için korelasyon analizleri yapılmıştır. Ardından çoklu ve basit aracılık analizleri gerçekleştirilmiştir. Son olarak mevcut teorik bilgiler ışığında araştırma değişkenleri üzerinde Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) yürütülmüştür.

BÖLÜM 8

ÇALIŞMA II BULGULAR

Bu bölümde öncelikle araştırma değişkenlerinin betimleyici istatistiklerine (örneklem büyüklüğü, ortalama, standart sapma gibi) ilişkin bulgulara değinilecektir. Daha sonra ise araştırmanın ana değişkenlerine (sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme) göre demografik değişkenlerin (yaş, cinsiyet, algılanan gelir düzeyi gibi) aralarındaki farklılıkları içeren bağımsız gruplar t-test ve ANOVA analizleri bulguları ele alınacaktır. Ayrıca, araştırma değişkenlerinin iki değişkenli korelasyon analizlerinin (bivariate correlations) sonuçları da bu bölümde ele alınacaktır. Ardından, sosyal kaygının yordayıcılarını değerlendirmek için gerçekleştirilen hiyerarşik regresyon analizi sonuçlarına sunulacaktır. Son olarak, sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkileri kuramsal bir model çerçevesinde açıklayabilmek için yapısal eşitlik modellemesi sonuçlarına yer verilecektir.

Tüm istatistiksel analizler 325 kişilik katılımcı verileri kullanılarak yapılmıştır. Parametrik testler öncesinde verilerin normal dağılıp dağılmadığını görmek amacıyla basıklık ve çarpıklık değerleri incelenmiştir. Değerlerin incelenmesinin ardından, tüm değerlerin -1.0 ve +1.0 arasında değiştiği görülmüştür. Bu değerler Tabachnick ve Fidell (2013)'in basıklık ve çarpıklık değerleri için önerdiği -1.5 ile +1.5 aralığındaki değer ve George ve Mallery (2010)'nin önerdiği -2.0 ile +2.0 aralığındaki değer kriterlerine uymaktadır. Bu bilgiler ışığında araştırma verilerinin normal dağılımı sağladığı kabul edilmiştir. Ayrıca, elden ve internetten toplanan veriler karşılaştırılmıştır. Karşılaştırma sonucunda, olumlu değerlendirilme korkusu

dışında, elden ve internet tabanlı toplanan verilerde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Sonuç olarak, veri setinin bütünlüğünün korunmasına karar verilerek analizlere devam edilmiştir.

8.1. Çalışma Değişkenlerine İlişkin Betimleyici İstatistik Bulguları

Çalışma değişkenlerine ilişkin ortalama, standart sapma ve aralık değerleriyle ilgili ayrıntılı bilgiler Tablo 8'de gösterilmiştir.

Tablo 8. Araştırmadaki Değişkenlerin Ortalama, Standart Sapma ve Ekstrem Değerleri

	$\overline{X}$	*SS*	Min.	Mak.
ODKÖK-II	29.06	10.52	12	60
OLKÖ	19.74	5.72	8	38
RBSÖ	1.71	1.65	0	6
SKÖ	77.83	14.53	27	108
TDÖ	100.27	26.61	31	155
LSKÖ	48.41	23.09	5	144
LSKÖ - Kaygı	27.23	12.79	0	72
LSKÖ - Kaçınma	21.18	12.34	0	72

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

Tabloda görüldüğü üzere katılımcıların olumsuz değerlendirilme korkusu ortalaması ($\overline{X}$ = 29.06, *SS* = 10.52) olarak ve olumlu değerlendirilme korkusu ortalaması ($\overline{X}$ = 19.74, *SS* = 5.72) olarak saptanmıştır. Örneklemin yüksek bir benlik saygısına ($\overline{X}$ = 1.71, *SS* = 1.65) ve olumlu bir kendilik algısına ($\overline{X}$ = 77.83, *SS* = 14.53) sahip olduğu

görülmektedir. Buna karşın katılımcıların olay sonrası işlemleme ortalamalarının ($\overline{X}$ = 100.27, *SS* = 26.61) yüksek derecede olduğu görülmektedir. Diğer taraftan toplam sosyal kaygı ortalama değeri ($\overline{X}$ = 48.41, *SS* = 23.09) olarak, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği'nde 50 olarak belirlenen kesme puanın sınırında kalmaktadır. Ölçeğin kaygı alt boyutunun ortalaması ($\overline{X}$ = 27.23, *SS* = 12.79), alt boyutlar için belirlenen 25 kesme puanının üstünde kalmaktadır. Kaçınma alt boyutunun ortalaması ($\overline{X}$ = 21.18, *SS* = 12.34) ise belirlenen bu değerin altında kalmaktadır.

8.2. Çalışma Değişkenleri Açısından Grup Karşılaştırmaları

Sosyal kaygı ve diğer çalışma değişkenlerinin puanları arasındaki farkların, demografik değişkenlere göre anlamlı olarak farklılaşıp farklılaşmadığını görmek için bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi (one-way ANOVA) yürütülmüştür. Bu analizlerden bağımsız gruplar t-testi için kullanılan bağımsız değişkenler cinsiyet, aile tipi ve travmadan oluşmaktadır. Diğer taraftan, ANOVA analizleri için kullanılan bağımsız değişkenler ise algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı ve yetişilen yerden oluşmaktadır. Yürütülen bu analizlerdeki bağımlı değişkenler ise olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı, olay sonrası işlemleme ve sosyal kaygı ile alt boyutlarından (kaygı ve kaçınma) oluşmaktadır. Araştırma değişkenlerinden benlik saygısı ve kendilik algısı açısından demografik değişkenlerin grup karşılaştırmaları arasında herhangi bir farklılık görülmemektedir.

8.2.1. Sosyal Kaygı ve Alt Boyutları Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları

Cinsiyet, aile tipi (çekirdek ve geniş) ve son altı ay içinde travma deneyimi yaşama durumuna göre bağımsız gruplar t-test analizi, sosyal kaygı puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek üzere yürütülmüştür. Yine, algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı ve yetişilen yere göre tek yönlü varyans analizi (one-way ANOVA), sosyal kaygı puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere yürütülmüştür.

Yapılan bağımsız gruplar t-test analizi sonucunda Tablo 9'da gösterildiği üzere toplam sosyal kaygı puanının aile tipine (çekirdek aile ve geniş aile) göre anlamlı olarak farklılaştığı ($t(323) = -2.27$, $p < .05$) bulunmuştur. Geniş ailede yaşayanların ($\overline{X} = 54.20$, $SS = 23.68$), çekirdek ailede yaşayanlara ($\overline{X} = 46.97$, $SS = 22.75$) göre toplam sosyal kaygı puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Alt boyutlardan ise kaygının anlamlı olarak farklılaştığı bulunurken ($t(323) = -2.34$, $p < .05$), kaçınmanın anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Yine, geniş ailede yaşayanların ($\overline{X} = 30.53$, $SS = 14.04$), çekirdek ailede yaşayanlara ($\overline{X} = 26.41$, $SS = 12.36$) göre kaygı alt boyutundan aldıkları puanların daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Aile Tipi Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları

		n	$\overline{X}$	*SS*	*t*
ODKÖK-II	Çekirdek Aile	260	28.43	10.26	-2.18*
	Geniş Aile	65	31.59	11.20	
OLKÖ	Çekirdek Aile	260	19.40	5.49	-2.11*
	Geniş Aile	65	21.07	6.44	
RBSÖ	Çekirdek Aile	260	1.66	1.61	-1.23
	Geniş Aile	65	1.94	1.78	
SKÖ	Çekirdek Aile	260	77.91	13.84	.19
	Geniş Aile	65	77.53	17.14	
TDÖ	Çekirdek Aile	260	99.79	25.98	-.64
	Geniş Aile	65	102.15	29.15	
LSKÖ	Çekirdek Aile	260	46.97	22.75	-2.27*
	Geniş Aile	65	54.20	23.68	
LSKÖ - Kaygı	Çekirdek Aile	260	26.41	12.36	-2.34*
	Geniş Aile	65	30.53	14.04	
LSKÖ - Kaçınma	Çekirdek Aile	260	20.56	12.23	-1.82
	Geniş Aile	65	23.67	12.56	

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

*$p < .05$

Kardeş sayısının etkisi one-way ANOVA ile incelendiğinde, Tablo 10'da gösterildiği üzere toplam sosyal kaygı puanının, kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı (F[4,320] = 4.43, $p < .01$) bulunmuştur. Buna ek olarak, Tukey HSD ile yapılan post-hoc karışlaştırmaları, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 57.19, *SS* = 22.44), bir kardeşi olanlara ($\overline{X}$ = 43.95, *SS* = 27.13) göre toplam sosyal kaygı puanlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yine, dört ve daha fazla sayıda

kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 57.19, *SS* = 22.44) toplam sosyal kaygı puanlarının, iki kardeşi olanlara göre ($\overline{X}$ = 46.30, *SS* = 24.08) daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 10. Kardeş Sayısı Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları

	Kardeş Sayısı 0	**Kardeş Sayısı 1**	**Kardeş Sayısı 2**	**Kardeş Sayısı 3**	**4 ve Daha Fazla Kardeş**	***F*[4,320]**
ODKÖK-II	27.45 (9.63)	28.45 (9.02)	29.44 (12.45)	28.68 (9.32)	30.01 (10.95)	.33
OLKÖ	22.00 (6.63)	18.77 (5.35)	19.49 (5.61)	19.23 (5.63)	21.47 (5.96)	2.88*
RBSÖ	1.64 (2.01)	1.71 (1.70)	1.66 (1.71)	1.56 (1.55)	1.94 (1.54)	.48
SKÖ	83.00 (7.87)	77.16 (12.22)	78.46 (15.27)	78.70 (15.22)	76.29 (16.54)	.68
TDÖ	111.91 (22.68)	101.02 (26.65)	102.67 (27.03)	93.83 (28.39)	99.99 (24.25)	1.65
LSKÖ	37.55 (27.13)	43.95 (21.57)	46.30 (24.08)	50.50 (21.26)	57.19 (22.44)	4.43**
LSKÖ - Kaygı	23.73 (19.20)	24.84 (11.49)	26.11 (13.16)	27.90 (11.45)	31.98 (12.98)	3.69*
LSKÖ - Kaçınma	13.82 (11.66)	19.11 (11.16)	20.19 (12.40)	22.61 (12.27)	25.21 (12.92)	3.94**

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

*p < .05, **p < .01

Kardeş sayısının sosyal kaygının, kaygı ve kaçınma alt boyutlarına etkisini test etmek amacıyla, yeniden, one-way ANOVA yürütülmüştür. Buna göre kaygı alt boyutunun, kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı (F[4,320] = 3.69, p < .05) saptanmıştır. Tukey HSD ile yürütülen post-hoc bulgularına göre, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 31.98, SS = 12.98) kaygı alt boyutu puanlarının, bir kardeşi olanlardan ($\overline{X}$ = 24.84, SS = 11.49) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yine, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 31.98, SS = 12.98) kaygı alt boyutu puanlarının, iki kardeşi olanlara ($\overline{X}$ = 26.11, SS = 13.16) göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Diğer taraftan kaçınma alt boyutuyla ilgili one-way ANOVA bulgularına göre, kaçınmanın, kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı (F[4,320] = 3.94, p < .01) görülmektedir. Post-hoc bulguları, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 25.21, SS = 12.92) kaçınma alt boyutu puanlarının, kardeşi olmayanlara ($\overline{X}$ = 13.81, SS = 11.66) göre daha yüksek olduğunu göstermektedir. Yine, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X}$ = 25.21, SS = 12.92) kaçınma alt boyutu puanlarının, bir kardeşi olanlara ($\overline{X}$ = 19.11, SS = 11.16) göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

8.2.2. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları

Olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının, demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere bağımsız gruplar t-test analizi yapılmıştır. Yapılan bağımsız gruplar t-test analizi sonucunda olumsuz değerlendirilme korkusu puanının, aile tipine göre anlamlı olarak farklılaştığı (t(323) = -2.18, p < .05) bulunmuştur. Geniş ailede yaşayanların ($\overline{X}$ = 31.59, SS = 11.20), çekirdek ailede yaşayanlara ($\overline{X}$ = 28.43, SS = 10.26) göre olumsuz değerlendirilme korkusu puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

8.2.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları

Bağımsız gruplar t-test analizi yeniden, olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının, demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere yürütülmüştür. Ayrıca yine, one-way ANOVA sosyal kaygının, demografik değişkenlerin düzeyleri arasındaki değişime göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere yürütülmüştür.

Bağımsız gruplar t-test analizi sonucunda olumlu değerlendirilme korkusu puanının, aile tipine göre anlamlı olarak farklılaştığı ($t(323) = -2.11$, $p < .05$) saptanmıştır. Geniş ailede yaşayanların ($\overline{X} = 21.07$, $ss = 6.44$), çekirdek ailede yaşayanlara ($\overline{X} = 19.40$, $SS = 5.49$) göre olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Kardeş sayısının etkisi one-way ANOVA ile incelendiğinde, olumlu değerlendirilme korkusu puanının, kardeş sayısına göre anlamlı olarak farklılaştığı ($F[4,320] = 2.88$, $p < .05$) bulunmuştur. Daha spesifik olarak, Tukey HSD ile yapılan post-hoc karışlaştırmaları, dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanların ($\overline{X} = 21.47$, $SS = 5.96$), bir kardeşi olanlara ($\overline{X} = 18.77$, $SS = 5.35$) göre toplam sosyal kaygı puanlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir.

One-way ANOVA sonuçları incelendiğinde, Tablo 11'de gösterildiği üzere olumlu değerlendirilme korkusunda yetişilen yerin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ($F[2,322] = 4.84$, $p < .05$). Scheffe ile yapılan post-hoc karşılaştırmalarına göre, köyde yetişen katılımcıların olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının ($\overline{X} = 23.17$, $SS = 6.41$), ilçede yetişen katılımcılara ($\overline{X} = 19.28$, $SS = 5.44$) göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yine, köyde yetişen katılımcıların olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının ($\overline{X} = 23.17$, $SS = 6.41$), ilde (büyükşehir) büyüyen katılımcılara ($\overline{X} = 19.54$, $SS = 5.65$) göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 11. Yetişilen Yer Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları

	Köy	**İlçe**	**İl (Büyükşehir)**	***F*[2,322]**
ODKÖK-II	29.74	30.79	28.30	1.79
	(11.48)	(10.38)	(10.42)	
OLKÖ	23.17	19.28	19.53	4.84*
	(6.41)	(5.44)	(5.65)	
RBSÖ	1.67	1.78	1.69	.09
	(1.52)	(1.58)	(1.70)	
SKÖ	79.85	76.15	78.28	.91
	(14.83)	(15.20)	(14.23)	
TDÖ	105.55	102.29	98.87	1.02
	(28.32)	(26.06)	(26.64)	
LSKÖ	50.19	48.13	48.33	.08
	(21.51)	(22.63)	(23.53)	
LSKÖ – Kaygı	28.99	27.52	26.92	.31
	(14.56)	(12.66)	(12.69)	
LSKÖ - Kaçınma	21.20	20.61	21.40	.13
	(10.75)	(12.03)	(12.67)	

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

*$p < .05$

8.2.4. Olay Sonrası İşlemleme Açısından Demografik Değişkenlerin Grup Karşılaştırmaları

Olay sonrası işlemlemenin, demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere bağımsız gruplar t-test analizi yapılmıştır. Diğer

taraftan, one-way ANOVA sosyal kaygının, demografik değişkenlerin düzeyleri arasındaki değişime göre farklılaşıp farklılaşmadığını görmek üzere yürütülmüştür.

Yapılan bağımsız gruplar t-test analizi sonucunda Tablo 12'de gösterildiği üzere olay sonrası işlemlemenin son altı ay içinde yaşanan travmaya göre anlamlı olarak farklılaştığı ($t(323) = 2.50$, $p < .05$) bulunmuştur. Son altı ay içinde travma deneyimi yaşayanların ($\overline{X} = 108.84$, $SS = 25.08$), yaşamayanlara ($\overline{X} = 98.71$, $SS = 26.63$) göre olay sonrası işlemleme puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Tablo 12. Travma (Son altı ay içinde) Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları

		N	$\overline{X}$	***SS***	***t***
ODKÖK-II	Evet	50	28.32	11.48	-.54
	Hayır	275	29.20	10.35	
OLKÖ	Evet	50	19.56	6.32	-.24
	Hayır	275	19.77	5.61	
RBSÖ	Evet	50	1.98	1.90	1.24
	Hayır	275	1.67	1.60	
SKÖ	Evet	50	75.77	15.87	-1.09
	Hayır	275	78.21	14.27	
TDÖ	Evet	50	108.84	25.08	2.50*
	Hayır	275	98.71	26.63	
LSKÖ	Evet	50	52.81	23.67	1.47
	Hayır	275	47.61	22.93	
LSKÖ - Kaygı	Evet	50	30.30	13.42	1.85
	Hayır	275	26.68	12.62	
LSKÖ - Kaçınma	Evet	50	22.51	13.37	.83
	Hayır	275	20.94	12.16	

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

*$p < .05$

One-way ANOVA sonuçları incelendiğinde, Tablo 13'de gösterildiği üzere olay sonrası işlemlemede algılanan gelir düzeyinin anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir (F[2,322] = 4.07, $p < .05$). Scheffe ile yapılan post-hoc karşılaştırmalarına göre, algılanan gelir düzeyi düşük olan katılımcıların olay sonrası

işlemleme puanlarının ($\overline{X}$ = 115.47, *SS* = 23.18), algılanan gelir düzeyi orta olan katılımcılara ($\overline{X}$ = 98.73, *SS* = 26.65) göre daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 13. Algılanan Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Ortalama Puanlar (Standart Sapmalar) ve ANOVA Sonuçları

	Düşük	**Orta**	**Yüksek**	***F*[2,322]**
ODKÖK-II	31.86	29.00	28.00	.95
	(12.72)	(10.10)	(11.95)	
OLKÖ	21.76	19.64	19.32	1.47
	(7.21)	(5.40)	(6.78)	
RBSÖ	2.52	1.67	1.55	2.83
	(1.83)	(1.62)	(1.68)	
SKÖ	77.19	77.87	77.89	.02
	(18.82)	(13.73)	(17.33)	
TDÖ	115.47	98.73	102.40	4.07*
	(23.18)	(26.65)	(25.93)	
LSKÖ	56.18	48.16	46.00	1.43
	(21.26)	(22.88)	(25.08)	
LSKÖ - Kaygı	30.10	27.14	26.35	.63
	(13.91)	(12.49)	(14.28)	
LSKÖ - Kaçınma	26.08	21.02	19.65	2.00
	(12.08)	(12.28)	(12.56)	

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

*$p < .05$

Araştırma değişkenleri açısından grup karşılaştırmalarında Tablo 14'de gösterildiği üzere cinsiyet değişkeni herhangi bir farklılık göstermemektedir. Başka bir deyişle,

kadınlar ve erkekler arasında sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme açısından farklılık görülmemektedir.

Tablo 14. Cinsiyet Değişkeni İçin Betimleyici İstatistikler ve t-test Sonuçları

		N	$\overline{X}$	***SS***	***t***
ODKÖK-II	Kadın	238	29.04	10.71	-.07
	Erkek	87	29.13	10.02	
OLKÖ	Kadın	238	19.50	5.68	-1.26
	Erkek	87	20.39	5.81	
RBSÖ	Kadın	238	1.75	1.63	.69
	Erkek	87	1.61	1.71	
SKÖ	Kadın	238	77.61	14.34	-.46
	Erkek	87	78.45	15.11	
TDÖ	Kadın	238	101.20	26.57	1.05
	Erkek	87	97.71	26.72	
LSKÖ	Kadın	238	47.81	23.30	-.78
	Erkek	87	50.07	22.56	
LSKÖ - Kaygı	Kadın	238	26.89	12.41	-.80
	Erkek	87	28.18	13.83	
LSKÖ - Kaçınma	Kadın	238	20.92	12.59	-.63
	Erkek	87	21.89	11.69	

Not. ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği; LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.

8.3. Araştırma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlara İlişkin Bulgular

Araştırma değişkenleri ve alt boyutları (sosyal kaygı toplam, sosyal kaygı kaygı alt boyutu, sosyal kaygı kaçınma alt boyutu, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme) arasındaki ilişkileri görmek üzere Pearson korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Bu değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 15'de gösterilmiştir.

Tablo 15. Çalışma Değişkenleri Arasındaki Korelasyonlar

	1	2	3	4	5	6	7	8
(1) LSKÖ Toplam	-							
(2) LSKÖ – Kaygı Alt Test	.92**	-						
(3) LSKÖ – Kaçınma Alt Test	.92**	.69**	-					
(4) ODKÖK-II	.37**	.33**	.34**	-				
(5) OLKÖ	.51**	.47**	.47**	.38**	-			
(6) RBSÖ	.38**	.32**	.38**	.44**	.41**	-		
(7) SKÖ	-.35**	-.27**	-.37**	-.44**	-.32**	-.53**	-	
(8) TDÖ	.27**	.23**	.27**	.39**	.24**	.35**	-.25**	-

Not. LSKÖ, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği; ODKÖK-II, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği-II; OLKÖ, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği; RBSÖ, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği; SKÖ, Sosyal Karşılaştırma Ölçeği; TDÖ, Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği.

*$p < .01$

Korelasyon analizleri toplam sosyal kaygı ile kaygı alt boyutu (r = .92, p < .01) ve kaçınma alt boyutu (r = .92, p < .01) arasında pozitif yönde oldukça güçlü anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Buna göre katılımcıların artan sosyal kaygı düzeyleri artan kaygı ve kaçınma düzeyleriyle ilişkilidir. Aynı zamanda, toplam sosyal kaygı ile olumsuz değerlendirilme korkusu (r = .37, p < .01), olumlu değerlendirilme korkusu (r = .51, p < .01), benlik saygısı (r = .38, p < .01) ve olay sonrası işlemleme (r = .27, p < .01) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki mevcuttur. Artan olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, olay sonrası işlemleme ve Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeğinden alınan yüksek skorlar (düşük benlik saygısı) artan sosyal kaygı ile ilişkilidir. Diğer taraftan toplam sosyal kaygı ile kendilik algısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir (r = -.35, p < .01). Buna göre, artan sosyal kaygı düzeyi, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

Sosyal kaygının kaygı alt boyutu ile kaçınma alt boyutu arasında pozitif yönde güçlü anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir (r = .69, p < .01). Kaygı düzeyi arttıkça, kaçınma düzeyi de artmaktadır. Yine, kaygı alt boyutu ile olumsuz değerlendirilme korkusu (r = .33, p < .01), olumlu değerlendirilme korkusu (r = .47, p < .01), benlik saygısı (r = .32, p < .01) ve olay sonrası işlemleme (r = .23, p < .01) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. Artan olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, olay sonrası işlemleme ve düşük benlik saygısı artan kaygı ile ilişkilidir. Ayrıca, kaygı ile kendilik algısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r = -.27, p < .01). Artan kaygı düzeyi, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

Sosyal kaygının kaçınma alt boyutu ile olumsuz değerlendirilme korkusu (r = .34, p < .01), olumlu değerlendirilme korkusu (r = .47, p < .01), benlik saygısı (r = .38, p < .01) ve olay sonrası işlemleme (r = .27, p < .01) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Buna göre, artan olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, olay sonrası işlemleme ve düşük benlik saygısı artan kaçınma ile ilişkilidir. Diğer taraftan, kaçınma ile kendilik algısı

arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r = -.37, p < .01). Artan kaçınma düzeyi, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

Olumsuz değerlendirilme korkusu ile olumlu değerlendirilme korkusu (r = .38, p < .01), benlik saygısı (r = .44, p < .01) ve olay sonrası işlemleme (r = .39, p < .01) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Artan olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı ve olay sonrası işlemleme artan olumsuz değerlendirilme korkusu ile ilişkilidir. Olumsuz değerlendirilme korkusu ile kendilik algısı arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r = -.44, p < .01). Artan olumsuz değerlendirilme korkusu, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

Olumlu değerlendirilme korkusu ile benlik saygısı (r = .41, p < .01) ve olay sonrası işlemleme (r = .24, p < .01) arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki belirlenmiştir. Buna göre, artan olay sonrası işlemleme ve düşük benlik saygısı artan olumlu değerlendirilme korkusu ile ilişkilidir. Ayrıca, olumlu değerlendirilme korkusu ile kendilik algısı arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r = -.32, p < .01). Artan olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

Benlik saygısı ile olay sonrası işlemleme arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur (r = .35, p < .01). Artan olay sonrası işlemleme, düşük benlik saygısıyla ilişkilidir. Diğer taraftan, benlik saygısı ile kendilik arasında ise negatif yönde anlamlı bir ilişki mevcuttur (r = -.53, p < .01). Buna göre düşük benlik saygısı, olumsuz kendilik algısıyla ilişkilidir.

8.4. Aracılık Analizleri

Alışılageldiği üzere günümüzde birçok araştırmacı tarafından hala hiyerarşik regresyon analizi (the casual steps approach) ile bir değişkenin aracılık fonksiyonu incelenmeye devam edilmektedir. Bu konuda araştırmacılar tarafından benimsenen en popüler yaklaşım Baron ve Kenny (1986) tarafından önerilen nedensel kriterlerdir.

Bu kriterlere göre bir değişkenin aracı rolü olup olmadığını anlamak için dört kriterin test edilmesi gerekmektedir:

Birinci aşamada bir değişkenin aracılık rolünden (*M*) söz edebilmek için öncelikle yordayıcı değişken (*X*) ile yordanan değişken (*Y*) arasında aracılık edilecek bir etkinin olması gerekmektedir. Kısaca, *X* değişkeni, *Y* değişkenini anlamlı olarak yordamalıdır. Bu kriter sağlanmadığı takdirde, ikinci aşamaya geçilememekte ve tüm test etme işlemi sona ermektedir.

Birinci aşamadaki kriter sağlandığı takdirde, bu sefer ikinci aşamada *X* değişkeni, *M* değişkenini anlamlı olarak yordamalıdır. Eğer bu kriter sağlanmazsa, test etme işlemi sonlandırılmakta ve *M* değişkeninin, *X* ile *Y* arasında aracı etkisi olmadığı sonucuna varılmaktadır.

İkinci kriter karşılandığı takdirde, *X* değişkeninin etkisi kontrol edildiğinde *M* değişkeni *Y* değişkenini anlamlı olarak yordamalıdır. Eğer bu kriter karşılanmazsa, test etme işlemi *M* değişkeninin, *X* değişkeninin *Y* değişkenine etkisine aracılık etmediği gerekçesiyle durdurulmaktadır.

Üçüncü kriter de sağlandığı takdirde, *X* değişkeninin doğrudan etkisi (c'), toplam etkiyle (c) karşılaştırılmaktadır. Eğer, c' sıfıra c'den daha yakınsa ve c' istatistiksel olarak anlamlı değilse, bu durumda *M* değişkeninin tam aracılık etkisi vardır. Eğer c' sıfıra c'den daha yakınsa ve c' istatistiksel olarak sıfırdan farklıysa, bu durumda *M* değişkeninin kısmı aracılık etkisinden söz edilmektedir. Başka bir deyişle, *X* değişkeninin *Y* değişkenine etkisinin sadece bir kısmı *M* değişkeni yoluyla açıklanmaktadır.

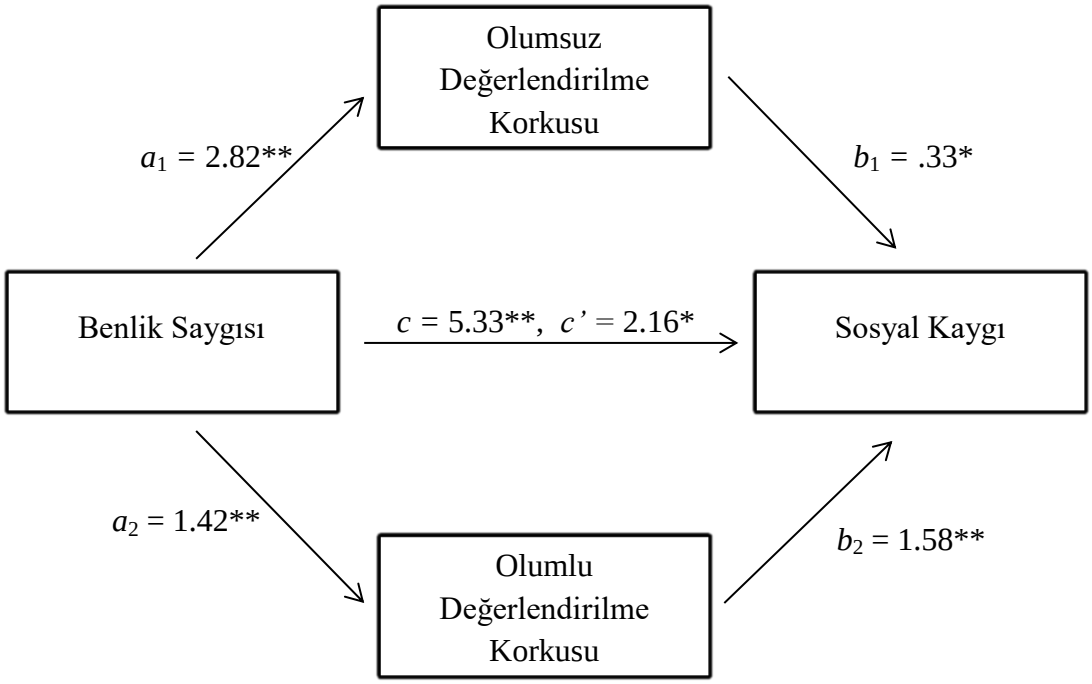
Hayes (2018), "aracılık belirleme kriterlerinin" artık bu şekilde olmadığını, diğer bir deyişle, modeldeki yollar üzerinde tek tek yapılan testlerden ziyade, esas önemli olan noktanın dolaylı etkinin (indirect effect) test edilmesinin olduğunu ileri sürmektedir. Hiyerarşik regresyon analizi, araştırmacıyı dolaylı etkinin nicelleştirmesine değil, dolaylı etkiler ve aracılık hakkında tamamen nitel olarak

düşünmeye teşvik etmektedir. Bu nitel iddialar ise kendisiyle ilişkili belirsizlik hakkında bir bilgi vermemektedir. Bunun yerine dolaylı etkiler nicelleştirilebilmektedir ve dolaylı etki için bir güven aralığı oluşturulabilmektedir. Bu bağlamda, güven aralıkları genellikle, bir etkinin var olup olmadığına dair nitel iddialardan daha bilgilendiricidir. Ayrıca, tam aracılık ve kısmi aracılık etkisi terimlerinin de yanıltıcı doğaları nedeniyle kullanılması tavsiye edilmemektedir (Hayes, 2018)

Bu bölümde yukarıda açıklanan nedenlerden dolayı aracılık rolü incelemelerinde bir yeniden örnekleme yöntemi olan bootstrapping (Preacher & Hayes, 2008) kullanılmıştır. Bir değişkenin aracılık rolünü incelerken, önemli olan anlamlı dolaylı etkinin olmasıdır. Bunu test ederken de bootstrapping metodu, Sobel Testi ile kıyaslandığında daha yüksek istatistiksel güç sağlaması bağlamında Tip I hatalar karşısında daha etkili bir yöntemdir (MacKinnon, Lockwood, Hoffman, West & Sheets, 2002; Williams & MacKinnon, 2008; Zhao, Lynch Jr & Chen, 2010). Bootstrapping, dolaylı etkinin örnekleme dağılımının ampirik bir temsilini üretme metodudur. Bu prosedür, orijinal örnekleme sürecini taklit etme aracı olarak analiz sırasında tekrar tekrar örneklenmiş olan, popülasyonun minyatür bir temsili üzerinde yürütülmektedir. Bu işlem binlerce kez tekrarlanmaktadır ve bu tekrarlama sayısı en az 1000 olmakla birlikte, genellikle önerilen en az 5000 olmasıdır. (Hayes, 2009).

8.4.1. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Çoklu Aracılık Rolleri

Benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide değerlendirilme korkularının (olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusu) aracı rolünü test etmek için, iki aracı değişkenden oluşan çoklu aracılık analizi gerçekleştirilmiştir. İlk olarak, yordayıcı değişkenin ve aracı değişkenlerin yordanan değişkenle ilişkisi ve standardize edilmemiş beta (B) katsayıları Şekil 7'de gösterilmektedir.



Şekil 7. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rollerine İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları

*p < .05, **p< .001

Benlik saygısı düşük olan katılımcıların daha yüksek olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip oldukları (a_1 = 2.82, p < .001), bunun da daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya yol açtığı görülmektedir (b_1 = .33, p < .05). Buna ek olarak, düşük benlik saygısının daha yüksek olumlu değerlendirilme korkusuna neden olduğu (a_2 = 1.42, p < .001), yüksek olumlu değerlendirilme korkusunun ise daha yüksek sosyal kaygıya neden olduğu görülmektedir (b_2 = 1.58, p < .001). Olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun aracı rolleriyle birlikte, benlik saygısının sosyal kaygı üzerindeki toplam etkisi (total effect) anlamlı bulunmuştur (c = 5.33, p < .001). Benlik saygısının sosyal kaygı üzerindeki doğrudan etkisi (direct effect) anlamlı bulunmuştur (c' = 2.16, p < .05). Aracı değişkenler için dolaylı etkiler bias corrected confidence intervals (BCCIs) ile incelendiğinde, %95 güven aralığı ve 5000 yeniden örnekleme sayısı ile hem olumsuz değerlendirilme korkusu

(B = .92, SH = .39) hem de olumlu değerlendirilme korkusu (B = 2.25, SH = .40) için aralıklar sıfırın üzerindedir. BCCIs 2.25 ile 4.16 arasında olması nedeniyle, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun aracı rolleriyle birlikte, benlik saygısının sosyal kaygı üzerindeki toplam dolaylı etkisinin (total indirect effect) anlamlı olduğu belirlenmiştir (B = 3.17, SH = .49). Tüm modele bakıldığında, bu modelin anlamlı olduğu $F(3, 321) = 48.90$, $p < .001$ görülmektedir ve R^2 değerine bakarak tüm model sosyal kaygı varyansının %31'ini açıklamaktadır. Analizin bulguları Tablo 16'da ve önerilen model için çoklu aracılık analizinin özetini içeren bilgiler Tablo 17'de gösterilmektedir.

Tablo 16. Model I İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etkiler Bulguları

Dolaylı Etkiler	**B**	**Standart Hata (SH)**	**Alt (BCCI)**	**Üst (BCCI)**
Tüm	3.17*	.49	2.25	4.16
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	.92*	.39	.17	1.71
Olumlu Değerlendirilme Korkusu	2.25*	.40	1.51	3.09

Not 1. *$p < .05$

Not 2. BCCI, Bias Corrected Confidence Interval (Güven Aralığı)

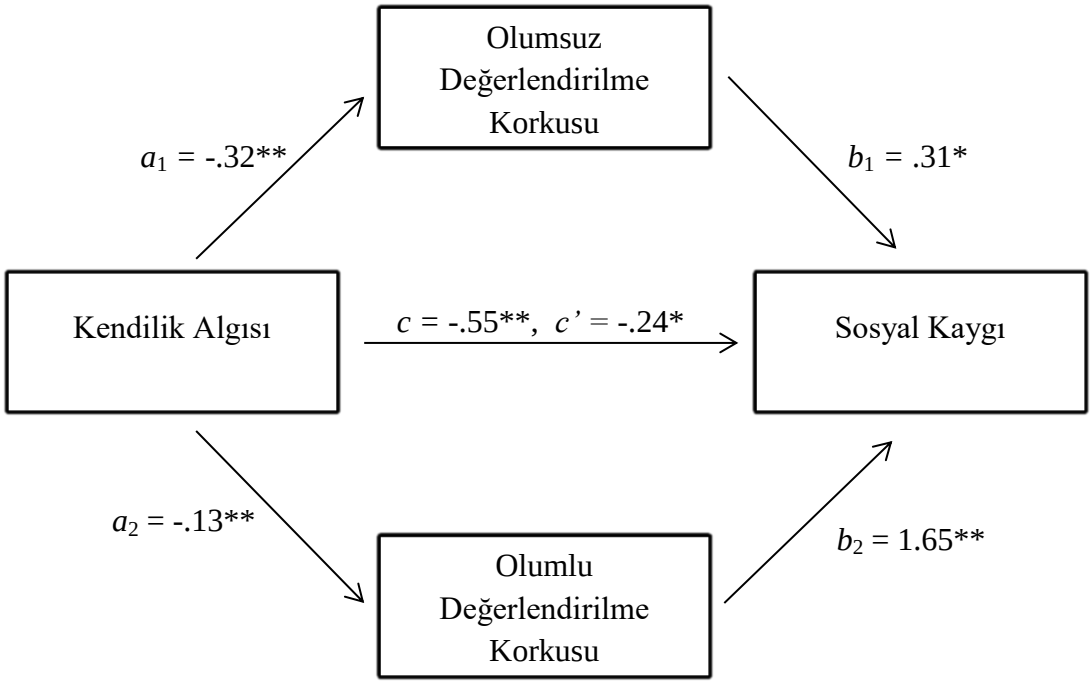
Tablo 17. Model I Aracılık Analizinin Özeti

Yordayıcı Değişken (X)	Aracı Değişkenler (M)	Yordanan Değişken (Y)	Güven Aralıkları (CIs)	Aracılık
Benlik Saygısı	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Anlamlı	Var
Benlik Saygısı	Olumlu Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Anlamlı	Var

Özet tablosunda gösterildiği üzere, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusu aracı role sahiptir.

8.4.2. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Çoklu Aracılık Rolleri

Kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun birlikte aracı rol oynayıp oynamadığını test etmek için bootstrapping metodu ile çoklu aracılık analizi gerçekleştirilmiştir. Yordayıcı ve aracı değişkenin yordanan değişkenle ilişkisi ve standardize edilmemiş beta (B) katsayıları Şekil 8'de gösterilmektedir.



Şekil 8. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rollerine İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları

*p < .05, **p< .001

Olumsuz kendilik algısının daha yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusuna (a_1 = -.32, p < .001), bunun da daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya yol açtığı görülmektedir (b_1 = .31, p < .05). Ayrıca, olumsuz kendilik algısının daha yüksek düzeyde olumlu değerlendirilme korkusuna neden olduğu (a_2 = -.13, p < .001), yüksek olumlu değerlendirilme korkusunun da daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya neden olduğu görülmektedir (b_2 = 1.65, p < .001). Olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun aracı rolleriyle birlikte, kendilik algısının sosyal kaygı üzerindeki toplam etkisi anlamlı bulunmuştur (c = -.55, p < .001). Yine, kendilik algısının sosyal kaygı üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir (c' = -.24, p < .05). Aracı değişkenler için dolaylı etkiler bias corrected confidence intervals (BCCIs) ile incelendiğinde, %95 güven aralığı ve

5000 yeniden örnekleme sayısı ile hem olumsuz değerlendirilme korkusu (B = -.10, SH = -.04) hem de olumlu değerlendirilme korkusu (B = -.21, SH = -.04) için aralıklar sıfırın üzerindedir. BCCIs -.43 ile -.21 arasında olması nedeniyle, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun aracı rolleriyle birlikte, kendilik algısının sosyal kaygı üzerindeki toplam dolaylı etkisinin (total indirect effect) anlamlı olduğu belirlenmiştir (B = -.31, SH = -.06). Tüm modele bakıldığında, bu modelin anlamlı olduğu $F(3, 321) = 49.04$, $p < .001$ görülmektedir ve R^2 değerine bakarak tüm model sosyal kaygı varyansının %31'ini açıklamaktadır. Analizin bulguları Tablo 18'de gösterilmektedir ve çalışmada önerilen ikinci model için gerçekleştirilen aracılık analizinin özetini içeren bilgiler Tablo 19'da gösterilmektedir.

Tablo 18. Model II İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etkiler Bulguları

Dolaylı Etkiler	**B**	**Standart Hata (SH)**	**Alt (BCCI)**	**Üst (BCCI)**
Tüm	-.31*	-.06	-.43	-.21
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	-.10*	-.04	-.19	-.02
Olumlu Değerlendirilme Korkusu	-.21*	-.04	-.30	-.13

Not 1. *$p < .05$

Not 2. BCCI, Bias Corrected Confidence Interval (Güven Aralığı)

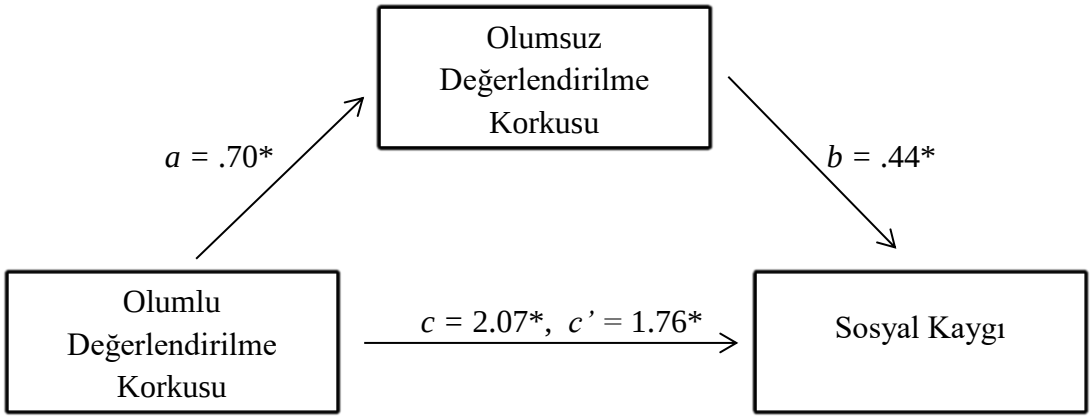
Tablo 19. Model II Aracılık Analizinin Özeti

Yordayıcı Değişken (X)	Aracı Değişkenler (M)	Yordanan Değişken (Y)	Güven Aralıkları (CIs)	Aracılık Etkisi
Kendilik Algısı	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Anlamlı	Var
Kendilik Algısı	Olumlu Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Anlamlı	Var

Özet tablosundan anlaşılacağı üzere, kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusu aracı role sahiptir.

8.4.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü

Olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı rolünü test etmek için bootstrapping metodu ile aracılık analizi gerçekleştirilmiştir. Yordayıcı ve aracı değişkenin yordanan değişkenle ilişkisi ve standardize edilmemiş beta (B) katsayıları Şekil 9'da gösterilmektedir.



Şekil 9. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolüne İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları

*$p < .001$

Olumlu değerlendirilme korkusu yüksek düzeyde olan katılımcıların daha yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip oldukları ($a = .70$, $p < .001$), bunun da daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya yol açtığı görülmektedir ($b = .44$, $p < .05$). Olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı rolüyle birlikte, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($c = 2.07$, $p < .001$). Olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerindeki doğrudan etkisinin de anlamlı olduğu saptanmıştır ($c' = 1.76$, $p < .001$). Aracılık rolü için dolaylı etki bias corrected confidence intervals (BCCIs), %95 güven aralığı ve 5000 yeniden örnekleme sayısı ile incelenmiştir. BCCIs .12 ile .52 aralığında ve sıfırın üzerinde olması nedeniyle, analiz sonuçları olumsuz değerlendirilme korkusunun, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide anlamlı bir dolaylı etkiye sahip olduğunu göstermektedir (B = .31, SH = .10). Tüm modele bakıldığında, bu modelin anlamlı olduğu $F(2, 322) = 67.75$, $p < .001$ görülmektedit ve R^2 değerine bakarak tüm model sosyal kaygı varyansının %30'unu açıklamaktadır. Analiz bulguları Tablo 20'de gösterilmektedir ve

araştırmada önerilen üçüncü model için gerçekleştirilen aracılık analizinin özetini içeren bilgiler Tablo 21'de gösterilmektedir.

Tablo 20. Model III İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etki Bulguları

Dolaylı Etki	**B**	**Standart Hata (SH)**	**Alt (BCCI)**	**Üst (BCCI)**
Sosyal Kaygı	.31*	.10	.12	.52

Not 1. *$p < .05$

Not 2. BCCI, Bias Corrected Confidence Interval (Güven Aralığı)

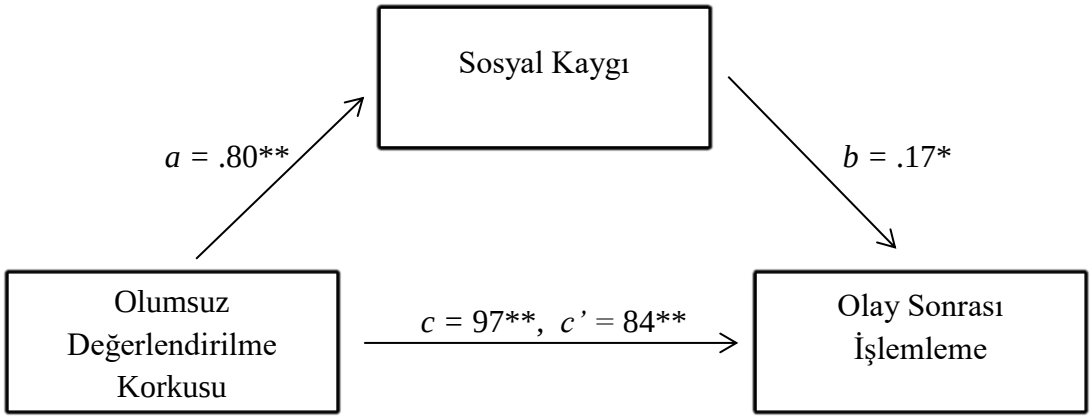
Tablo 21. Model III Aracılık Analizinin Özeti

Yordayıcı Değişken (X)	Aracı Değişken (M)	Yordanan Değişken (Y)	Güven Aralıkları (CIs)	Aracılık
Olumlu Değerlendirilme Korkusu	Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Anlamlı	Var

Özet tablosunda gösterildiği üzere, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusu aracı role sahiptir.

8.4.4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolü

Olumsuz değerlendirilme korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracı rolünü test etmek için bootstrapping metodu ile aracılık analizi gerçekleştirilmiştir. Yordayıcı ve aracı değişkenin yordanan değişkenle ilişkisi ve standardize edilmemiş beta (B) katsayıları Şekil 10'da gösterilmektedir.



Şekil 10. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolüne İlişkin Standardize Edilmemiş Beta Katsayıları

*p < .05, **p < .001

Olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek düzeyde olan katılımcıların daha yüksek düzeyde sosyal kaygı düzeyine sahip oldukları (a = .80, p < .001), bunun da daha yüksek düzeyde olay sonrası işlemlemeye yol açtığı görülmektedir (b = .17, p < .05). Sosyal kaygının aracı rolüyle birlikte, olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemleme üzerindeki toplam etkisinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir (c = 97, p < .001). Olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemleme üzerindeki doğrudan etkisinin de anlamlı olduğu saptanmıştır (c' = 84, p < .001). Aracılık rolü için dolaylı etki bias corrected confidence intervals (BCCIs), %95 güven aralığı ve 5000 yeniden örnekleme sayısı ile incelenmiştir. BCCIs .04 ile .25 aralığında ve sıfırın üzerinde olması nedeniyle, analiz sonuçları sosyal kaygının, olumsuz değerlendirilme korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide anlamlı bir dolaylı etkiye sahip olduğunu göstermektedir (B = .14, SH = .06). Tüm modele bakıldığında, bu modelin anlamlı olduğu $F(2, 322) = 32.27$, p < .001 görülmektedir ve R^2 değerine bakarak tüm model olay sonrası işlemleme varyansının %17'sini açıklamaktadır. Analiz bulguları Tablo 22'de gösterilmektedir ve

araştırmada önerilen üçüncü model için gerçekleştirilen aracılık analizinin özetini içeren bilgiler Tablo 23'de gösterilmektedir.

Tablo 22. Model IV İçin Bootstrapping Yöntemiyle Dolaylı Etki Bulguları

Dolaylı Etki	**B**	**Standart Hata (SH)**	**Alt (BCCI)**	**Üst (BCCI)**
Sosyal Kaygı	.14*	.06	.04	.25

Not 1. *$p < .05$

Not 2. BCCI, Bias Corrected Confidence Interval (Güven Aralığı)

Tablo 23. Model IV Aracılık Analizinin Özeti

Yordayıcı Değişken (X)	Aracı Değişken (M)	Yordanan Değişken (Y)	Güven Aralıkları (CIs)	Aracılık
Olumsuz Değerlendirilme Korkusu	Sosyal Kaygı	Olay Sonrası İşlemleme	Anlamlı	Var

Özet tablosunda gösterildiği üzere, olumsuz değerlendirilme korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide sosyal kaygı aracı role sahiptir.

8.5. Araştırma Değişkenleri İçin Oluşturulan Yapısal Eşitlik Modellemesi

Yapısal eşitlik modellemesi (YEM), sürekli veya süreksiz (kesikli) bir veya daha fazla bağımsız değişken ile birlikte incelenecek olan sürekli veya kesikli bir veya daha fazla bağımlı değişken arasındaki bir dizi ilişkiyi açıklayan istatistiksel tekniklerin derlemesidir. YEM aynı zamanda nedensel modelleme, nedensel analiz, eşanlı denklem modellemesi, kovaryans yapılarının analizi, yol analizi (path analysis) ya da doğrulayıcı faktör analizi olarak da adlandırılmaktadır. Bunlardan yol

analizi ve doğrulayıcı faktör analizi aslında özel YEM türleridir. (Ullman & Bentler, 2012). YEM'de *gözlenen değişkenler* ya da göstergeler olarak da bilinen ölçülen değişkenler, kareler veya dikdörtgenler ile temsil edilmektedir. İki veya daha fazla göstergeye sahip olan faktörler, aynı zamanda *gizil* (latent) *değişkenler*, yapılar veya gözlenemeyen değişkenler olarak adlandırılmaktadır. Bu faktörler, yol diyagramında daireler veya ovaller ile temsil edilmektedir. Değişkenler arasındaki ilişkiler çizgilerle gösterilmektedir; bu çizgiler bir veya iki oktan oluşmaktadır. Değişkenleri bağlayan bir çizginin olmaması, doğrudan bir ilişkinin hipotezi olmadığı anlamına gelmektedir. Bir oka sahip olan bir çizgi, iki değişken arasında varsayılan bir doğrudan ilişkiyi temsil etmektedir ve okun işaret ettiği değişken bağımlı değişkendir. İki başlı bir ok içeren çizgi, etki yönü olmayan bir kovaryansı göstermektedir. Bu bölümde yapısal eşitlik modellemesine ilişkin analiz sonuçlarına değinilmiştir.

8.5.1. Yapısal Eşitlik Modellemesine İlişkin Bulgular

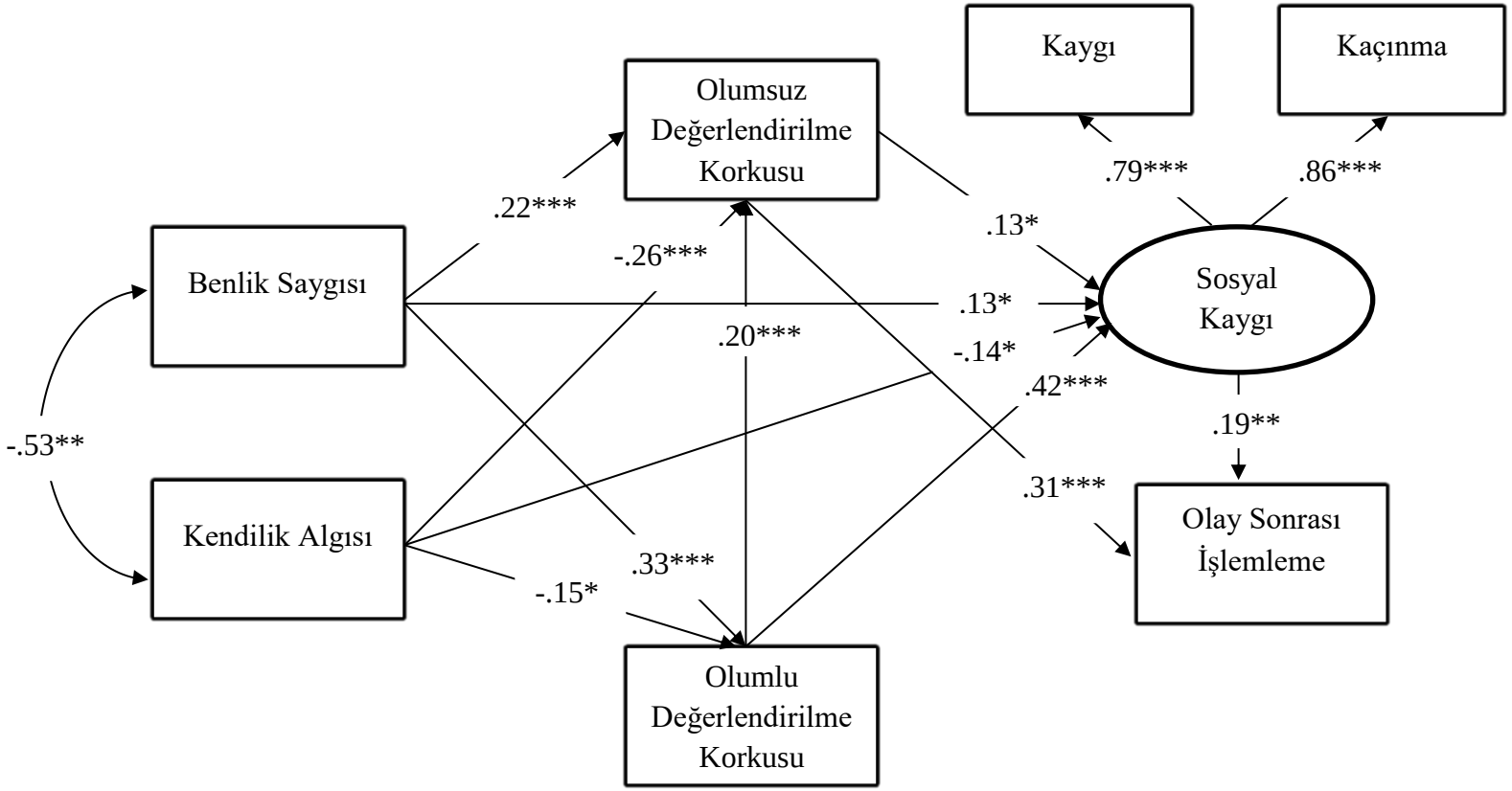
Model uyumunun değerlendirilmesi amacıyla Ki-Kare (χ^2), χ^2/df oranı, yaklaşık hataların ortalama karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), standardize edilmiş artık ortalamaların karekökü (Standardised Root Mean Square Residual, SRMR), iyilik uyum indeksi (Goodness of Fit Index, GFI), düzeltilmiş iyilik uyum indeksi (Adjusted Goodness of Fit Index, AGFI), normlaştırılmış uyum indeksi (Normed Fit Index, NFI) ve karşılaştırmalı uyum indeksi (Comparative Fit Index, CFI) değerleri hesaplanmıştır. Öncelikle χ^2 değerinin, iyi bir model uyumu için .05 eşik değerinde anlamsız olması beklenmektedir (Barrett, 2007). Ki-karenin örneklem büyüklüğü değiştikçe yanıltıcı sonuçlar verebilmesi nedeniyle araştırmacılar model uyumunu değerlendirmek için alternatif indeksler aramışlardır. Örneklem büyüklüğünün Ki-Kare üzerindeki etkisini en aza indirmek üzere, Wheaton, Muthen, Alwin ve Summers (1977) tarafından ileri sürülen bir örnek göreceli ya da normlu Ki-Karedir (χ^2/df) ve önerileri bu değerin 5'ten küçük olmasıdır. χ^2/df oranının 2'den küçük olmasının daha iyi bir uyuma işaret ettiğine dair görüşler de bulunmaktadır (Tabachnick ve Fidell, 2013). Diğer taraftan, RMSEA değerinin .05 ya da daha az olmasının iyi uyuma işaret ettiği ifade edilmekteyken

(Browne ve Cudeck, 1993), bu değerin .07 ya da daha az olması da kabul edilebilir olarak görülmektedir (Steiger, 2007). Bununla birlikte, genellikle RMSEA için üst limit .08 olarak görülürken, 0'a yakın değerlerin iyi bir uyumu gösterdiği kabul edilmektedir (Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008). SRMR değerinin ise iyi bir uyum için .05 ve daha az olması gerektiği ileri sürülürken .10 ve daha az değerler ise kabul edilebilir olarak yorumlanmaktadır (Hu ve Bentler, 1995). Kabul edilebilir bir uyum için GFI değerinin .90 ve üzeri olması beklenirken, örneklem büyüklüğüne duyarlılığı nedeniyle .95 ve üzeri daha iyi bir kesme değeri olarak karşımıza çıkmaktadır (Shevlin ve Miles, 1998). Model karmaşıklığından kaynaklanan hataları düzeltmek için değerlendirilen AGFI için .85 ve üzeri değerler kabul edilebilir olarak düşünülürken, bu değerin iyi bir uyum için .90 ve üzerinde olması beklenmektedir (Schermelleh-Engel, Moosbrugger ve Müller, 2003). Diğer bir uyum indeksi olan NFI için 0 ile 1 arasında değişen değerler arasında, kabul edilebilir uyum .90 ve üzeri olarak önerilmekteyken (Bentler ve Bonett, 1980), daha yeni öneriler NFI kesme kriterinin .95 olması gerektiğini belirtmektedir (Schermelleh-Engel vd., 2003). CFI için değerler yine 0 ile 1 arasında değişmektedir ve 1'e yakın değerler iyi uyumu göstermektedir. CFI için .90 kesme kriteri kabul edilebilir olarak ileri sürülmüştür, fakat yakın zamandaki çalışmalar bu değerin .95 gibi daha yüksek bir kesme kriteri olması gerektiğini ileri sürmektedir (Hu ve Bentler, 1999). Ölçülen modele ilişkin uyum iyiliği istatistikleri Tablo 24'de gösterilmiştir.

Tablo 24. Ölçülen Modele İlişkin Uyum İyiliği İstatistikleri

Uyum İndeksi	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
χ^2			15.37	
p değeri			.03	
χ^2/df	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 \leq \chi^2/df \leq 5$	2.20	Kabul Edilebilir
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq .05$	$.05 < RMSEA \leq .08$	.061	Kabul Edilebilir
SRMR	$0 \leq SRMR \leq .05$	$.05 < SRMR \leq .10$	.029	İyi
GFI	$.95 \leq GFI \leq 1.00$	$.90 \leq GFI < .95$	.99	İyi
AGFI	$.90 \leq AGFI \leq 1.00$	$.85 \leq AGFI <.90$	.95	İyi
NFI	$.95 \leq NFI \leq 1.00$	$.90 \leq NFI < .95$	.98	İyi
CFI	$.95 \leq CFI \leq 1.00$	$.90 \leq CFI < .95$	.99	İyi

Tablo 24'den görüleceği üzere ölçülen modele ilişkin uyum iyiliği istatistikleri oldukça iyi bir uyuma işaret etmektedir ($\chi2(7) = 15.37$, $p < .05$, $\chi2/df = 2.20$, RMSEA = .061, SRMR = .029, GFI = .99, AGFI= .95, NFI= .98, CFI = .99). Ayrıca bu bilgiler doğrultusunda ölçülen modelin, uyum iyiliği istatistiklerince yeterli bir şekilde desteklendiği görülmektedir. Test edilen modele ilişkin standardize edilmiş beta katsayıları Şekil 11'de gösterilmektedir.



Şekil 11. Araştırma değişkenleri için test edilen model

Not. *$p < .05$, **$p < .01$, ***$p < .001$

8.5.1.1. Modele İlişkin Doğrudan Etkiler

Sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemlemeden oluşan model test edilmiştir. Uyum değerleri iyi olan modelin aynı zamanda standardize edilmiş parametre değerlerinin de anlamlı olduğu belirlenmiştir. Test edilen yapısal eşitlik modellemesinde benlik saygısının (β = .13, p < .05), kendilik algısının (β = -.14, p < .05), olumsuz değerlendirilme korkusunun (β = .13, p < .05) ve olumlu değerlendirilme korkusunun (β = .42, p < .001) sosyal kaygıyı üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, olumsuz değerlendirilme korkusu (β = .31, p < .001) ve sosyal kaygının (β = .19, p < .01) olay sonrası işlemleme üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Ayrıca, benlik saygısının (β = .22, p < .001), kendilik algısının (β = -.26, p < .001) ve olumlu değerlendirilme korkusunun (β = .20, p < .001) olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Son olarak, benlik saygısının (β = .33, p < .001) ve kendilik algısının (β = -.15, p < .05) olumlu değerlendirilme korkusu üzerindeki doğrudan etkilerinin anlamlı olduğu belirlenmiştir.

8.5.1.2. Modele İlişkin Dolaylı Etkiler

Standardize edilmiş dolaylı etkilere %95 güven aralığında bakıldığında, benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden (β = .18, p < .05) sosyal kaygı üzerindeki dolaylı etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Ayrıca, kendilik algısının olumlu değerlendirilme korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden (β = -.10, p < .05) sosyal kaygı üzerindeki dolaylı etkisinin ve olumlu değerlendirilme korkusunun da olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden (β = .03, p < .05) sosyal kaygı üzerindeki dolaylı etkisinin yine istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Diğer taraftan, benlik saygısının sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı yolu üzerinden olay sonrası işlemleme üzerindeki dolaylı etkisinin (β = .15, p < .05) anlamlı olduğu

belirlenmiştir. Benzer şekilde, kendilik algısının da sırasıyla, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı yolu üzerinden olay sonrası işlemleme üzerindeki dolaylı etkisinin (β = -.13, p < .05) anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, olumlu değerlendirilme korkusunun da sırasıyla, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı üzerinden olay sonrası işlemleme üzerindeki dolaylı etkisinin (β = .15, p < .05) istatistiksek olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir. Yine, olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerinden olay sonrası işlemleme üzerindeki dolaylı etkisi (β = .02, p < .05) anlamlıdır. Buna ek olarak, benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusu üzerinden (β = .07, p < .05) olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki dolaylı etkisi ve kendilik algısının olumlu değerlendirilme korkusu üzerinden (β = -.03, p < .05) olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki dolaylı etkisi anlamlı derecede bulunmuştur.

8.5.1.3. Modele İlişkin Açıklanan Varyans Değerleri

Son olarak, modelin olumlu değerlendirilme korkusundaki varyansın %18'ini, olumsuz değerlendirilme korkusundaki varyansın %29'unu ve olay sonrası işlemlemedeki varyansın %19'unu açıkladığı belirlenmiştir. Bununla birlikte, modelde %40 ile açıklanan en fazla varyansın çalışmanın ana değişkeni sosyal kaygıda olduğu tespit edilmiştir.

BÖLÜM 9

ÇALIŞMA II: TARTIŞMA

Yirminci yüzyılın son çeyreğinden bu yana giderek artan bir şekilde araştırmacıların ilgisini çeken sosyal kaygı bozukluğu (SKB) alanyazınında, bozukluğun doğası ve tedavisi bağlamında anlayışımızı geliştirmek için bazı araştırmacılar tarafından açıklayıcı modeller önerilmiştir. Bu modeller arasında Schlenker ve Leary'nin (1982) erken dönem çalışmalarının yanı sıra Clark ve Wells (1995) ve Rapee ve Heimberg (1997) tarafından önerilen bilişsel modeller bulunmaktadır. Hofmann (2007) tarafından önerilen görece daha yeni bilişsel modellerin yanı sıra mevcut bilişsel modeller (Heimberg, Brozovich ve Rapee, 2010) güncellenmeye ve genişletilmeye devam etmektedir. Araştırmalarda genellikle olumsuz değerlendirilme korkusunun, sosyal kaygının bir özelliği olarak ele alındığı görülmektedir. Bölüm 1'de ele alınan güncel araştırma bulgularından yola çıkarak sadece olumsuz değerlendirilme korkusunun değil, olumlu değerlendirilme korkusunun da dahil olduğu genel anlamda bir değerlendirilme korkusunun (olumlu ve olumsuz) sosyal kaygının özelliği olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda mevcut modelleme çalışmasında alanyazındaki bilgiler ışığında değerlendirilme korkularının yanı sıra sosyal kaygıyla ilişkili olduğu düşünülen benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme değişkenlerinin de dahil olduğu yapısal modelin test edilmesi amaçlanmıştır. Değerlendirilme korkularının, modelleme çalışması kapsamında ele alınmasının dışında, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide aracı rolleri de incelenmiştir. Ayrıca, yine kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide değerlendirilme korkularının aracı rolleri de değerlendirilmiştir. Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın bulguları ilgili alanyazındaki bilgiler ışığında tartışılmıştır. Öncelikle, araştırma değişkenlerinin puanlarının, demografik değişkenlerin düzeylerine göre farklılaşıp farklılaşmadıklarına dair bulgular değerlendirilmiştir.

Ardından test edilen yapısal modele ilişkin bulgular değerlendirilmiştir. Buna, yapısal model öncesinde test edilen benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide değerlendirilme korkularının aracı rollerine ilişkin bulguların değerlendirilmesi ve kendilik algısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide değerlendirilme korkularının aracı rollerine ilişkin bulguların değerlendirilmesi dahildir. Yine, bu kapsamdaki değerlendirmelere, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı rolüne ilişkin bulgular ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide sosyal kaygının aracı rolüne ilişkin bulgular da dahildir. Araştırmanın hipotezlerini test etmek üzere gerçekleştirilen analizler sonucunda elde edilen bulgular alanyazındaki bilgiler ışığında tartışıldıktan sonra, çalışmanın sınırlılıkları ele alınmış, gelecek çalışmalar için öneriler sunulmuş ve çalışmanın klinik sonuçlarına yer verilmiştir.

9.1. Çalışma Değişkenleri Açısından Grup Karşılaştırmalarına İlişkin Değerlendirmeler

Demografik değişkenlerin (cinsiyet, aile tipi, travma, algılanan gelir düzeyi, kardeş sayısı ve yetişilen yer) düzeylerine göre çalışmanın ana değişkenlerinden (sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme) alınan puanlar arasında anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını görmek üzere bir takım istatistiksel analiz gerçekleştirilmiştir.

İlk olarak, aile tipine (çekirdek ve geniş) göre sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı belirlenmiştir. Analiz sonuçları, geniş ailede yaşayan bireylerin sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusu düzeylerinin, çekirdek ailede yaşayan bireylere göre daha fazla olduğunu göstermektedir. Özellikle, geniş ailede yaşayan bireylerin çekirdek ailede yaşayan bireylere göre sosyal kaygının, kaygı alt boyutunda daha fazla puan aldıkları görülmektedir. Aile tipinin sosyal kaygıyla ilişkisi konusunda alanyazında farklı

görüşler bulunmaktadır. Bazı araştırmacılara (Zimbardo vd., 1974) göre sosyal kaygı kişisel, özel ve genellikle acı verici bir deneyimdir, ancak bu bir bireysel yetersizlikten ziyade sosyal etkinin ve kültürel programlamanın (aile gibi) bir yansımasıdır. Buna karşılık, sosyal kaygı ile aile tipinin ya da büyüklüğünün ilişkili olmadığını bildiren çalışmalar da bulunmaktadır (Abdel-Khalek, 2002; Rapee ve Melville, 1997). Geniş ailelerde, olumsuz kardeş egemenliği (küçük kardeş/kardeşlerin, büyük kardeş/kardeşlerin baskısı altına girmeleri) ebeveynler tarafından düzeltilemeyecek kaotik ve çatışmalı bir aile yaşantısı riski oluşturabilmektedir, bu durumun da çocuklardaki kaygıyı tetikleyebileceği düşünülmektedir (Bögels ve Brechman-Toussaint, 2006). Büyük kardeşin, küçük kardeşlerle olan ilişkisinde daha az samimiyet ya da yakınlık kurmasının ve daha fazla çatışmada ya da olumsuz yorumlarda bulunmasının, küçük kardeşlerdeki daha yüksek kaygı düzeyini yordadığına yönelik bulgular bulunmaktadır (Dunn, Slomkowski, Beardsall ve Rende, 1994). Diğer taraftan, olumlu kardeş ilişkilerinin, çocuğu, evlilik çatışmalarının olumsuz etkilerine ve dolayısıyla bu olumsuz etkilerin oluşturabileceği kaygıya karşı koruyabileceğine yönelik görüşler de bulunmaktadır (Bögels ve Brechman-Toussaint, 2006). Bu bilgiler ve bu çalışmadaki geniş ailede yaşayan bireylerde sosyal kaygı ve değerlendirilme korkularının düzeyinin daha yüksek olduğu bulgusu, geniş ailelerde olumsuz kardeş egemenliğinin çekirdek ailelerdekine göre daha fazla yaşanıyor olabileceğini düşündürmektedir. Alanyazına bakıldığında, geleneksel Türk ailesi duygusal ilişkiler açısından birbirine oldukça yakın, rol beklentileri ile ilgili normatif olarak belirlenmiş işlemler bakımından güçlü hiyerarşinin hakim olduğu bir yapıyla tanımlanmaktadır (Fişek, 1991). Geleneksel Türk toplumunda aile içindeki kişiler arası ilişkilere önem atfedilmektedir. Aile üyelerinin aileye uyum sağlaması beklenmekte ve aile karşılıklı bağımlılık (maddi ve duygusal) göstermektedir (Kağıtçıbaşı, 1996). Ayrıca, çekirdek aileler de dahil olmak üzere bireyin aile, akrabalar ve komşulardan oluşan yakın ilişkiler ağına sahip olduğu görülmektedir (İmamoğlu, Küller, İmamoğlu ve Küller, 1993). Bununla birlikte, geçmişte daha çok kırsal alanlarda geniş ailelerle yaşayan Türk toplumu, geleneksel, tarımsal ve ataerkil bir toplumdan giderek daha modern, kentsel ve endüstriyel bir topluma dönüşmektedir (Sunar ve Fişek, 2005). Aynı doğrultuda, son zamanlarda yapılan çalışmalar toplumun eğitimli kesimleri arasında, liberalleşmeye

yönelik dünya çapındaki eğilimler sonucunda hızlı ekonomik ve sosyal değişimler yaşandığına, kolektif bir yönelimden daha bireysel yönelime geçiş olduğuna, bununla birlikte insanların ilişkisel değerlerini koruduğuna işaret etmektedir (Karakitapoğlu-Aygün ve İmamoğlu, 2002). Aile tiplerine bakıldığında ataerkil geniş ailelerin, çekirdek ailelere kıyasla daha geleneksel olduğu, bununla birlikte çekirdek ailelerin de geleneksel ve kolektivist değerler taşıdığı bilinmektedir (Mocan-Aydın, 2000). Türk kültürünün büyük oranda kolektivist örüntü gösterdiğini söylemek yanlış görünmese de, Türk toplumunun kolektif yönelimin bütün özelliklerinden ziyade bazılarını gösterdiğini (Göregenli, 1997) unutmamanın faydalı olacağı düşünülmektedir. Kolektivizmden bireyciliğe doğru artan yönelimle birlikte, çocukların hala ebeveynlere bağımlı olması beklenmektedir ve bu nedenle aile değerlerine ve kurallarına itaat edilmesi son derece değerli görülmektedir (Mocan-Aydın, 2000). Burada çalışma bulgularını değerlendirmeden önce Türk toplumu ve aile yapısıyla ilgili bazı bilgiler verilmeye çalışılmıştır. Verilen bilgilerden görüleceği üzere, Türk toplumunun genel anlamda kolektif değerler taşıdığı görülmektedir. Lucas, Diener, Grob, Suh ve Shao (2000), sosyal temasların bireyci ve kolektivist kültürlerde farklı amaçlara hizmet ettiğini öne sürmektedir. Bireyci kültürlerde, insanlar genellikle kendilerini diğerlerinden ayırmaya çalışırlar ve aynı zamanda duygular ve düşünceler davranışı doğrudan etkilemektedir. Kolektivist kültürlerde grup içi üyelerle uyum esas amaçtır, normlar ve rol beklentileri davranış üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu nedenle, kolektivist kültürlerde sosyal hataları (aksilikleri) bireyci kültürlerden daha belirgin kılan sosyal davranış kuralları ve ilkeleri mevcuttur. Genel anlamda kolektif değerler taşıdığı bilinen Türk toplumunda, çekirdek ailelere göre daha fazla kolektif özellikler taşıdığı düşünülen geniş ailelerde sosyal hataları belirgin kılan soyal davranış kurallarının ve ilkelerinin bu gruba üye olan bireylerdeki olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve dolayısıyla sosyal kaygı düzeyini artırıyor olabileceği düşünülmektedir. Kolektivist kültürlerde belirli durumlarda hangi davranışın uygun olduğu konusunda katı sosyal kurallar mevcuttur ve bireyin paylaşılan (ortak) normlardan sapmak için ödediği bedel bireyci kültürlerden daha yüksektir (Suh, Diener, Oishi ve Triandis, 1998). Birey, bu sosyal kurallardan saparsa, gruptan dışlanma gibi yaptırımlarla karşılaşmaktadır. Bu nedenle, bu tür toplumlarda bireyin sosyal davranışlarının

uygun ve olumlu olarak değerlendirilmesi önemlidir. Bu açıdan bakıldığında, çalışmadaki daha fazla kolektif özellikler gösteren geniş aileye mensup bireylerde olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı düzeylerinin neden daha yüksek olduğu bulgusu daha iyi anlaşılmaktadır. Yine de, ilgili alanyazın incelendiğinde, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı düzeylerinin aile tipine ya da büyüklüğüne göre farklılaşıp farklılaşmadığı konusunun tartışmalı olduğu ve sorunun kesin bir cevabının olmadığı görülmektedir.

Sosyal kaygı düzeyinin, kardeş sayısına göre farklılaşıp farklılaşmadığı konusunda alanyazına bakıldığında, çocuklar üzerinde yürüttükleri çalışmalarında Alisinanoğlu ve Ulutaş (2003), dört ve daha fazla kardeşi olan katılımcıların kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bununla birlikte, kardeş sayısının kaygı düzeyi üzerinde önemli bir farklılığa neden olmadığını tespit etmişlerdir. Diğer taraftan, bazı çalışmalarda sosyal kaygı ile kardeş sayısı ve aile tipi gibi sosyo-demografik değişkenler arasında anlamlı bir ilişki olmadığı rapor edilmiştir (Demir, Karaçetin, Demir ve Uysal, 2013; Soohinda ve Sampath, 2016). Çalışmamızda sosyal kaygının ve olumlu değerlendirilme korkusunun kardeş sayısı demografik değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Özellikle sosyal kaygı düzeyinin kardeş sayısı arttıkça kademeli olarak yükseldiği belirlenmiştir. En yüksek kaygı düzeyi dört ve daha fazla sayıda kardeşi olanlarda görülürken, en az kaygı düzeyi kardeşi olmayan katılımcılarda gözlenmiştir. Dört ve daha fazla sayıda kardeşi olan katılımcıların sosyal kaygı düzeylerinin, bir ve iki kardeşi olan katılımcılara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte dört ve daha fazla kardeşi olanlar ile kardeşi olmayanlar arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken, belirlenen *p* kesme değerinin görece az bir farkla büyük olduğuna dikkat edilmelidir.

Farklı kültürlerde gerçekleştirilen çalışmalarda sosyal kaygının kırsal ve kentsel yaşam alanlarında görülme oranında farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Furmark vd., 1999; Romans, Cohen ve Forte, 2011). Aynı doğrultuda, çalışmamızda katılımcıların yetiştikleri yere (köy, ilçe ve il) göre sosyal kaygı puanlarında anlamlı bir farklılık

saptanmamıştır. Diğer taraftan, katılımcıların olumlu değerlendirilme korkusu puanlarının yetiştikleri yere göre anlamlı olarak farklılaştığı saptanmıştır. Alanyazına bakıldığında, olumlu değerlendirilme korkusu düzeyinin yetişilen yere göre farklılaşıp farklılaşmadığını ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Dolayısıyla, çalışmamızın bu bulgusunu doğrudan değerlendirebileceğimiz bir çalışma bulunmamaktadır. Daha önceki bölümlerde bahsedildiği üzere, evrimsel açıdan bakıldığında olumlu değerlendirilme korkusu olan birey kendisini diğer insanlardan daha aşağı hissetmektedir ve statülerindeki olası bir artış nedeniyle başkalarıyla çatışma içine girme ihtimalinden korkmaktadır (Gilbert, 2001). Yine, önceki bilgilerden yola çıkarak, kırsal yaşam alanlarında kentsel yaşam alanlarına göre kolektivizmin daha baskın olduğu ve tersine kentsel yaşam alanlarında da kırsal yaşam alanlarına göre bireyciliğin daha hakim olduğu bilinmektedir. Dolayısıyla, kırsal yaşam alanlarında gruptaki üyelerle uyum, normlar ve rol beklentilerinin davranış üzerindeki etkisi kentsel yaşam alanlarına oranla daha fazladır. Bu nedenle, kırsal alanlarda yaşayan bireyler için sosyal hataları daha belirgin kılan sosyal davranış kuralları ve ilkeleri mevcuttur. Çalışmamızın verilerine baktığımızda, köyde yetişen katılımcıların olumlu değerlendirilme korkusu düzeylerinin ilçe ve illerde yetişen katılımcılardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu verilerden yola çıkarak, kolektif kültürün daha fazla hakim olduğu köylerde yetişen bireylerin, üzerlerine dikkat çekmekten ve sosyal çatışmanın içine doğrudan girme ihtimalinden kentsel yaşam alanlarında yaşayan bireylere göre daha fazla korktukları görülmektedir. Normlara ve grup içi uyuma önem verilen kolektif toplumda yaşayan bireylerin, yeni statünün getirdiği koşullar nedeniyle kendilerine yönelik beklentileri karşılayamamaktan, yeni edinilen statüyü koruyamamaktan ve gruptan dışlanma ihtimalinden, bireyciliğin baskın olduğu şehirlerde kendisini diğer insanlardan ayırmaya çalışan bireylere göre daha fazla korku duydukları düşünülmektedir.

Çalışmamızda son altı ay içinde travmatik bir olay yaşadığını bildiren katılımcıların, aynı zaman diliminde travmatik deneyim yaşamadığını bildiren katılımcılara göre sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmemiştir. SKB'nin etiyolojik modelleri erken çocukluk çağı travmasının bu bozukluğun gelişimine katkıda bulunduğunu göstermektedir

(Kuo, Goldin, Werner, Heimberg ve Gross, 2011). Sağlıklı kontrol grubuyla karşılaştırıldığında travmanın SKB olan bireylerde anlamlı olarak daha fazla görüldüğü bildirilmektedir (Michail ve Birchwood, 2014). Mevcut kanıtlar, travma ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin, genetik, çevresel ve psikolojik kırılganlık (vulnerability) faktörleri arasındaki etkileşime bağlı olabileceğini göstermektedir; ancak, bu ilişkiyi tanımlamak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır (Collimore, Carleton, Hofmann ve Asmundson, 2010). Diğer taraftan, alanyazındaki bulgular ruminasyonun travma deneyimi yaşamış kişiler tarafından işlevsel olmayan bir duygu düzenleme stratejisi olarak kullanıldığını göstermektedir (Ehring ve Ehlers, 2014). Bunun dışında, bir çok çalışma travma ve sonuçları hakkında tekrarlayıcı düşünme olarak tanımlanan travmaya bağlı ruminasyona işaret etmektedir (Ehring, Szeimies ve Schaffrick, 2009; Michael, Halligan, Clark ve Ehlers, 2007; Wells ve Sembi, 2004). Ehlers ve Clark (2000), travma ve sonuçları hakkındaki ruminasyonu uyumusuz bir bilişsel işlemleme olarak ele almıştır. Ruminasyon muhtemelen travma hakkındaki olumsuz değerlendirmeleri (örneğin, "Travma hayatımı mahvetti") artırmaktadır ve muhtemelen bilişsel kaçınmadakine benzer bir şekilde eksiksiz bir travma belleğinin oluşumuna engel olmaktadır; ruminasyon travma deneyiminin gerçekte yaşanılan haline değil, "eğer" sorusuna odaklanmaktadır. Ruminasyon çalışmaları, depresyonun nedenleri ve semptomları hakkında tekrarlayıcı olumsuz düşünme olarak tanımlanan ruminasyon eğiliminin (Nolen-Hoeksema, 1991), psikolojik travma gibi stresli yaşam olaylarını takiben olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu göstermektedir. Çalışmamızda, son altı ay içinde travmatik bir olay yaşadığını bildiren katılımcılarda olay sonrası işlemlemenin, aynı zaman diliminde travmatik deneyim yaşamadığını bildiren katılımcılara göre anlamlı olarak daha fazla olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla, çalışmamızdaki son altı ay içinde travmatik bir deneyim yaşamış bireylerin olay sonrası işlemleme eğilimlerinin daha fazla olduğu bulgusu alanyazındaki bilgilerle tutarlı görünmektedir.

Çalışmanın ana değişkenleri bağlamında incelediğimiz bir diğer demografik değişken algılanan gelir düzeyidir. Araştırmalar düşük gelir düzeyine sahip olmanın SKB için riski artırdığını göstermektedir (Cheng, Zhang ve Ding, 2015; Gillis, 1995;

Grant vd., 2005). Alanyazındaki bulgularla tutarlı şekilde, çalışmamızdaki katılımcılarda da gelir düzeyi azaldıkça sosyal kaygı düzeyinin arttığı gözlenmiştir. Bununla birlikte, çalışmamızda gelir düzeyine göre sosyal kaygı puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Diğer taraftan, katılımcıların olay sonrası işlemleme düzeylerinin, algılanan gelir düzeyine göre anlamlı olarak farklılaştığı belirlenmiştir. Gelir düzeyini düşük olarak bildiren katılımcıların olay sonrası işlemleme skorları, gelir düzeyini orta ve yüksek olarak bildiren katılımcıların olay sonrası işlemleme skorlarından yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte, anlamlı farklılaşma sadece gelir düzeyini düşük ve gelir düzeyi orta olarak bildiren katılımcılar arasında tespit edilmiştir. Benzer şekilde, alanyazında düşük gelir düzeyi ve yüksek düzeyde ruminasyona işaret eden bazı çalışmalar bulunmaktadır. Talavera vd. (2018), çalışmalarında birlikte ortaya çıkan yüksek düzeyde ruminasyon ve düşük düzeyde sosyal statünün, artan sosyal kaygı düzeyine işaret ettiğini bildirmektedirler. Buna ek olarak, ruminasyon ve depresyonun ilişkili kavramlar olduğu bilinmektedir (Nolen-Hoeksema, 2000; Treynor, Gonzalez ve Nolen-Hoeksema, 2003) ve sosyo-ekonomik durum depresyonla yakından ilişkili bir alan olarak öne çıkmaktadır. Birçok çalışma (Akhtar-Danesh ve Landeen, 2007; Belle ve Doucet, 2003; Burvill, 1995; Patel vd., 2010) sosyo-ekonomik açıdan daha dezavantajlı bireylerin, depresyondan ve sonuçlarından daha olumsuz bir şekilde etkilendiklerini ve gelir düzeyi azaldıkça depresyonun görülme sıklığının arttığını göstermektedir. Rapee ve Heimberg'in (1997) sosyal fobi modelinden yola çıkarak, olay sonrası işlemlemeye eğilimli kişilerin performanslarını hafife almaya ve bu performansın olumsuz zihinsel temsillerini işlemeye eğilimli olduklarını söylemek mümkün görünmektedir. Aynı doğrultuda, çalışmamızın bulguları sosyo-ekonomik durum açısından daha dezavantajlı olmanın (gelir düzeyinin düşük olması gibi), bireyi benliğin olumsuz temsilini işlemeye ve dolayısıyla olay sonrası işlemlemeye daha eğilimli hale getiriyor olabileceğini düşündürmektedir.

Son olarak, çocuklar ve ergenlerden oluşan örneklemler üzerinde yürütülen araştırmalarda (Crick ve Ladd, 1993; La Greca ve Lopez, 1998; Ranta vd., 2007; Wittchen vd., 1999) sosyal kaygının kadınlarda erkeklere göre anlamlı olarak daha fazla görüldüğü bildirilmektedir. Buna karşılık, yine ergen örneklem üzerinde

araştırmalarını yürüten Essau, Conradt ve Peteremann (1999), sosyal kaygının kadınlarda erkeklere göre daha fazla görüldüğünü bildirmekle birlikte, sosyal kaygının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığını bulmuşlardır. Daha güncel bir çalışmada McLean, Asnaani, Litz ve Hofmann (2011), sosyal kaygının görülme sıklığının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığını tespit etmişlerdir. Benzer şekilde, çalışmamızda yapılan analizlere göre sosyal kaygı düzeyini belirlemek üzere kullandığımız ölçeğin toplam ve alt boyutlarından alınan puanlarda cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Olivares vd. (1999) sosyal kaygı belirtilerinin belirli yaş aralıklarında farklı bir örüntü izlediğini önermişlerdir. Sosyal kaygının çocuklardan ve ergenlerden oluşan örneklemlerde cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaştığını ve çalışmamızda dahil olmak üzere yetişkin örneklemde ise cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığını gösteren çalışmalar, sosyal kaygının cinsiyete göre farklı gelişim evrelerinde farklı bir örüntü gösteriyor olabileceğini düşündürmektedir. Bununla birlikte, gelecekteki çalışmaların tartışmalı görünen bu konuyu aydınlatması gerekli görülmektedir.

Şu ana kadar çalışmanın ön analiz bulguları tartışılmıştır. Sonraki bölümlerde, çalışmanın ana bulguları değerlendirilecektir.

9.2. Yapısal Modele İlişkin Değerlendirmeler

Bu çalışmanın ana amacı, mevcut teoriye dayanarak oluşturulan bir yapısal modeli test ederek sosyal kaygının doğasını araştırmaktır. Modelle ilgili genel bulgulara bakıldığında toplamda 11 doğrudan ve 9 dolaylı etkinin olduğu belirlenmiştir. Spesifik olarak, modelde kendilik algısının, benlik saygısının, olumsuz değerlendirilme korkusunun ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerindeki yordayıcı etkilerini ve sonucunda sosyal kaygının olay sonrası işlemleme üzerindeki yordayıcı etkisini gösteren iki sıralı aracılık modeli (serial/sequential mediation model) göze çarpmaktadır.

İlk olarak modele ilişkin analiz sonuçlarına bakıldığında, modelin verilere mükemmel uyum göstermesinin yanında, bulgular araştırmanın hipotezlerine yönelik

doğrudan ve dolaylı yolları da anlamlı bir şekilde desteklemektedir. Sosyal kaygının bilişsel modellerinin (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) olumsuz kendilik algısı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olay sonrası işlemlemeyi sosyal kaygının bileşenleri olarak ele aldıkları temel önermeleri ve daha fazlası bu çalışmada doğrulanmıştır. Bu modelde yeni olan durum ise sosyal kaygı için sistematik bir model oluşturmaya çalışmaktır. Özellikle, kendilik algısının yanı sıra benlik saygısının ve olumsuz değerlendirilme korkusunun yanında da olumlu değerlendirilme korkusunun çalışmaya dahil edilmesi ve son olarak olay sonrası işlemlemenin de dahil edilmesiyle, sosyal kaygıyla bağlantılı olduğu düşünülen tüm bu değişkenlerin aynı anda yapısal model içinde test edilmesi alanyazında bir ilki oluşturmaktadır. Çalışmanın başında oluşturulan spesifik hipotezler ise aşağıda tartışılmıştır. Doğrudan etkiler, dolaylı etkilerin içinde yer aldığı için ayrıca başka bir başlık altında tartışılmayacaktır. Modeldeki tüm yollar (11 doğrudan, 9 dolayı etki) desteklenmiştir.

9.2.1. Kendilik Algısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Sıralı Aracılık Rollerine İlişkin Değerlendirmeler

Sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu, benlik saygısı, kendilik algısı ve olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkiler, sosyal kaygının bilişsel kuramları açısından ele alındığında şaşırtıcı değildir (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997; Hofmann, 2007). Sosyal kaygısı olan bireyler, başkalarının onları olumsuz olarak değerlendirme ihtimalini büyük bir tehdit olarak algılamaktadırlar ve bu tehdit, başkalarının onları nasıl gördükleri hakkında ipucu veren bilgileri araştırmaya güçlü bir şekilde itmektedir (Clark ve Wells, 1995). Daha önce de ifade edildiği üzere Kenny ve DePaulo (1993), insanların, başkalarının kendilerini nasıl gördüklerini onlardan aldıkları geribildirime göre değil, kendilik algılarına göre belirlediklerini savunmaktadırlar. Başka bir deyişle, insanlar doğrudan kendi davranışlarını gözlemlerler ve buradan başkalarının kendileri hakkında ne düşündüğünü çıkarırlar. Dolayısıyla, Clark ve Wells (1995) SKB olan bireylerde başkalarının kendileri hakkında ne düşündüklerini bilme ihtiyacının daha fazla olmasının bu tür bir işlemleme ihtiyacını artıracağını öne

sürmektedirler. Ayrıca, Rapee ve Heimberg'in (1997) modellerinde ele aldıkları zihinsel temsil (mental representation) kavramında da kendilik algısına benzer bir süreç mevcuttur. Buna göre kişi, sosyal bir ortamın içine girdiğinde kitlenin gördüğünü tahmin ettiği haliyle kendisinin dış görünüşünü ve davranışlarını içeren zihinsel bir temsil oluşturmaktadır ve bu zihinsel temsili yine kitlenin kendisinden beklediğini tahmin ettiği performans standardıyla karşılaştırmaktadır. Buradan yola çıkarak sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bireyin kendilik algısı veya oluşturduğu zihinsel temsil daha olumsuz olma eğilimindedir ve kendini olumsuz olarak gören birey kitlenin beklediği performansı karşılayamadığını düşünmesiyle birlikte daha yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip olması muhtemeldir. Bunun dışında, Clark ve Wells'in (1995) bilişsel modelinde SKB'de işlevsiz inançlar (varsayımlar) ve benlik şemalarına bakıldığında işlevsiz inançları üç kategoriye ayırmışlardır: sosyal performans için oldukça yüksek standartlar, sosyal değerlendirilmeye ilişkin koşullu inançlar ve benlik ile ilgili koşulsuz inançlar. Bu işlevsiz inançlardan sosyal değerlendirilmeye ilişkin koşullu inançlar ele alındığında kişinin "Başkaları eğer gerçekten beni tanırsa, benden hoşlanmayacaklardır" ve "Birisi benden hoşlanmıyor/onaylamıyorsa, bu benim hatam olmalı (çünkü değersizim, aptalım ve çekici değilim)" varsayımları argümanlarımızla tutarlı görünmektedir. Yani, burada gösterildiği üzere olumsuz benlik şemasına sahip birey, başkalarının da kendisini olumsuz göreceğine veya değerlendireceğine yönelik koşullu bir inanca sahiptir. Benlik ile ilgili koşulsuz inançlara bakıldığında, depresif hastalar gibi, birçok SKB olan bireyin de kendi değerleri hakkında olumsuz inançlara sahip oldukları görülmektedir (Clark ve Wells, 1995). Bu inançlara örnek olarak, "Ben garibim/tuhafım" ya da "Ben farklıyım" ya da "Ben yetersizim" verilebilir. Bu kuramsal bilgiler ışığında, eğer kişi kendi davranışlarını gözlemlemesi sonucunda olumsuz bir kendilik algısına sahipse, başkaları da kendisi hakkında olumsuz düşünecektir. Bunun sonucunda da, başkalarının kendisi hakkında olumsuz düşüneceği çıkarımını yapan birey daha yüksek düzeyde olumsuz değerlendirilme korkusuna ve dolayısıyla daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya sahip olacaktır. Gerçekten de yaptığımız analizler sonucunda olumsuz kendilik algısına sahip bireylerin daha fazla olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusuna ve bunun sonucunda da daha yüksek düzeyde sosyal kaygıya sahip oldukları belirlenmiştir.

Bunun olası nedenlerinden biri, kişinin geçmişte benzer sosyal ortamlarda yaşadığı olumsuz deneyimler olabilir. Yani, geçmişteki olumsuz deneyimler sonrasında oluşan olumsuz kendilik algısının, kişinin benzer sosyal ortamlara girdiği durumlarda daha yüksek düzeyde değerlendirilme korkusu ve daha fazla sosyal kaygı deneyimlemesine neden olabileceği düşünülmektedir. Alternatif bir açıklama ise evrimsel ve benlik sunumu (self-presentation) teorileri (Leary ve Jongman-Sereno, 2014; Schlenker ve Leary, 1982; Trower ve Gilbert, 1989) açısından mümkün görünmektedir. Buna göre, bir sosyal grubun değerli bir üyesi olarak görülme motivasyonu, en temel evrimsel insan motivasyonlarından biri olarak görülmektedir (Gilbert, 2001). Bu teoriler açısından bulgularımız değerlendirildiğinde, grubun değerli bir üyesi olarak görülmek isteyen bireyin, diğerleri üzerinde istediği izlenimi bırakmak istediğinde ancak bunu yapabilme konusundaki yeteneğinden şüphe duyduğu durumlarda (olumsuz kendilik algısı) değerlendirilme korkularının ve sosyal kaygının ortaya çıktığı düşünülmektedir.

9.2.2. Benlik Saygısı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Değerlendirilme Korkularının Sıralı Aracılık Rollerine İlişkin Değerlendirmeler

Analizler sonucunda, benlik saygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişki olduğu belirlenmiştir. Bootstrapping metoduyla gerçekleştirilen sıralı aracılık analizinde, belirlenen güven aralığında tespit edilen anlamlı dolaylı etki, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının sıralı aracılık etkilerinin anlamlı olduğuna işaret etmektedir. Aracılık analizi sonuçlarına göre, benlik saygısı düzeyi azaldıkça, katılımcılardaki olumlu değerlendirilme korkusu ve olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi artmaktadır, bunun sonucunda da sosyal kaygı düzeyinin yükseldiği görülmektedir. Bu bulgular alanyazın ile uyumlu görünmektedir. Önceki birçok araştırma, sosyal kaygı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve benlik saygısı arasındaki ilişkiye ışık tutmaktadır.

Öncelikle, Kocovski ve Endler (2000), benlik saygısı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu, yani, benlik saygısı azaldıkça olumsuz

değerlendirilme korkusunun arttığını ve yapılan regresyon analizinde benlik saygısının, olumsuz değerlendirilme korkusunun anlamlı bir yordayıcısı olduğunu belirlemişlerdir. Benzer şekilde, Koydemir-Özden ve Demir'in (2009) çalışmalarındaki yol analizine göre benlik saygısının, olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki etkisi anlamlı görünmektedir. Yani, bu bulguya göre benlik saygısı azaldıkça, olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi artmaktadır. Yine, Cheng vd. (2015) çalışmalarında benlik saygısının olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki etkisinin anlamlı olduğunu tespit etmişlerdir. Buna göre, benlik saygısı düşük olan bireyler, sosyal değerlendirilme durumlarında kendilerini daha olumsuz olarak değerlendirmektedirler ve başkalarının kendilerini olumsuz olarak değerlendirmelerinden daha fazla korkmaktadırlar.

Daha önceki bölümlerde ele alındığı üzere olumsuz değerlendirilme korkusunun, sosyal kaygının temel bir özelliği olduğu bilinmektedir (APA, 2013; Beck, 1985; Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997). Winton vd. (1995) yaptıkları analizler doğrultusunda, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan katılımcıların, duygusal yüz ifadelerini olumsuz olarak belirleme konusunda bir yanlılığa sahip olduklarını belirlemişlerdir. Aynı zamanda, olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi yüksek olan katılımcıların sosyal kaygı ölçeğinden olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyi düşük olan katılımcılara göre daha yüksek skorlar aldıklarını tespit etmişlerdir.

Yine araştırmalar, düşük benlik saygısına sahip bireylerin, sosyal durumlarda kaygıyı yüksek benlik saygısına sahip bireylere göre daha fazla deneyimlediklerini göstermektedir. Dolayısıyla, azalan benlik saygısının sosyal kaygıyı ortaya çıkardığı düşünülmektedir. Buna göre, İzgiç vd. (2004) sosyal kaygının görülme sıklığının düşük, ortalama ve yüksek benlik saygısına göre anlamlı olarak farklılaştığını, sosyal kaygının en fazla düşük benlik saygısı grubunda görüldüğünü belirlemişlerdir. Acarturk vd. (2009), düşük benlik saygısının, SKB gelişimiyle anlamlı olarak ilişkili olduğunu tespit etmişlerdir. Rasmussen ve Pidgeon (2011), çalışmalarında yüksek düzeydeki benlik saygısının, düşük düzeydeki sosyal kaygıyı yordadığını bulmuşlardır. Kocovski ve Endler (2000), benlik saygısı ile sosyal kaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve regresyon analizinde benlik saygısının, sosyal kaygı

düzeyini anlamlı bir şekilde yordadığını belirlemişlerdir. Daha önceki yıllarda yapılan bir çalışmada, Clark ve Arkowitz (1975), yüksek sosyal kaygı düzeyine sahip olan katılımcıların, düşük sosyal kaygı düzeyine sahip olan katılımcılara göre olumsuz değerlendirilme korkusunda anlamlı olarak daha yüksek skorlar aldıklarını ve benlik saygısında anlamlı olarak daha düşük skorlar aldıklarını tespit etmişlerdir. Güncel bir çalışmada, SKB olan bireylerin benlik saygısı puanlarının düşük olduğu bulunmuştur (Iancu, Bodner ve Ben-Zion, 2015). Yine, güncel yıllarda yapılan çeşitli çalışmalarda da düşük benlik saygısının, yüksek sosyal kaygı düzeyini yordadığı saptanmıştır (Van Tuijl, de jong, Sportel, de Hullu ve Nauta, 2014).

Kocovski ve Endler (2000), regresyon ve bootstrapping analizleri sonucunda, benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracı etkisinin anlamlı olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmamızdaki gibi beliren yetişkinlik dönemindeki katılımcılardan oluşan bir örneklem üzerinde analizlerini gerçekleştiren Cheng vd. (2015), önceki çalışmalarla tutarlı bir şekilde olumsuz değerlendirilme korkusunun, benlik saygısı ve sosyal kaygı arasında aracı role sahip olduğunu tespit etmişlerdir. Benlik saygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler bazı çalışmalarda araştırmış olsa da benlik saygısı, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler ya da benlik saygısı ile sosyal kaygı arasındaki ilişkide olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun çoklu aracılık rolü henüz herhangi bir çalışmada araştırılmamıştır. Bu açıdan, mevcut çalışmanın alanyazındaki önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

Bireyin kendisini olumsuz ya da yetersiz olarak değerlendirmesi, başkalarının da kendisini olumsuz olarak değerlendireceği beklentisine yol açabilmektedir (Kocovski ve Endler, 2000). Diğer taraftan, bireyin kendisini yetersiz olarak değerlendirmesinin, başkaları tarafından olumlu olarak değerlendirildiğinde elde ettiği konumu koruyamayacağı veya kaynaklar için rekabet etmesi gerektiği (Gilbert, 2001) algısına yol açabileceği düşünülmektedir. Dolayısıyla, düşük benlik saygısının artan olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusuna ve bunun da artan sosyal kaygıya yol açacağı tahmin edilmiştir. Bu bilgiler ışığında, düşük benlik saygısının, sosyal kaygı için yüksek risk altındaki bireylerin belirlenmesinde etkili olabileceği

düşünülmektedir. Diğer taraftan, düşük benlik saygısının, SKB'nin sürdürülmesinde rol oynuyor gibi görünmektedir.

9.2.3. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler

Psikoevrimsel modele göre, sosyal kaygı, sosyal grubun içindeki agonistik tehditle ilişkilidir (Gilbert, 2001; Trower ve Gilbert, 1989). Buna göre, sosyal kaygı, grubun ast üyesinin sosyal grubun baskın üyesine gereksiz yere meydan okumaktan kaçınmasını sağlarken, aynı zamanda grubun güvenli sınırları içerisinde kalmasını sağlamaktadır. Ayrıca, daha önce bahsedildiği üzere Gilbert (2001), kendini diğerlerinden aşağı konumda hisseden sosyal kaygılı bireylerin, statülerindeki olası bir artış nedeniyle başkalarıyla çatışma içine girme ihtimalinden korktuklarını ve kazanılan bu statünün gelecekte korunamayacağını düşünmeleri nedeniyle iyi edimde bulunmaktan korktuklarını (fear of doing well) ileri sürmüştür. Diğer taraftan, Wallace ve Alden'nin (1995, 1997) hipotezlerine göre SKB olan bireyler, olumlu/başarılı bir sosyal etkileşimin ardından başkalarının onlardan daha fazlasını bekleyeceğine ve dolayısıyla gelecekteki etkileşimlerde performanslarının diğerlerinin beklentilerinin daha da altına düşeceklerine inanmaktadırlar. İlerleyen yıllarda Weeks vd. (2008) gerçekleştirdikleri çalışmalarında, olumlu değerlendirilme korkusunun, olumsuz değerlendirilme korkusu tarafından açıklanan varyansın ötesinde sosyal kaygının yordanmasına anlamlı bir katkı sağladığını tespit etmişlerdir. Böylece, Wallace ve Alden'in (1995, 1997) hipotezlerini destekleyerek ve genişleterek katkı sunan Weeks vd. (2008), olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkilerinin olabileceğini, gelecekteki araştırmacıların bu soruyu daha ayrıntılı bir şekilde araştırmalarının önemli olacağına işaret etmişlerdir. Teoriye dayanarak yaptığımız model öncesi aracılık analizinde ve yapısal model analizinde önceki araştırmacıların ortaya attıkları bu sorunsalı araştırdık. Analiz sonuçları, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygıyı hem doğrudan hem de olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden dolaylı şekilde yordadığını göstermektedir. Başka bir deyişle, olumlu

değerlendirilme korkusu düzeyi arttıkça, olumsuz değerlendirilme korkusu ve dolayısıyla sosyal kaygı düzeyi de artmaktadır. Daha önceki yıllarda Fergus vd. (2009) yaptıkları çalışmalarında, Weeks vd. (2008) tarafından ortaya atılan olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı belirtilerinin ciddiyeti ile spesifik olarak ilişkili olduğu hipotezini genişleterek, SKB grubundaki katılımcıların SKB grubunda olmayan katılımcılardan anlamlı derecede daha yüksek olumlu değerlendirilme korkusu puanlarına sahip olduklarını tespit etmişlerdir. Buna ek olarak, birçok çalışma olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı arasındaki ilişkilere ışık tutmaktadır (Lipton vd., 2014; Reichenberger vd., 2019; Rodebaugh vd., 2012; Weeks vd., 2012). Tüm bu sonuçlar birlikte düşünüldüğünde, olumlu değerlendirilme korkusunun ve olumsuz değerlendirilme korkusunun pozitif yönde ilişkili fakat farklı yapılar olduğu ve sosyal kaygı düzeyi yüksek bireylerin hem olumlu değerlendirilme hem de olumsuz değerlendirilme beklentilerinden ötürü rahatsızlık duyduklarına işaret ettiği şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca, yapılan çalışmalar olumlu değerlendirilme korkusunun yalnızca dolaylı olarak olumsuz değerlendirilme korkusu yoluyla sosyal kaygıyla ilişkili olabileceğini düşündürmektedir (Wallace ve Alden 1995, 1997). Diğer bir ifadeyle, SKB olan bireylerin olumlu olarak değerlendirilmekten korktukları görülüyor, çünkü bunun sonunda olumsuz değerlendirilmeye dönüşeceğini hissetmektedirler. Bu bilgiler ışığında bulgularımız değerlendirildiğinde olumlu değerlendirilme korkusunun aslında gecikmeli/gelecekteki/ertelenmiş (delayed) olumsuz değerlendirilme korkusuna işaret ediyor olabileceği düşünülmektedir. Başka bir deyişle, kişi olumlu değerlendirilmekten korkmaktadır, çünkü bu olumlu değerlendirilme aslında gerçek değildir (kişi bu değerlendirmeyi haketmediğini veya sanıldığı kadar yeterli olmadığını düşünür) ve gelecekte insanlar kendisinden daha fazlasını beklediğinde bu durum (başkalarının kendisinden beklediği standardı karşılama konusundaki yetersizliği) ortaya çıkacak ve olumsuz değerlendirilecektir. Dolayısıyla, olumsuz değerlendirilme beklentisinde olan kişinin sosyal kaygı düzeyi de artmaktadır.

9.2.4. Benlik Saygısı ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Kaygısının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi

Önceki araştırmalar, düşük benlik saygısının olay sonrası işlemlemenin bir özelliği olup olmadığı sorusunu büyük ölçüde ihmal etmiştir; bazı çalışmalar nedensel bulgular sunsa da ruminasyon ve benlik saygısı konusundaki çalışmaların genellikle korelasyonel düzeyde olduğu görülmektedir. Çalışmamızdaki analiz sonuçları, benlik saygısının olay sonrası işlemlemeyi doğrudan ve olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinden dolay olarak yordadığını göstermektedir. Buna göre, benlik saygısı azaldıkça olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygı artmakta ve bunun sonucunda da olay sonrası işlemleme artmaktadır. Benlik saygısı ile ruminasyon arasındaki ilişki konusunda genellikle kesitsel kanıtlar bulunmaktadır, bunlar da benlik saygısının ruminasyonla negatif yönde ilişkili olduğunu göstermektedir (Ciesla ve Roberts, 2007; Luyckx vd., 2008). Ayrıca, Di Paula ve Campbell'in (2002) araştırmaları düşük benlik saygısına sahip katılımcıların sürekli olarak, yüksek benlik saygısına sahip katılımcılara göre daha fazla ruminasyona devam ettiklerini göstermektedir. Yine, Kuster, Orth ve Meier (2012) araştırmalarında hem kadınlar hem de erkekler için düşük benlik saygısının sonradan ortaya çıkan ruminasyonu yordadığını belirlemişlerdir. Aynı doğrultuda, araştırmalar benlik saygısı düşük kişilerin potansiyel başarısızlık durumlarında olay sonrası işlemlemenin bir özelliği olan karşı olgusal düşünme eğiliminde olduklarını göstermektedir (Roese ve Olson, 1993). Olay sonrası işlemlemenin özelliklerinden biri olan karşı olgusal düşünme, geçmişteki hatanın ya da başarısızlığın olmaması durumunda geçmişin nasıl olabileceği ya da şimdinin nasıl farklı olabileceği konusunda olmayan bir şeyi varmış gibi düşünme olarak tanımlanabilir. Diğer taraftan, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olay sonrası işlemlemenin geniş ölçüde bilinen SKB modellerinde (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) yer aldıkları görülmektedir. Chen vd. (2013) güncel çalışmalarında olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemlemeyi yordayacağını ön görmüş olsalar da, modeldeki yolun anlamsız olması nedeniyle araştırmacılar yolu modelden çıkarmışlardır. Bununla birlikte test ettiğimiz modelde olumsuz değerlendirilme

korkusu ile olay sonrası işlemleme arasındaki yol anlamlıdır. Sonuç olarak, çalışmamızdaki bulgular benlik saygısı ile olay sonrası işlemlemenin sadece ilişkili iki kavramdan daha fazlası olduğunu göstermektedir; bulgular düşük benlik saygısının, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygının sıralı aracılık etkisiyle olay sonrası işlemlemeyi yordadığına işaret etmektedir. Bu nedenle, terapistler ruminasyonu ve düşük benlik saygısını bağımsız problemler olarak görmek yerine, esnek bir tedavi gerektiren daha büyük ve entegre bir bilişsel sistemin parçası olarak görebilirler. Bununla birlikte daha önceki kesitsel bulgular, düşük benlik saygısının olay sonrası işlemlemeye neden olduğu yönündeki hipotezimizle uyumlu olsa da, düşük benlik saygısının olay sonrası işlemlemeye ilişkin varsayılan etkisi konusunda sonuca varmak için boylamsal ve deneysel çalışma desenleri gerekli görülmektedir.

9.2.5. Kendilik Algısı ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusu, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Kaygının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi

Modeldeki yol analizi sonuçları, kendilik algısının olay sonrası işlemleme üzerindeki etkisinin dolaylı olarak olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı aracılığıyla gerçekleştiğini göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, daha olumsuz bir kendilik algısı sonucunda olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygı artmakta ve dolayısıyla olay sonrası işlemleme artmaktadır. Sosyal kaygı modelleri (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997), olumsuz kendilik algısının veya benliğin olumsuz zihinsel temsilinin, bazı bilişsel süreçlere ve mekanizmalara neden olabileceğine ışık tutmuştur. Olay sonrası işlemleme bunlardan biri olarak görülebilir. Clark ve Wells'in (1995) modeline göre, SKB olan bireyler genellikle önemli bir beklenti kaygısı göstermektedirler. Sosyal durum hakkında düşünmeye başladıklarında endişelenirler ve düşüncelerine, geçmiş başarısızlıkların hatırlanması, durumdaki olumsuz imajları ve diğer zayıf performans ve reddi tahminleri hakim olma eğilimindedir. SKB olan bireyin diğerlerinden açık bir şekilde sosyal onay belirtileri almış olma ihtimalinin düşük olması ve bu nedenle, olayın otopsisini (post-mortem)

yapması alışılmadık bir durum değildir; diğer bir ifadeyle, etkileşim detaylı olarak incelenmektedir. Bu inceleme sırasında, bireyin kaygılı duyguları ve olumsuz kendilik algısı, özellikle durumun içindeyken detaylı bir şekilde işlendiğinden ve dolayısıyla bellekte güçlü bir şekilde kodlandığından, özellikle belirgin bir şekilde ortaya çıkmaktadır. Bu incelemenin talihsiz sonucu ise, bireyin, olumsuz kendilik algısı tarafından domine edilebilmesi ve etkileşimin gerçekte olduğundan çok daha olumsuz olarak görülebilmesidir (Clark ve Wells, 1995). Başka bir deyişle, SKB olan birey, başkalarının bir konuşma sırasında kendilerini aptal ve beceriksiz olarak algıladıklarına inanırlarsa, konuşmalarını takiben ruminasyonların içeriği "Aptal gibi göründüm" ve "Herkes benim başarısız olduğumu düşünüyor" gibi olumsuz bir şekilde değerlendirildiklerine dair düşünceleri içerebilir. Bu modele göre, olumsuz kendilik algısı olumsuz olay sonrası işlemlemeyi yordamalıdır. Diğer taraftan, önceki çalışmalar SKB olan bireylerin belirsiz sosyal durumları olumsuz olarak yorumladığını, kendileriyle ilgili olumsuz düşüncelere sahip olduklarını ve kendi performanslarını sistematik olarak küçümsediklerini göstermektedir (Edwards vd., 2003; Stopa ve Clark, 1993). Yine, Abbott ve Rapee (2004) çalışmalarında SKB olan bireylerin konuşma görevindeki performanslarının ardından kendilerine yönelik olumsuz değerlendirmeleri bir hafta boyunca sürdürdüklerini gözlemlerken, klinik olmayan grubun ise performanslarına yönelik olumlu değerlendirmelerin zaman içinde arttığını belirlemişlerdir. Son zamanlarda yapılan araştırmalarda (Makkar ve Grisham, 2011a; Makkar ve Grisham, 2011b) çalışmamızla tutarlı bir şekilde olumsuz kendilik algısının ve sosyal kaygının artan olay sonrası işlemleme eğilimini yordadığını göstermektedir. Bununla birlikte, Perini vd. (2006) tarafından önerilen aracılık modelini tartışmalı buluyoruz. Farklı bir senaryoya sahip olan bu modele göre sosyal kaygı ile olay sonrası işlemleme arasındaki ilişkide kendilik algısı aracı role sahiptir. Model, sosyal kaygının ve kendilik algısının olay sonrası işlemlemeyi yordaması açısından çalışmamızla benzerlik gösterse de, süreçte kendilik algısının sosyal kaygıdan önce geldiğini düşünüyoruz. Clark ve Wells'in (1995) sosyal kaygıyı sürdüren süreçlerden biri olarak olumsuz kendilik algısını ele aldığı bilişsel modelin mantığı da bu düşüncemizi destekler niteliktedir.

Bunlara ek olarak, Rapee ve Heimberg (1997), olumsuz kendilik algısına uzun süreli bellekte temsil edilen (doğru veya yanlış) önceki deneyimlerin neden olabileceğini düşünmüşlerdir. Mellings ve Alden'in (2000) çalışmaları, kendilikle ilgili olumsuz bilgilere yönelik seçici dikkatin, sosyal yargılarda ve hatırlamalarda yanlılıklara yol açtığını ve olay sonrası işlemlemenin, benliğin olumsuz temsiliyle ilgili bilgilerin hatırlanmasına katkıda bulunduğunu göstermiştir. Bu çalışmalar birlikte ele alındığında, uzun süreli bellekte yer alan kendilikle ilgili olumsuz bilgilerin ve geçmişteki sosyal başarısızlıkların hatırlanmasının olumsuz kendilik algısına neden olabileceği düşünülmektedir. Çalışmamızdaki bulgular doğrultusunda, olumsuz kendilik algısına sahip bireylerin daha fazla olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygı düzeyine sahip oldukları ve dolayısıyla daha fazla olay sonrası işlemleme eğiliminde oldukları görülmektedir. Diğer taraftan, yukarıda da bahsedildiği üzere olay sonrası işlemlemenin benliğin olumsuz temsilleriyle ilgili bilgilerin hatırlanmasına katkıda bulunduğu düşünüldüğünde, belki de olumsuz kendilik algısı ile olumsuz olay sonrası işlemleme arasında bir döngü mevcuttur. Başka bir deyişle, olumsuz kendilik algısının olumsuz olay sonrası işlemlemeye yol açması sonucunda benliğin olumsuz temsilleriyle ilgili bilgilerin hatırlanması, sonucunda daha olumsuz bir kendilik algısına yol açabilir. Sonuç olarak, mevcut çalışmamızın bulguları, mevcut teoriyi büyük ölçüde desteklemekte, genişletmekte ve sosyal kaygıda olumsuz kendilik algısı ve olay sonrası işlemlemenin rolü ile ilgili güncel bulgular sunmaktadır.

9.2.6. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Sosyal Kaygının Aracı Rolüne İlişkin Değerlendirmeler

Analiz sonuçları, olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemlemeyi doğrudan ve sosyal kaygı üzerinden dolay olarak yordadığını göstermektedir. Buna göre, olumsuz değerlendirilme korkusu arttıkça sosyal kaygı artmaktadır ve bunun sonucunda da olay sonrası işlemleme artmaktadır. Mevcut teoriler (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997), sosyal bir performansın ardından, sosyal kaygı düzeyi yüksek olan kişilerin, olayın olumsuz özellikleri hakkında ruminasyon gösterme eğiliminde olduklarını ve özellikle olayın olumsuz yönlerini hatırlama

yönünde yanlılık gösterdiklerini öngörmektedir. Bu da bize sosyal kaygının olay sonrası işlemleme eğilimini yordayabileceğini düşündürmüştür. Rachman vd. (2000), sosyal kaygıda olay sonrası işlemleme hakkında temel bilgiler edinmek için psikometrik bir çalışma yapmışlardır ve böyle bir sürecin, kaygı uyandıran sosyal bir etkinlikten sonra ortaya çıktığını ve olay sonrası işlemlemenin sosyal kaygı ile anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Deneysel bir çalışma tasarlayan Edwards vd. (2003) ise, yüksek düzeyde sosyal kaygıya sahip olan grubun verilen konuşma görevinin ardından düşük düzeyde sosyal kaygıya sahip olan gruba göre, konuşma performanslarının olumsuz yönleri hakkındaki ruminasyona daha fazla zaman harcadıklarını tespit etmişlerdir. Yine, sonraki yıllarda yapılan deneysel çalışmalarda (Abbott ve Rapee, 2004; Perini vd., 2006) araştırmacılar SKB olan bireylerin klinik olmayan kontrollere göre sosyal bir etkinliğin ardından daha fazla ruminasyon eğilimi gösterdiklerini tespit etmişlerdir. Devam eden yıllarda da, farklı çalışmalarda (Fehm vd., 2007; Kocovski ve Rector, 2007) sosyal kaygı düzeyi yüksek olan katılımcılar, kaygı uyandıran sosyal bir olaya ilişkin daha yüksek düzeyde olay sonrası işlemleme bildirmişlerdir. Daha spesifik olarak, Fehm vd. (2007), sosyal kaygı ve sosyal kaygının bir özelliği olan olumsuz değerlendirilme korkusunun, sosyal durumlardan sonra OSİ'nin anlamlı bir yordayıcısı olduğunu belirlemişlerdir. Günümüze yaklaştıkça, sosyal kaygıda olay sonrası işlemlemenin rolüne yönelik anlayışın, yapılmaya devam eden güncel araştırmalarla (Brozovich ve Heimberg, 2008; Chen vd., 2013; Schmitz, Krämer ve Tuschen-Caffier 2011) daha da derinleştiği görülmektedir. Bu bilgiler birlikte düşünüldüğünde, sosyal kaygının olay sonrası işlemleme üzerindeki doğrudan etkisini tutarlı olarak gösterirken, olumsuz değerlendirilme korkusunun da olay sonrası işlemle üzerindeki doğrudan etkisine yönelik yeterli kanıt mevcuttur. Çalışmamız, sosyal kaygının ve olumsuz değerlendirilme korkusunun olay sonrası işlemleme üzerindeki doğrudan etkisini gösterdiği gibi, olumsuz değerlendirilme korkusunun da dolaylı etkisine ışık tutmaktadır. Bu dinamiği pekiştirmek ve potansiyel ilişki örüntülerini daha iyi değerlendirebilmek için gelecekte daha fazla araştırmanın yapılması gerekli görülmektedir.

9.2.7. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Olay Sonrası İşlemleme Arasındaki İlişkide Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun ve Sosyal Kaygının Sıralı Aracı Rolünün Değerlendirilmesi

Modeldeki bir diğer dolaylı etkiye bakıldığında, olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygı aracılığıyla olay sonrası işlemlemeyi dolaylı olarak etkilediği görülmektedir. Buna uygun olarak, artan olumlu değerlendirilme korkusu sonucunda olumsuz değerlendirilme korkusu ve sosyal kaygının sıralı aracılık etkisiyle olay sonrası işlemleme artmaktadır. Bir önceki başlıkta, sosyal kaygı modelleri (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) bağlamında düşünüldüğünde artan olumsuz değerlendirilme korkusunun, artan olay sonrası işlemlemeyi yordamasının muhtemel olduğu ifade edilmiştir. Burada buna ek olarak, daha önce de ifade edildiği üzere gecikmeli olumsuz değerlendirilme korkusunun tezahürü olarak varsayılan olumlu değerlendirilme korkusunun da olay sonrası işlemlemeyi etkileyen mekanizmalardan biri olabileceği düşünülmektedir. Olumlu değerlendirilme korkusuna sahip bireylerin, olumlu geri bildirimin ardından, diğerlerinin kendilerinden sonraki etkileşimlerde iyi performans göstermelerini bekleyeceklerini ve bu beklentilerin altında kalacaklarını tahmin etmeleri nedeniyle olumsuz değerlendirilme korkusuna ve bunun da artan sosyal kaygı düzeyine neden olabileceğini ifade etmiştik. Benzer bir sürecin olay sonrası işlemlemede de ortaya çıkabileceğini düşünülmektedir. Sosyal kaygı modellerinde (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) olay sonrası işlemlemenin SKB'nin devam etmesindeki rolünün önemle vurgulanması nedeniyle böyle bir süreç muhtemel görünmekte ve bulgularımızla da tutarlı görünmektedir. Bunun dışında, SKB olan bireylerin hem olumlu hem de olumsuz olay sonrası işlemleme eğilimi gösterdikleri bilinmektedir (Dannahy ve Stopa, 2007; Edwards vd., 2003; Zou ve Abbott, 2012). Bu bilgilerden yola çıkarak, sosyal kaygının özelliği olan değerlendirilme korkuları için de benzer bir süreç söz konusu olabilir. Dolayısıyla, değerlendirilme korkusuna sahip bireylerin olay sonrası işlemleme eğilimlerinin içeriğinin sadece olumsuz olduğu düşünülmemektedir. Burada, değerlendirilme korkusuna sahip bireylerin sosyal etkileşimin tüm yönleri (olumlu veya olumsuz) hakkında genel olarak ruminasyon eğilimine sahip oldukları düşünülmektedir. Bununla birlikte, belirsiz bir sosyal

durumla karşı karşıya kalmaları durumunda ise olumsuz olay sonrası işlemlemeyi daha fazla deneyimlemeleri muhtemel görünmektedir.

9.2.8. Benlik Saygısı ile Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü

Yapılan analiz sonuçlarına göre, benlik saygısı olumlu değerlendirilme korkusu aracılığıyla olumsuz değerlendirilme korkusunu doğrudan ve dolaylı olarak etkilemektedir. Başka bir ifadeyle, benlik saygısı düzeyi azaldıkça, olumlu değerlendirilme korkusu düzeyi artmaktadır, bunun sonucunda da olumsuz değerlendirilme korkusu düzeyinin arttığı görülmektedir. Aslında buradaki ilişki örüntüsü kısmen önceki bölümlerde ele alınmıştır. Düşük benlik saygısı sosyal kaygı ile ilişkilendirimiştir (Acarturk vd., 2009; Kocovski ve Endler, 2000; Rasmussen ve Pidgeon) ve bu nedenle düşük benlik saygısının, sosyal kaygının özelliği olan olumsuz değerlendirilme korkusu (Leary, 1983; Watson ve Friend, 1969) ve olumlu değerlendirilme korkusuyla (Weeks vd., 2008) da ilişkili olduğu düşünülmektedir. Daha önce birçok çalışmada (Cheng vd., 2015; Kocovski ve Ender, 2000; Koydemir-Özden ve Demir, 2009) benlik saygısının olumsuz değerlendirilme korkusunu yordadığı bildirilmiştir. Buradan da anlaşılacağı üzere, bulgu, benlik saygısı düşük bireylerin daha fazla olumsuz değerlendirilme beklentisine sahip oldukları ve başkalarının kendilerini olumsuz olarak değerlendirmelerinden daha fazla korkuyor olabilecekleri şeklinde yorumlanabilir. Aynı zamanda, olumlu değerlendirilme korkusu düzeyi yüksek olan SKB belirtisi gösteren bireylerin daha düşük benlik saygısı sergiledikleri belirlenmiştir (Dryman, Gardner, Weeks ve Heimberg, 2016). Benlik saygısı yüksek olan insanların sosyal olarak daha kabul edilebilir oldukları, daha başarılı oldukları ve başkaları üzerinde benlik saygısı düşük olanlara göre daha iyi izlenimler bıraktıkları iddia edilmektedir (Baumeister vd., 2003). Aynı zamanda, Ross ve Wilson'un (2002) çalışmalarına göre, her ne kadar benlik saygısı yüksek olan bireyler uzak geçmişte hata veya kusur yaptıklarını kabul etseler de, şimdi veya yakın geçmişlerini olumlu olarak görme eğilimindedirler; ancak, veriler düşük benlik saygısına sahip bireylerin bu uzaklaştırma stratejisini (distancing strategy) kullanmadıklarını göstermektedir. Bu bilgilerden yola çıkarak, benlik saygısı düşük

olan birey, diğerleri tarafından onaylanmayacağını, aslında başarısız olduğunu ve başkaları üzerinde iyi bir izlenim bırakamadığını düşünebilir. Dolayısıyla, kendisinin aslında başarısız olduğunu düşünen ve iyi bir izlenim bırakma konusunda yetersiz olduğunu düşünen birey, olumlu değerlendirmelerin gerçeği yansıtmadığını düşünebilir. Olumlu değerlendirildiği için de diğerlerinin gelecekte kendisinden daha fazlasını bekleyeceğini tahmin etmesinden dolayı, gelecekte kendisinden beklenen performansı gerçekleştiremeyeceğini düşünmesi nedeniyle olumsuz değerlendirilmekten korkabilir.

9.2.9. Kendilik Algısı ile Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Arasındaki İlişkide Olumlu Değerlendirilme Korkusunun Aracı Rolü

Modeldeki son dolaylı etkiye bakıldığında, kendilik algısının olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki etkisinin dolaylı olarak olumlu değerlendirilme korkusu aracılığıyla gerçekleştiği görülmektedir. Buna göre, daha olumsuz bir kendilik algısı sonucunda olumlu değerlendirilme korkusu ve dolayısıyla olumsuz değerlendirilme korkusu artmaktadır. Aslında buradaki ilişki örüntüsü daha önceki başlıklarda ele alınan etkilerin küçük ölçekteki bir örneğini oluşturmaktadır. Hatırlanacağı gibi, sosyal kaygı modellerine (Clark ve Wells, 1995; Rapee ve Heimberg, 1997) göre SKB olan bireylerin olumsuz kendilik algısına sahip olduklarından bahsedilmişti. Aynı zamanda, bu bireylerin olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip oldukları da yine bu modeller kapsamında bilinmektedir. Diğer taraftan, kendilik algısıyla yüksek korelasyona sahip olan bir kavram olan benlik saygısının da olumsuz değerlendirilme korkusunun önemli bir yordayıcısı olduğu bildirilmektedir (Cheng vd., 2015) ve çalışmamızda da bu bilgi teyit edilmiştir. Dolayısıyla, kendilik algısının da olumsuz değerlendirilme korkusunun da dahil olduğunu genel anlamda değerlendirilme korkularının potansiyel bir yordayıcısı olabileceği düşünülmüştür. Hatırlanacağı üzere, olumlu değerlendirilme korkusunun gecikmeli bir olumsuz değerlendirilme korkusuna işaret edebileceğini önceki bölümlerde açıklamıştık. Bu nedenle, kendilik algısı ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkide olumlu değerlendirilme korkusunun aracı rolünün olması muhtemel görünmektedir. Psikoevrimsel açıdan düşünüldüğünde (Gilbert, 2001),

kendilikleriyle ilgili olumsuz inançlara sahip bireylerin, grubun baskın karakteriyle çatışmaya girmekten kaçınmasının muhtemel olması nedeniyle olumlu değerlendirilmekten korkması mümkün olabilir. Kendini olumsuz ya da yetersiz olarak gören birey potansiyel bir olumlu değerlendirilme durumunda, gelecekte kendisine yönelik beklentinin artacağını tahmin ederek sonucunda olumsuz değerlendirilmekten korkabilir. Sonuç olarak, bu dinamiği pekiştirmek ve potansiyel ilişki örüntülerini daha iyi değerlendirebilmek için gelecekte daha fazla araştırmanın yapılması gerekli görülmektedir.

9.3. Araştırmanın Teorik ve Klinik Etkileri

Bu çalışma teorik açıdan ve klinik uygulama bağlamında birçok çıkarım içermektedir. Teorik çıkarımlarla başlayacak olursak, çalışmamız, sosyal kaygının bilişsel modellerinin konuyla ilgili yapılan çalışmalardan yola çıkarak nitel olarak ele aldığı kavramların birçoğunu ve olumlu değerlendirilme korkusu gibi bu modellerin ele almadığı kavramları, aynı yapı içinde nicel olarak test etmeyi amaçlamıştır. Aynı zamanda sosyal kaygının yanı sıra, her ne kadar kendilik algısı teorileri alanda kayda değer sayıda araştırmayı teşvik etmiş olsa da, her görüş için gerekçelendirmeler ampirik temellerden ziyade teoriktir. Dolayısıyla, sosyal kaygı bağlamında sunduğumuz teorik önermeler, aynı yapı içinde sağlam sonuçlar çıkarmanın muhtemel olduğu ölçüde ampirik kanıtlar toplamıştır. Bu nedenle, çalışmamız ihmal edilen bozukluk olan SKB ile ilgili mevcut olan bilimsel bilgiyi genişletmektedir. En önemli olanları belirtmek gerekirse, sosyal kaygı araştırmalarında ilk defa sosyal kaygıyla birlikte, kendilik algısı, benlik saygısı, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve olay sonrası işlemleme aynı zaman diliminde, aynı çalışmada test edilmiştir. Bu nedenle, bu değişkenler temelinde oluşturduğumuz yapısal model araştırmamızı özel kılmakla birlikte, sosyal kaygı araştırmalarına da ışık olmuştur.

Belirli önemli çıktılara bakıldığında, çalışmamızın benlikle ilişki kavramları olan kendilik algısının ve benlik saygısının önemli oranda ilişkili olduğu görülmekle birlikte, olumsuz değerlendirilme korkusu, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal

kaygı üzerindeki doğrudan etkilerinin hepsinin anlamlı olduğu doğrulanmıştır. Bununla da sınırlı kalmayıp, kendilik algısının ve benlik saygısının olumsuz değerlendirilme korkusu, sosyal kaygı ve olay sonrası işlemleme üzerindeki dolaylı etkilerinin de anlamlı olduğu kanıtlanmıştır. Bu etkilerin hepsi birlikte düşünüldüğünde, çalışmamızın sadece sosyal kaygı teorilerine değil, kendilik algısı ve benlik saygısı teorilerine de katkı sağlayacağı aşikârdır. Bunun dışında ortaya koyduğumuz modelleme çalışması, sosyal kaygıda değerlendirilme korkusunun sadece olumsuz boyuttan oluşmadığını, aynı zamanda olumlu değerlendirilme korkusunun da dahil olduğu genel bir değerlendirilme korkusunun söz konusu olduğunu kanıtlamaktadır. Özellikle belirtmek gerekirse, sosyal kaygıyı doğrudan en fazla etkileyen değişkenin olumlu değerlendirilme korkusu olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda, olumlu değerlendirilme korkusunun ve olumsuz değerlendirilme korkusunun farklı yapılar olmakla birlikte modeldeki yollar olumlu değerlendirilme korkusunun gecikmeli bir olumsuz değerlendirilme korkusunun habercisi olabileceğini düşündürmektedir. Bunun dışında, Weeks vd. (2008) olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygının yordanmasında, olumsuz değerlendirilme korkusunun ötesinde benzersiz bir farklılık yaratıp yaratmadığının araştırılmasını önermişlerdir. Özellikle, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerinde hem doğrudan hem de dolaylı etkilerinin olabileceğini tahmin etmişlerdir. Gerçekten de, araştırmacıların tahmin ettiği üzere olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerindeki hem doğrudan hem de olumsuz değerlendirilme korkusu aracılığıyla dolaylı etkisi söz konusudur. Ayrıca, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı dışında, olumsuz değerlendirilme korkusu üzerindeki doğrudan etkisi de doğrulanmıştır. Diğer taraftan, olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal kaygı üzerindeki doğrudan etkisi ve olay sonrası işlemleme üzerindeki hem doğrudan hem de dolaylı etkileri anlamlıdır. Bu bilgiler ışığında, çalışmamız değerlendirilme korkusu alanyazınındaki mevcut anlayışı daha da genişletmektedir. Son olarak, sosyal kaygı, olay sonra işlemlemeyi doğrudan etkilemektedir. Böylece, çalışma, sadece sosyal kaygı boyutunu mikroskop altına almakla kalmayıp, aynı zamanda sosyal kaygının ve diğer araştırma değişkenlerinin olay sonrası işlemlemedeki rollerinin anlaşılması bağlamında bilimsel bilgiye katkı sağlamıştır.

Çalışmamızda bulunan bütün dolaylı etkiler bilindiği kadarıyla alanyazında bir ilki oluşturmaktadır. Dolayısıyla, bu durum çalışmamızı benzersiz kılan başka bir özelliktir. Ayrıca, sosyal kaygının Türkiye'de araştırmacıların yeterince ilgisini çekmediği görülmektedir. Bu açıdan bakıldığında, çalışmamızın Türk sosyal kaygı alanyazınındaki önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir. Yine, günümüzde "Ulusal Tez Merkezi" arşivinde "olay sonrası işlemleme" ve "olay sonrası ruminasyon" terimleri aratıldığında herhangi bir sonuç bulunamamıştır. Buradan da anlaşılacağı üzere çalışmamız, Türk psikoloji alanyazınında bu kavramı nicel olarak kapsamlı bir şekilde araştıran ilk çalışma özelliğini taşımaktadır. Ayrıca, şimdiye kadar Türkçe alanyazında olumlu değerlendirilme korkusuyla ilgili çok az sayıda çalışma bulunmaktadır ve bunlar da betimleyici korelasyonları bildirmenin ötesine geçememiştir.

Son olarak, sosyal kaygının bilişsel teorileri çerçevesinde yapılan çalışmalar şiddetli bir tarihdışılık (ahistoricity) durumundan muzdariptir. Yani, bilginin kümülatif gelişimine dair çok az şey vardır. Dolayısıyla, bu modelleme çalışmasından elde edilen verilerle, bilginin gelişimi açısından sosyal kaygı teorilerine katkıda bulunulmak istenmiştir. Araştırmanızın, sosyal kaygının altında yatan bilişsel süreçlerin anlaşılmasına ışık tutacağı düşünülmektedir.

Klinik uygulamaya ilişkin sonuçlara gelince, model, doğrudan tedavi sonuçlarına sahiptir; burada ele alınan faktörlerin tedavide önemli bir role sahip olma olasılıkları yüksektir. SKB tedavisinde maruz bırakma, progresif kas gevşetme tekniği (progressive muscle relaxation; PMR), sosyal beceri eğitimi ve bilişsel yeniden yapılandırma bilinen tedavi seçenekleri arasındadır (Rodebaugh vd., 2004a). Alanyazında çalışmaların özellikle maruz bırakmanın etkililiğine vurgu yaptığı görülürken, maruz bırakmanın kısa vadede danışa kazanım sağladığı, uzun vadede kazanımların korunması için bilişsel tekniklerin de kullanılmasının faydalı olacağı düşünülmektedir (Beidel ve Turner, 2007). Model, tam da bu noktada sadece maruz bırakmanın yeterli olmayabileceğine işaret etmektedir. Mevcut çalışma, temel olarak olumlu kendilik algısına ve yüksek benlik saygısına sahip olmanın önemini ortaya

koymuştur. Olumsuz kendilik algısı SKB'nin devam etmesinde önemli bir faktördür ve olumsuz kendilik algısındaki değişimler tedavi ilerlemesi ile yakından ilişkilidir. Dolayısıyla, olumsuz kendilik algısıyla ilgili inançların tedavi sürecinde ele alınmasının, daha az olumsuz ve daha gerçekçi bir kendilik algısı oluşturma sürecinin kaygıyı azaltacağı öngörülmektedir. Benzer bir sürecin, benlik saygısı için de geçerli olduğu düşünülmektedir. Düşük benlik saygısının, SKB gelişiminde önemli bir risk faktörü olarak görüldüğü düşünüldüğünde, SKB tedavisinde ve SKB riski altındaki bireylerde benlik saygısını iyileştirmeye yönelik tedavi ve müdahalelerin faydalı olacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak, diğer insanlardan geri bildirim almak, kişinin daha olumlu bir kendilik algısı oluşturma sürecinde kolaylaştırıcı bir etken olabilir. Özellikle, grup terapilerinin sosyal kaygıda bilinen etkili tedavi seçenekleri arasında yer aldıkları düşünüldüğünde (Heimberg, 2002), grup terapisi programlarına diğerlerinden geribildirim almayı içeren kapsamlı rol yapma teknikleri dahil edilebilir. Buna ek olarak, video geri bildirim tekniğinin olumsuz kendilik algısını iyileştirmenin etkili bir yolu olduğu bilinmektedir (Rapee ve Hayman, 1996). Dolayısıyla, olumsuz kendilik algısı, video geri bildirim veya işitsel geri bildirim teknikleri kullanılarak da iyileştirilebilir. Bunun dışında, tedavi planına dahil edilmesi gereken başka bir konu ise değerlendirilme korkularıdır. SKB olan bireylerin, diğerleri üzerinde istenilen izlenimi bırakmak istedikleri ve başkalarının kendilerini onaylamayacağından korktukları bilinmektedir. Bu nedenle, bilişsel yeniden yapılandırma teknikleri değerlendirilme korkuları konusunda tedavi programlarına dahil edilebilir. Son olarak, olay sonrası işlemleme, danışanların olumsuz olarak algıladıkları sosyal olayları daha uyumlu bir şekilde işlemlemelerine yardımcı olmak için hedeflenebilir.

9.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Gelecekteki Araştırmalar İçin Öneriler

Bu çalışmanın çeşitli sınırlılıkları bulunmaktadır. Öncelikle, toplanan veriler katılımcıların öz-bildirimlerine dayanmaktadır; dolayısıyla, katılımcıların sosyal istenirliğe göre bildirimlerde bulunma olasılıkları bulunmaktadır. Özellikle, Türkiye gibi kolektif toplumlarda bireylerin grup içi uyuma, toplumsal normlara ve toplum tarafından kabul görmeye önem verdikleri düşünüldüğünde, bulgular

değerlendirilirken katılımcıların sosyal istenirliğe göre bildirimde bulunmuş olma olasılıkları göz önünde bulundurulmalıdır. Bu araştırmanın bulguları değerlendirilirken, sosyal korkuların belirli bir kültüre bağımlı olduğu gerçeği unutulmamalıdır. Aynı sosyal davranış bir kültürde normal, bir diğerinde mantıksız ve aşırı olarak algılanabilir; kültürel sendromlar, belirli durumlarda belirli utanç verici beklentilere yol açabilmektedir (Hofmann vd., 2010). Klinik örneklemde çalışılmamış olmasının araştırmanın sınırlılıklarından biri olduğu söylenebilir. Ayrıca, araştırmanın kesitsel olması da çalışmanın sınırlılıklarındandır. Çalışmanın kesitsel doğası gereği incelenen etkilerin nedensel ilişkiler olarak yorumlanması yanıltıcı olabilir. Potansiyel nedensel ilişkileri ele almanın daha uyun bir yolu, bu ilişkileri boylamsal çalışmalarla incelemek olacaktır. Daha güçlü çıkarımlar için, bu çalışmada önerilen modelin yapısal eşitlik modellemesinin istatistiksel prosedürlerini takip ederek gizil değişkenlerle tekrar test edilmesi önerilir. Başka bir konuya değinecek olursak, olumlu değerlendirilme korkusu kavramı henüz yeni çalışılmaya başlanmıştır ve giderek araştırmacıların ilgisini çeken bir konu haline gelmektedir. Olay sonrası işlemleme kavramı ise ulusal alanyazında çalışılmamış ve ihmal edilmiş bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. İlk defa çalışmamızda sistematik olarak ele alınan bu kavramla ilgili acilen daha fazla araştırma yapılması gerekli görülmektedir.

Sosyal kaygı için araştırma değişkenleri tarafından açıklanan varyans değeri yeterli görünse de, aynı şeyin OSİ için geçerli olduğu pek mümkün görünmemektedir. Dolayısıyla, analiz sonuçları OSİ'yi belirleyen belirleyen başka faktörlerin varlığına işaret etmektedir ve bu konu gelecekteki araştırmalarla aydınlığa kavuşturulmalıdır. Çalışmamızın metodolojik kısıtlamaları arasında, araştırma değişkenleri hakkındaki bilgilerin yalnızca öz-bildirime dayandığı gerçeğinin karşımıza çıktığı ifade edilmişti. Bu nedenle, gelecekteki çalışmalar klinik gözlem ya da katılımcıların yakınlarından da veri toplamayı düşünmelidir. Gelecekteki araştırmalar için kayda değer başka bir öneri, sosyal kaygının ve araştırmamızdaki değişkenlerin kültürlerarası çalışılmalara ihtiyaç duyması olabilir. Bunun önerinin nedeni, sosyal kaygı araştırmalarının ve önerilen modellerin genellikle belirli bir kültürle sınırlı kalmasıdır. Kısacası, önerdiğimiz sosyal kaygı modelindeki değişkenlerin rolüne

daha fazla ışık tutmak için daha fazla deneysel ve boylamsal çalışmaya ihtiyaç vardır.

BÖLÜM 10

SONUÇ

Bu çalışmada sosyal kaygı için kapsamlı bir kavramsallaştırma ve modelleme çalışması yapılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, öncelikle birinci çalışmada, modelleme çalışmasındaki olumsuz değerlendirilme korkusu değişkenini ölçebilmek için Carleton vd. (2006) tarafından geliştirilen *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu-II* (ODKÖK-II; Brief Fear of Negative Evaluation-II, BFNE-II) Türkçe'ye uyarlanmıştır. Aynı zamanda, *Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Kısa Formu-Düz Maddeler* (ODKÖK-D; Brief Fear of Negative Evaluation-Straightforward Items, BFNE-S) varyantının (Rodebaugh vd., 2004b; Weeks vd., 2005) da Türkçe psikometrik özellikleri incelenmiştir. Analiz sonuçları, hem ODKÖK-II'nin hem de ODKÖK-D'nin olumsuz değerlendirilme korkusunu ölçme konusunda güvenilir ve geçerli ölçüm araçları olduklarını göstermiştir. Sonuç olarak, ODKÖK-II ve ODKÖK-D sosyal kaygı araştırmalarında kullanılabileceği gibi, klinik ortamlarda da SKB olan bireylerle çalışan terapistler tarafından başvurulabilecek ölçüm araçlarıdır.

İkinci çalışmamızda, mevcut teori ve model öncesinde yaptığımız aracılık analizleri doğrultusunda sosyal kaygı için yapısal bir model oluşturulmuştur. Bu model kapsamında, sosyal kaygı araştırmalarında ilk defa sosyal kaygı, benlik saygısı, kendilik algısı, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olay sonrası işlemleme birlikte ele alınmıştır. Modelde toplamda 11 doğrudan ve 9 dolaylı etki olduğu belirlenmiştir. Araştırmanın sonuçları açısından, bu çalışmada, sosyal kaygıya yönelik olumlu değerlendirilme korkusunun kayda değer katkısı ile ilgili kanıtlar oldukça aydınlatıcı olmuştur. Sonrasında, sosyal kaygıyı doğrudan en fazla etkileyen değişkenler sırasıyla kendilik algısı, benlik saygısı ve olumsuz

değerlendirilme korkusudur. Bu çalışmadaki önemli bulgulardan biri, beklenildiği üzere en fazla açıklanan varyans değerinin sosyal kaygı için olmasıdır. Bunu sırasıyla olumsuz değerlendirilme korkusu, olay sonrası işlemleme ve olumlu değerlendirilme korkusu takip etmektedir. Çalışmayla ilgili kayda değer bir diğer önemli husus ise, Türk psikoloji alanyazınında olay sonrası işlemlemenin sistematik olarak ele alındığı ilk çalışma olmasıdır.

Genel bir çerçeve çizilecek olursa, model, SKB olan bireylerin kendi davranışlarını gözlemlemeleri sonucunda olumsuz bir kendilik algısına sahip olduklarını ve başkalarının da kendileri hakkında olumsuz düşündüğüne inandıklarını varsaymaktadır. Aynı zamanda, düşük benlik saygısına sahip olan bireylerin, kendilerini başarısız veya değersiz olarak gördüklerini ve sosyal açıdan kabul edilebilir bulmadıklarını önermektedir. Dolayısıyla, SKB olan bireylerin sosyal bir ortama girdiklerinde, dikkatlerini benliğin olumsuz yönlerine odakladıkları düşünülmektedir. Olumsuz kendilik algısına ve düşük benlik saygısına sahip olan bu bireyler, girdikleri sosyal durumun olumsuz sonuçlarını felaketleştirme eğilimindedirler ve sosyal becerilerinin durumla başa çıkabilmek için yetersiz olduğuna inanmaktadırlar. Dolayısıyla, değerlendirilme korkuları artan bireyler sosyal durumla ilgili artan kaçınma ve sosyal kaygı gösterirler. Sosyal durum sonlandıktan sonra ise, olayın otopsi (post-mortem) ya da başka bir deyişle, olayın detaylı olarak inceleneceği olay sonrası işlemleme süreci başlamaktadır. Olay sonrası işlemleme sonucunda benliğin olumsuz temsilleriyle ilgili bilgilerin hatırlanması daha olumsuz bir kendilik algısına yol açarak sürecin devam etmesini sağlar ve böylece SKB'nin devam etmesini sağlayan bir döngü oluşur.

Psikoloji, psikiyatri ve bilim felsefesi alanlarındaki teorik ve ampirik kanıtları bütünleştiren kapsamlı bir sosyal kaygı modeli sunulmuştur. Nihayetinde, mevcut çalışma, okyanustaki küçük ama belirgin bir damla olarak kabul edilebilir.

KAYNAKÇA

Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2004). Post-event rumination and negative self-appraisal in social phobia before and after treatment. *Journal of Abnormal Psychology*, *113*(1), 136-144.

Abdel-Khalek, A. M. (2002). Age and sex differences for anxiety in relation to family size, birth order, and religiosity among Kuwaiti adolescents. *Psychological Reports*, *90*(3), 1031-1036.

Acarturk, C., Smit, F., De Graaf, R., Van Straten, A., Ten Have, M., & Cuijpers, P. (2009). Incidence of social phobia and identification of its risk indicators: a model for prevention. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *119*(1), 62-70.

Akhtar-Danesh, N., & Landeen, J. (2007). Relation between depression and sociodemographic factors. *International Journal of Mental Health Systems, 1*(1), 4.

Alisinanoğlu, F., & Ulutaş, İ. (2003). Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, *28*(128), 65-71.

Allan, S., & Gilbert, P. (1995). A social comparison scale: Psychometric properties and relationship to psychopathology. *Personality and Individual Differences, 19*(3), 293-299.

Alonso, J., Angermeyer, M. C., Bernert, S., Bruffaerts, R., Brugha, T. S., Bryson, H., … Vollebergh, W. a M. (2004). Prevalence of mental disorders in Europe: results from the European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD) project. *Acta psychiatrica Scandinavica. Supplementum*, *109*(420), 21–27.

American Psychiatric Association (1980). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association (1987). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (3rd ed. revised). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed. text revision). Washington, DC: American Psychiatric Association.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Association.

Ashby, F. G., & Isen, A. M. (1999). A neuropsychological theory of positive affect and its influence on cognition. *Psychological Review*, *106*(3), 529-550.

Ayala, F. J., & Campbell, C. A. (1974). Frequency-dependent selection. *Annual Review of Ecology and Systematics*, *5*(1), 115-138.

Barlow, D. H. (2004). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic*. New York, NY: Guilford press.

Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator–mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, *51*(6), 1173-1182.

Barrett, P. (2007). Structural equation modelling: Adjudging model fit. *Personality and Individual Differences*, *42*(5), 815-824.

Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles?. *Psychological Science in the Public Interest*, *4*(1), 1-44.

Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.

Baumeister, R. F., Smart, L., & Boden, J. M. (1996). Relation of threatened egotism to violence and aggression: The dark side of high self-esteem. *Psychological Review*, *103*(1), 5-33.

Batıgün, A. D., & Şahin, N. (2009). *Kişilerarası tarz, öfke ve benlik algısı: Psikopatolojilerde ortak ögeler*. Ankara Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma Projeleri. 08B5358001 Nolu Sonuç Raporu.

Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A Cognitive Approach*. New York, NY: Basic Books.

Beeri, A., & Lev-Wiesel, R. (2011). Social rejection by peers: A risk factor for psychological distress. *Child and Adolescent Mental Health*, *17*(4), 216-221.

Beesdo, K., Bittner, A., Pine, D. S., Stein, M. B., Höfler, M., Lieb, R., & Wittchen, H. U. (2007). Incidence of social anxiety disorder and the consistent risk for secondary depression in the first three decades of life. *Archives of General Psychiatry*, *64*(8), 903-912.

Beidel, D. C., Turner, S. M. (2007). *Shy children, phobic adults: Nature and treatment of social anxiety disorder*. Washington, DC: American Psychological Association.

Beidel, D. C., Turner, S. M., & Dancu, C. V. (1985). Physiological, cognitive and behavioral aspects of social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, *23*(2), 109-117.

Belle, D., & Doucet, J. (2003). Poverty, inequality, and discrimination as sources of depression among US women. *Psychology of Women Quarterly*, *27*(2), 101-113.

Bem, D. J. (1967). Self-perception: An alternative interpretation of cognitive dissonance phenomena. *Psychological Review*, *74*(3), 183-200.

Bem, D. J. (1972). Self-perception theory. In L. Berkowitz (Ed.). *Advances in experimental social psychology* (Vol. 6, pp. 1-62). New York, NY: Academic Press.

Bem, D. J., & McConnell, H. K. (1970). Testing the self-perception explanation of dissonance phenomena: On the salience of premanipulation attitudes. *Journal of Personality and Social Psychology*, *14*(1), 23-31.

Benninghoven, D., Kaduk, A., Wiegand, U., Specht, T., Kunzendorf, S., & Jantschek, G. (2006). Influence of anxiety on the course of heart disease after acute myocardial infarction–risk factor or protective function?. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *75*(1), 56-61.

Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structures. *Psychological Bulletin*, *88*(3), 588-606.

Biederman, J., Hirshfeld-Becker, D. R., Rosenbaum, J. F., Hérot, C., Friedman, D., Snidman, N., ... & Faraone, S. V. (2001). Further evidence of association between behavioral inhibition and social anxiety in children. *American Journal of Psychiatry*, *158*(10), 1673-1679.

Bilge, F., & Kelecioğlu, H. (2008). Psychometric Properties of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale: Turkish Form. *Eurasian Journal of Educational Research*, 32, 21-38.

Boivin, M., & Begin, G. (1989). Peer status and self-perception among early elementary school children: The case of the rejected children. *Child Development*, 591-596.

Bollen, K., & Lennox, R. (1991). Conventional wisdom on measurement: A structural equation perspective. *Psychological Bulletin*, *110*(2), 305-314.

Bögels, S. M., & Brechman-Toussaint, M. L. (2006). Family issues in child anxiety: Attachment, family functioning, parental rearing and beliefs. *Clinical Psychology Review*, *26*(7), 834-856.

Brown, T. A. (2015). *Confirmatory factor analysis for applied research*. New York, NY: Guilford Publications.

Brown, B. B., & Lohr, M. J. (1987). Peer-group affiliation and adolescent self-esteem: An integration of ego-identity and symbolic-interaction theories. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*(1), 47-55.

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. *Sage Focus Editions*, *154*, 136-136.

Brozovich, F., & Heimberg, R. G. (2008). An analysis of post-event processing in social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review*, *28*(6), 891-903.

Bruce, S. E., Yonkers, K. A., Otto, M. W., Eisen, J. L., Weisberg, R. B., Pagano, M., ... & Keller, M. B. (2005). Influence of psychiatric comorbidity on recovery and recurrence in generalized anxiety disorder, social phobia, and panic disorder: a 12-year prospective study. *American Journal of psychiatry*, *162*(6), 1179-1187.

Buckner, J. D., Schmidt, N. B., Lang, A. R., Small, J. W., Schlauch, R. C., & Lewinsohn, P. M. (2008). Specificity of social anxiety disorder as a risk factor for alcohol and cannabis dependence. *Journal of Psychiatric Research*, *42*(3), 230-239.

Burvill, P. W. (1995). Recent progress in the epidemiology of major depression. *Epidemiologic Reviews*, *17*(1), 21-31.

Bushman, B. J., & Baumeister, R. F. (1998). Threatened egotism, narcissism, self-esteem, and direct and displaced aggression: Does self-love or self-hate lead to violence?. *Journal of Personality and Social Psychology*, *75*(1), 219-229.

Buss, D. M. (1995). Evolutionary psychology: A new paradigm for psychological science. *Psychological Inquiry*, *6*(1), 1-30.

Buss, D. M. (2015). *Evolutionary psychology: The new science of the mind*. London: Routledge.

Butler, A. C., Chapman, J. E., Forman, E. M., & Beck, A. T. (2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: a review of meta-analyses. *Clinical Psychology Review*, *26*(1), 17-31.

Calder, B. J., & Staw, B. M. (1975). Self-perception of intrinsic and extrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, *31*(4), 599-605.

Campbell, J. D., & Lavallee, L. F. (1993). Who am I? The role of self-concept confusion in understanding the behavior of people with low self-esteem. In R. F. Baumeister (Ed.), *Self-esteem*, 3-20. Boston, MA: Springer.

Carleton, R. N., Collimore, K. C., & Asmundson, G. J. (2007). Social anxiety and fear of negative evaluation: Construct validity of the BFNE-II. *Journal of Anxiety Disorders*, *21*(1), 131-141.

Carleton, R. N., Collimore, K. C., McCabe, R. E., & Antony, M. M. (2011). Addressing revisions to the Brief Fear of Negative Evaluation scale: Measuring fear of negative evaluation across anxiety and mood disorders. *Journal of anxiety disorders*, *25*(6), 822-828.

Carleton, R. N., McCreary, D. R., Norton, P. J., & Asmundson, G. J. (2006). Brief fear of negative evaluation scale—revised. *Depression and Anxiety*, *23*(5), 297-303.

Carver, C. S., Johnson, S. L., & Joormann, J. (2009). Two-mode models of self-regulation as a tool for conceptualizing effects of the serotonin system in normal behavior and diverse disorders. *Current Directions in Psychological Science*, *18*(4), 195-199.

Chavira, D. A., Stein, M. B., Bailey, K., & Stein, M. T. (2004). Comorbidity of generalized social anxiety disorder and depression in a pediatric primary care sample. *Journal of Affective Disorders*, *80*(2-3), 163-171.

Chen, J., Rapee, R. M., & Abbott, M. J. (2013). Mediators of the relationship between social anxiety and post-event rumination. *Journal of Anxiety Disorders*, *27*(1), 1-8.

Cheng, G., Zhang, D., & Ding, F. (2015). Self-esteem and fear of negative evaluation as mediators between family socioeconomic status and social anxiety in Chinese emerging adults. *International Journal of Social Psychiatry*, *61*(6), 569-576.

Cho, M. J., Chang, S. M., Lee, Y. M., Bae, A., Ahn, J. H., Son, J., ... & Park, J. I. (2010). Prevalence of DSM-IV major mental disorders among Korean adults: a 2006 National Epidemiologic Survey (KECA-R). *Asian Journal of Psychiatry*, *3*(1), 26-30.

Ciesla, J. A., & Roberts, J. E. (2007). Rumination, negative cognition, and their interactive effects on depressed mood. *Emotion*, *7*(3), 555-565.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In M. Liebowitz & R. G. Heimberg (Eds.). *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). New York, NY: Guilford Press.

Clark, J. V., & Arkowitz, H. (1975). Social anxiety and self-evaluation of interpersonal performance. *Psychological Reports*, *36*(1), 211-221.

Cole, D. A., Maxwell, S. E., Martin, J. M., Peeke, L. G., Seroczynski, A. D., Tram, J. M., ... & Maschman, T. (2001). The development of multiple domains of child and adolescent self-concept: A cohort sequential longitudinal design. *Child Development*, *72*(6), 1723-1746.

Coles, M. E., Turk, C. L., Heimberg, R. G., & Fresco, D. M. (2001). Effects of varying levels of anxiety within social situations: Relationship to memory perspective and attributions in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *39*(6), 651-665.

Collimore, K. C., Carleton, R. N., Hofmann, S. G., & Asmundson, G. J. (2010). Posttraumatic stress and social anxiety: the interaction of traumatic events and interpersonal fears. *Depression and Anxiety*, *27*(11), 1017-1026.

Cooley, C. H. (1902). *Human nature and the social order*. New York, NY: Charles Scribner's Sons.

Cousins, S. D. (1989). Culture and self-perception in Japan and the United States. *Journal of Personality and Social Psychology*, *56*(1), 124-131.

Crick, N. R., & Ladd, G. W. (1993). Children's perceptions of their peer experiences: Attributions, loneliness, social anxiety, and social avoidance. *Developmental Psychology*, *29*(2), 244-254.

Crocker, J., & Major, B. (1989). Social stigma and self-esteem: The self-protective properties of stigma. *Psychological Review*, *96*(4), 608-630.

Çetin, B., Doğan, T., & Sapmaz, F. (2010). Olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeği kısa formu'nun Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Eğitim ve Bilim*, *35*(156), 205-216.

Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.

Dalrymple, K. L., & Herbert, J. D. (2007). Acceptance and commitment therapy for generalized social anxiety disorder: A pilot study. *Behavior Modification, 31*(5), 543-568.

Dalrymple, K. L., & Zimmerman, M. (2011). Age of onset of social anxiety disorder in depressed outpatients. *Journal of Anxiety Disorders*, *25*(1), 131-137.

Dannahy, L., & Stopa, L. (2007). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, *45*(6), 1207-1219.

Davidson, H. H., & Lang, G. (1960). Children's perceptions of their teachers' feelings toward them related to self-perception, school achievement and behavior. *The Journal of Experimental Education*, *29*(2), 107-118.

Davidson, J. R., Hughes, D. L., George, L. K., & Blazer, D. G. (1993). The epidemiology of social phobia: findings from the Duke Epidemiological Catchment Area Study. *Psychological Medicine*, *23*(3), 709-718.

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*(5), 501-508.

DeLongis, A., Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). The impact of daily stress on health and mood: psychological and social resources as mediators. *Journal of Personality and Social Psychology*, *54*(3), 486-495.

Demir, T., Karacetin, G., Demir, D. E., & Uysal, O. (2013). Prevalence and some psychosocial characteristics of social anxiety disorder in an urban population of Turkish children and adolescents. *European Psychiatry*, *28*(1), 64-69.

Di Paula, A., & Campbell, J. D. (2002). Self-esteem and persistence in the face of failure. *Journal of Personality and Social Psychology*, *83*(3), 711-724.

Diener, E., & Diener, M. (1995). Cross-cultural correlates of life satisfaction and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *68*(4), 653-663.

Doğan, T., & Totan, T. (2010). Olumlu değerlendirilme korkusu ölçeği Türkçe formu'nun geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Akademik Bakış Dergisi*, *22*, 1-20.

Donnellan, M. B., Trzesniewski, K. H., Robins, R. W., Moffitt, T. E., & Caspi, A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *Psychological Science*, *16*(4), 328-335.

Dryman, M. T., Gardner, S., Weeks, J. W., & Heimberg, R. G. (2016). Social anxiety disorder and quality of life: How fears of negative and positive evaluation relate to specific domains of life satisfaction. *Journal of Anxiety Disorders*, *38*, 1-8.

Dunn, J., Slomkowski, C., Beardsall, L., & Rende, R. (1994). Adjustment in middle childhood and early adolescence: Links with earlier and contemporary sibling relationships. *Child Psychology & Psychiatry & Allied Disciplines*, 35 (3), 491-504.

Edwards, S. L., Rapee, R. M., & Franklin, J. (2003). Postevent rumination and recall bias for a social performance event in high and low socially anxious individuals. *Cognitive Therapy and Research*, *27*(6), 603-617.

Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy*, *38*(4), 319-345.

Ehring, T., & Ehlers, A. (2014). Does rumination mediate the relationship between emotion regulation ability and posttraumatic stress disorder?. *European Journal of Psychotraumatology*, *5*(1), 23547.

Ehring, T., Szeimies, A. K., & Schaffrick, C. (2009). An experimental analogue study into the role of abstract thinking in trauma-related rumination. *Behaviour Research and Therapy, 47*(4), 285-293.

Eisenberger, N. I., Lieberman, M. D., & Williams, K. D. (2003). Does rejection hurt? An fMRI study of social exclusion. *Science, 302*(5643), 290-292.

Eng, W., Heimberg, R. G., Hart, T. A., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: the relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion, 1*(4), 365-380.

Eriş, Y., & İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies, 8*(6), 179-193.

Essau, C. A., Conradt, J., & Petermann, F. (1999). Frequency and comorbidity of social phobia and social fears in adolescents. *Behaviour Research and Therapy, 37*(9), 831-843.

Fazio, R. H., Zanna, M. P., & Cooper, J. (1977). Dissonance and self-perception: An integrative view of each theory's proper domain of application. *Journal of Experimental Social Psychology, 13*(5), 464-479.

Fehm, L., Beesdo, K., Jacobi, F., & Fiedler, A. (2008). Social anxiety disorder above and below the diagnostic threshold: prevalence, comorbidity and impairment in the general population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 43*(4), 257-265.

Fehm, L., Schneider, G., & Hoyer, J. (2007). Is post-event processing specific for social anxiety?. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry, 38*(1), 11-22.

Fergus, T. A., Valentiner, D. P., McGrath, P. B., Stephenson, K., Gier, S., & Jencius, S. (2009). The Fear of Positive Evaluation Scale: Psychometric properties in a clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders, 23*(8), 1177-1183.

Fişek, G. O. (1991). A cross-cultural examination of proximity and hierarchy as dimensions of family structure. *Family Process, 30*(1), 121-133.

Forman, E. M., Herbert, J. D., Moitra, E., Yeomans, P. D., & Geller, P. A. (2007). A randomized controlled effectiveness trial of acceptance and commitment therapy and cognitive therapy for anxiety and depression. *Behavior Modification, 31*(6), 772-799.

Fornell, C. (1983). Issues in the application of covariance structure analysis: A comment. *Journal of Consumer Research, 9*(4), 443-448.

Friend, R. M., & Gilbert, J. (1973). Threat and fear of negative evaluation as determinants of locus of social comparison. *Journal of Personality, 41*(2), 328-340.

Furmark, T., Tillfors, M., Everz, P. O., Marteinsdottir, I., Gefvert, O., & Fredrikson, M. (1999). Social phobia in the general population: prevalence and sociodemographic profile. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 34*(8), 416-424.

Furmark, T., Tillfors, M., Stattin, H., Ekselius, L., & Fredrikson, M. (2000). Social phobia subtypes in the general population revealed by cluster analysis. *Psychological Medicine, 30*(6), 1335-1344.

George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update* (10a ed.) Boston, MA: Pearson.

Gilbert, P. (2001). Evolution and social anxiety: The role of attraction, social competition, and social hierarchies. *Psychiatric Clinics, 24*(4), 723-751.

Gillis, M. M., Haaga, D. A., & Ford, G. T. (1995). Normative values for the Beck Anxiety Inventory, Fear Questionnaire, Penn State Worry Questionnaire, and Social Phobia and Anxiety Inventory. *Psychological Assessment, 7*(4), 450-455.

Gliem, J. A., & Gliem, R. R. (2003). Calculating, interpreting, and reporting Cronbach's alpha reliability coefficient for Likert-type scales. *Presented at the Midwest Research-to-Practice Conference in Adult, Continuing, and*

Community Education (pp. 82-88). Columbus, OH: The Ohio State University.

Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2010). Effects of mindfulness-based stress reduction (MBSR) on emotion regulation in social anxiety disorder. *Emotion, 10*(1), 83-91.

Göregenli, M. (1997). Individualist-collectivist tendencies in a Turkish sample. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *28*(6), 787-794.

Grant, B. F., Hasin, D. S., Blanco, C., Stinson, F. S., Chou, S. P., Goldstein, R. B., . . . Huang, B. (2005). The Epidemiology of Social Anxiety Disorder in the United States: Results From the National Epidemiologic Survey on Alcohol and Related Conditions. *The Journal of Clinical Psychiatry, 66*(11), 1351-1361.

Greenberg, J., Solomon, S., & Pyszczynski, T. (1997). Terror management theory of self-esteem and cultural worldviews: Empirical assessments and conceptual refinements. *Advances in Experimental Social Psychology*, 29, 61-139.

Greenwald, A. G., & Banaji, M. R. (1995). Implicit social cognition: attitudes, self-esteem, and stereotypes. *Psychological Review*, *102*(1), 4-27.

Greenwald, A. G., Bellezza, F. S., & Banaji, M. R. (1988). Is self-esteem a central ingredient of the self-concept?. *Personality and Social Psychology Bulletin, 14*(1), 34-45.

Greenwald, A. G., & Farnham, S. D. (2000). Using the implicit association test to measure self-esteem and self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*(6), 1022-1038.

Grice, S. J., Halit, H., Farroni, T., Baron-Cohen, S., Bolton, P., & Johnson, M. H. (2005). Neural correlates of eye-gaze detection in young children with autism. *Cortex, 41*(3), 342-353.

Gureje, O., Lasebikan, V. O., Kola, L., & Makanjuola, V. A. (2006). Lifetime and 12-month prevalence of mental disorders in the Nigerian Survey of Mental Health and Well-Being. *The British Journal of Psychiatry, 188*(5), 465-471.

Gülüm, I. V., & Dağ, İ. (2012). Tekrarlayıcı Düşünme Ölçeği ve Bilişsel Esneklik Envanterinin Türkçeye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *13*(3), 216-223.

Gümüş, A. E. (2006). Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, *3*(26), 63-75.

Hackmann, A., Surawy, C., & Clark, D. M. (1998). Seeing Yourself Through Others' eyes: A Study Of Spontaneously Occurring Images In Social Phobia. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, *26*(1), 3-12.

Hambleton, R. K., & Patsula, L. (1999). Increasing the validity of adapted tests: Myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. *Journal of Applied Testing Technology*, *1*(1), 1-13.

Harter, S. (1993). Causes and consequences of low self-esteem in children and adolescents. In R. F. Baumeister (Ed.). *Self-esteem*, (pp. 87-116). Boston, MA: Springer.

Hawker, D. S., & Boulton, M. J. (2000). Twenty years' research on peer victimization and psychosocial maladjustment: A meta-analytic review of cross-sectional studies. *The Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, *41*(4), 441-455.

Hayes, A. F. (2009). Beyond Baron and Kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs, 76*(4), 408-420.

Hayes, A. F. (2018). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-Based Approach* (2nd ed.). New York, NY: The Guilford Press.

Heimberg, R. G. (2002). Cognitive-behavioral therapy for social anxiety disorder: current status and future directions. *Biological Psychiatry*, *51*(1), 101-108.

Heimberg, R. G., Brozovich, F. A., & Rapee, R. M. (2010). A cognitive behavioral model of social anxiety disorder: Update and extension. In S. G. Hofmann &

P. M. DiBartolo (Eds.). *Social Anxiety: Clinical, developmental, and social perspectives* (2nd ed.) (pp. 395-422). New York, NY: Academic Press.

Heimberg, R. G., Holt, C. S., Schneier, F. R., Spitzer, R. L., & Liebowitz, M. R. (1993). The issue of subtypes in the diagnosis of social phobia. *Journal of Anxiety Disorders, 7*(3), 249-269.

Heimberg, R. G., Hope, D. A., Dodge, C. S., & Becker, R. E. (1990). DSM-III-R subtypes of social phobia: Comparison of generalized social phobics and public speaking phobics. *Journal of Nervous and Mental Disease, 178*(3), 172-9.

Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Safren, S. A., Brown, E. J., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (1999). Psychometric properties of the Liebowitz social anxiety scale. *Psychological Medicine, 29*(1), 199-212.

Henricsson, L., & Rydell, A. M. (2004). Elementary school children with behavior problems: Teacher-child relations and self-perception. A prospective study. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 111-138.

Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, *36*(4), 193-209.

Hofmann, S. G., Anu Asnaani, M. A., & Hinton, D. E. (2010). Cultural aspects in social anxiety and social anxiety disorder. *Depression and Anxiety*, *27*(12), 1117-1127.

Hofmann, S. G., & Smits, J. A. (2008). Cognitive-behavioral therapy for adult anxiety disorders: a meta-analysis of randomized placebo-controlled trials. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *69*(4), 621-632.

Holt, C. S., Heimberg, R. G., & Hope, D. A. (1992). Avoidant personality disorder and the generalized subtype of social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, *101*(2), 318-325.

Holt, C. S., Heimberg, R. G., Hope, D. A., & Liebowitz, M. R. (1992). Situational domains of social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, *6*(1), 63-77.

Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *Electronic Journal of Business Research Methods*, *6*(1), 53-60.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. In R. H. Hoyle (Ed.). *Structural equation modeling. Concepts, issues, and applications* (pp. 76-99). London: Sage.

Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, *6*(1), 1-55.

Hwu, H. G., Yeh, E. K., & Chang, L. Y. (1989). Prevalence of psychiatric disorders in Taiwan defined by the Chinese Diagnostic Interview Schedule. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, *79*(2), 136-147.

Hymel, S., & Franke, S. (1985). Children's peer relations: Assessing self-perceptions. In B. H. Schneider, K. H. Rubin & J. E. Ledingham (Eds.). *Children's peer relations: Issues in assessment and intervention* (pp. 75-91). New York, NY: Springer-Verlag.

Iancu, I., Bodner, E., & Ben-Zion, I. Z. (2015). Self esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety disorder. *Comprehensive Psychiatry*, *58*, 165-171.

İmamoğlu, E. O., Küller, R., İmamoğlu, V., & Küller, M. (1993). The social psychological worlds of Swedes and Turks in and around retirement. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *24*(1), 26-41.

İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O., & Kuğu, N. (2004). Social phobia among university students and its relation to self-esteem and body image. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *49*(9), 630-634.

John, O. P., & Robins, R. W. (1994). Accuracy and bias in self-perception: individual differences in self-enhancement and the role of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, *66*(1), 206-219.

Judge, T. A., & Bono, J. E. (2001). Relationship of core self-evaluations traits—self-esteem, generalized self-efficacy, locus of control, and emotional stability—with job satisfaction and job performance: A meta-analysis. *Journal of Applied Psychology, 86*(1), 80-92.

Kağıtçıbaşı, Ç. (1996). Özerk-ilişkisel benlik: Yeni bir sentez. *Türk Psikoloji Dergisi, 11*(37), 36-43.

Karakitapoğlu-Aygün, Z., & İmamoğlu, E. O. (2002). Value domains of Turkish adults and university students. *The Journal of Social Psychology, 142*(3), 333-351.

Katzelnick, D. J., & Greist, J. H. (2001). Social anxiety disorder: an unrecognized problem in primary care. *The Journal of Clinical Psychiatry, 62*(Suppl. 1), 11-16.

Katzelnick, D. J., Kobak, K. A., DeLeire, T., Henk, H. J., Greist, J. H., Davidson, J. R., ... & Helstad, C. P. (2001). Impact of generalized social anxiety disorder in managed care. *American Journal of Psychiatry, 158*(12), 1999-2007.

Kawakami, N., Takeshima, T., Ono, Y., Uda, H., Hata, Y., Nakane, Y., ... & Kikkawa, T. (2005). Twelve-month prevalence, severity, and treatment of common mental disorders in communities in Japan: preliminary finding from the World Mental Health Japan Survey 2002–2003. *Psychiatry and Clinical Neurosciences, 59*(4), 441-452.

Keller, M. B. (2003). The lifelong course of social anxiety disorder: a clinical perspective. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 108*, 85-94.

Kenny, D. A., & DePaulo, B. M. (1993). Do people know how others view them? An empirical and theoretical account. *Psychological Bulletin, 114*(1), 145-161.

Kent, G., & Keohane, S. (2001). Social anxiety and disfigurement: The moderating effects of fear of negative evaluation and past experience. *British Journal of Clinical Psychology, 40*(1), 23-34.

Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005a). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV

disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry, 62*(6), 593-602.

Kessler, R. C., Chiu, W. T., Demler, O., & Walters, E. E. (2005b). Prevalence, severity, and comorbidity of 12-month DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry, 62*(6), 617-627.

Kessler, R. C., Stang, P., Wittchen, H. U., Stein, M., & Walters, E. E. (1999). Lifetime co-morbidities between social phobia and mood disorders in the US National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine, 29*(3), 555-567.

Kocovski, N. L., & Endler, N. S. (2000). Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation. *European Journal of Personality, 14*(4), 347-358.

Kocovski, N. L., Endler, N. S., Rector, N. A., & Flett, G. L. (2005). Ruminative coping and post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 43*(8), 971-984.

Kocovski, N. L., & Rector, N. A. (2007). Predictors of post-event rumination related to social anxiety. *Cognitive Behaviour Therapy, 36*(2), 112-122.

Koydemir, S., & Demir, A. (2007). Psychometric properties of the brief verision of the fear of negative evaluation scale in a turkish sample. *Psychological Reports, 100*(3), 883-893.

Koydemir-Özden, S., & Demir, A. (2009). The relationship between perceived parental attitudes and shyness among Turkish youth: Fear of negative evaluation and self-esteem as mediators. *Current Psychology, 28*(3), 169-180.

Krämer, N. C., & Winter, S. (2008). Impression management 2.0: The relationship of self-esteem, extraversion, self-efficacy, and self-presentation within social networking sites. *Journal of Media Psychology, 20*(3), 106-116.

Kroenke, K., Spitzer, R. L., Williams, J. B., Monahan, P. O., & Löwe, B. (2007). Anxiety disorders in primary care: prevalence, impairment, comorbidity, and detection. *Annals of Internal Medicine, 146*(5), 317-325.

Kuo, J. R., Goldin, P. R., Werner, K., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2011). Childhood trauma and current psychological functioning in adults with social anxiety disorder. *Journal of Anxiety Disorders*, *25*(4), 467-473.

Kurzban, R., & Leary, M. R. (2001). Evolutionary origins of stigmatization: the functions of social exclusion. *Psychological Bulletin*, *127*(2), 187-208.

Kuster, F., Orth, U., & Meier, L. L. (2012). Rumination mediates the prospective effect of low self-esteem on depression: A five-wave longitudinal study. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *38*(6), 747-759.

La Greca, A. M., & Harrison, H. M. (2005). Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships: Do they predict social anxiety and depression?. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, *34*(1), 49-61.

La Greca, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: Linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *26*(2), 83-94.

Leary, M. R. (1983). A brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *9*(3), 371-375.

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety*. New York, NY: Guilford Press.

Leary, M. R., Kowalski, R. M., & Campbell, C. D. (1988). Self-presentational concerns and social anxiety: The role of generalized impression expectancies. *Journal of Research in Personality*, *22*(3), 308-321.

Leary, M. R., & Jongman-Sereno, K. P. (2014). Social anxiety as an early warning system: A refinement and extension of the self-presentation theory of social anxiety. In S. G. Hofmann, & P. M. DiBartolo (Eds.). *Social Anxiety* (pp. 579-597). Boston, MA: Academic Press.

Lecrubier, Y. (1998). Comorbidity in social anxiety disorer: Impact on disease burden and management. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *59*(Suppl. 17), 33-38.

Lee, W. E., Wadsworth, M. E. J., & Hotopf, M. (2006). The protective role of trait anxiety: a longitudinal cohort study. *Psychological Medicine*, *36*(3), 345-351.

Leichsenring, F., Salzer, S., Beutel, M. E., Herpertz, S., Hiller, W., Hoyer, J., ... & Ritter, V. (2013). Psychodynamic therapy and cognitive-behavioral therapy in social anxiety disorder: a multicenter randomized controlled trial. *American Journal of Psychiatry*, *170*(7), 759-767.

Lépine, J. P., & Lellouch, J. (1995). Classification and epidemiology of social phobia. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, *244*(6), 290-296.

Lieb, R., Wittchen, H. U., Höfler, M., Fuetsch, M., Stein, M. B., & Merikangas, K. R. (2000). Parental psychopathology, parenting styles, and the risk of social phobia in offspring: a prospective-longitudinal community study. *Archives of General Psychiatry*, *57*(9), 859-866.

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

Liebowitz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J., & Klein, D. F. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General Psychiatry*, *42*(7), 729-736.

Link, B. G., Struening, E. L., Neese-Todd, S., Asmussen, S., & Phelan, J. C. (2001). Stigma as a barrier to recovery: The consequences of stigma for the self-esteem of people with mental illnesses. *Psychiatric Services*, *52*(12), 1621-1626.

Lipton, M. F., Augenstein, T. M., Weeks, J. W., & De Los Reyes, A. (2014). A multi-informant approach to assessing fear of positive evaluation in socially anxious adolescents. *Journal of Child and Family Studies*, *23*(7), 1247-1257.

Liss, M., Schiffrin, H. H., & Rizzo, K. M. (2013). Maternal guilt and shame: The role of self-discrepancy and fear of negative evaluation. *Journal of Child and Family Studies*, *22*(8), 1112-1119.

Lorenz, K. (1981). *The foundations of ethology*. New York, NY: Springer-Verlag.

Lucas, R. E., Diener, E., Grob, A., Suh, E. M., & Shao, L. (2000). Cross-cultural evidence for the fundamental features of extraversion. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*(3), 452-468.

Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of Research in Personality*, *42*(1), 58-82.

Lydiard, R. B. (2001). Social anxiety disorder: Comorbidity and its implications. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *62*(Suppl. 1), 17–24.

MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J. M., West, S. G., & Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychological Methods*, *7*(1), 83-104.

Makkar, S. R., & Grisham, J. R. (2011a). Social anxiety and the effects of negative self-imagery on emotion, cognition, and post-event processing. *Behaviour Research and Therapy*, *49*(10), 654-664.

Makkar, S. R., & Grisham, J. R. (2011b). The predictors and contents of post-event processing in social anxiety. *Cognitive Therapy and Research*, *35*(2), 118-133.

Mannuzza, S., Schneier, F. R., Chapman, T. F., Liebowitz, M. R., Klein, D. F., & Fyer, A. J. (1995). Generalized social phobia: Reliability and validity. *Archives of General Psychiatry, 52*(3), 230-237.

Marks, I. M. (1970). The classification of phobic disorders. *The British Journal of Psychiatry*, *116*(533), 377-386.

Mathews, A. (1990). Why worry? The cognitive function of anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 28*(6), 455-468.

Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society*. Chicago, IL: University of Chicago Press.

Mellings, T. M., & Alden, L. E. (2000). Cognitive processes in social anxiety: The effects of self-focus, rumination and anticipatory processing. *Behaviour Research and Therapy*, *38*(3), 243-257.

Mesagno, C., Harvey, J. T., & Janelle, C. M. (2012). Choking under pressure: The role of fear of negative evaluation. *Psychology of Sport and Exercise*, *13*(1), 60-68.

McEvoy, P. M., Mahoney, A. E., & Moulds, M. L. (2010). Are worry, rumination, and post-event processing one and the same?: Development of the Repetitive Thinking Questionnaire. *Journal of Anxiety Disorders*, *24*(5), 509-519.

McNeil, D. W., Ries, B. J., Taylor, L. J., Boone, M. L., Carter, L. E., Turk, C. L., & Lewin, M. R. (1995). Comparison of social phobia subtypes using Stroop tests. *Journal of Anxiety Disorders*, *9*(1), 47-57.

McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., & Hofmann, S. G. (2011). Gender differences in anxiety disorders: prevalence, course of illness, comorbidity and burden of illness. *Journal of Psychiatric Research*, *45*(8), 1027-1035.

Michael, T., Halligan, S. L., Clark, D. M., & Ehlers, A. (2007). Rumination in posttraumatic stress disorder. *Depression and Anxiety*, *24*(5), 307-317.

Michail, M., & Birchwood, M. (2014). Social anxiety in first-episode psychosis: the role of childhood trauma and adult attachment. *Journal of affective disorders*, *163*, 102-109.

Mocan-Aydın, G. (2000). Western models of counseling and psychotherapy within Turkey: Crossing cultural boundaries. *The Counseling Psychologist*, *28*(2), 281-298.

Neff, K. D. (2003). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, *2*(3), 223-250.

Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self-compassion versus global self-esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, *77*(1), 23-50.

Nesse, R. M. (1990). Evolutionary explanations of emotions. *Human nature*, *1*(3), 261-289.

Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, *100*(4), 569-582.

Nolen-Hoeksema, S. (2000). The role of rumination in depressive disorders and mixed anxiety/depressive symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, *109*(3), 504-511.

Olivares, J., García-López, L. J., Hidalgo, M. D., Turner, S. M., & Beidel, D. C. (1999). The Social Phobia and Anxiety Inventory: Reliability and validity in an adolescent Spanish population. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, *21*(1), 67-78.

Orth, U., Trzesniewski, K. H., & Robins, R. W. (2010). Self-esteem development from young adulthood to old age: a cohort-sequential longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, *98*(4), 645-658.

Öhman, A., Lundqvist, D., & Esteves, F. (2001). The face in the crowd revisited: a threat advantage with schematic stimuli. *Journal of personality and Social Psychology*, *80*(3), 381-396.

Pakriev, S., Vasar, V., Aluoja, A., & Shlik, J. (2000). Prevalence of social phobia in the rural population of Udmurtia. *Nordic Journal of Psychiatry*, *54*(2), 109-113.

Patel, V., Lund, C., Hatherill, S., Plagerson, S., Corrigall, J., Funk, M., & Flisher, A. J. (2010). Mental disorders: equity and social determinants. In E. Balas & A. S. Kurup (Eds.). *Equity, social determinants and public health programmes*, (pp. 115-134). Geneva: WHO.

Paulhus, D. L., & John, O. P. (1998). Egoistic and moralistic biases in self-perception: The interplay of self-deceptive styles with basic traits and motives. *Journal of Personality*, *66*(6), 1025-1060.

Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, *19*(1), 2-21.

Perini, S. J., Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2006). Perception of performance as a mediator in the relationship between social anxiety and negative post-event rumination. *Cognitive Therapy and Research, 30*(5), 645-659.

Pitarch, M. J. G. (2010). Brief version of the Fear of Negative Evaluation Scale–Straightforward Items (BFNE-S): psychometric properties in a Spanish population. *The Spanish Journal of Psychology*, *13*(2), 981-989.

Posner, J., Russell, J. A., & Peterson, B. S. (2005). The circumplex model of affect: An integrative approach to affective neuroscience, cognitive development, and psychopathology. *Development and Psychopathology, 17*(3), 715-734.

Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods, 40*(3), 879-891.

Rachman, S., Grüter-Andrew, J., & Shafran, R. (2000). Post-event processing in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, *38*(6), 611-617.

Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Koivisto, A. M., Tuomisto, M. T., Pelkonen, M., & Marttunen, M. (2007). Age and gender differences in social anxiety symptoms during adolescence: The Social Phobia Inventory (SPIN) as a measure. *Psychiatry Research*, *153*(3), 261-270.

Rapee, R. M., & Hayman, K. (1996). The effects of video feedback on the self-evaluation of performance in socially anxious subjects. *Behaviour Research and Therapy*, *34*(4), 315-322.

Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 35*(8), 741-756.

Rapee, R. M., & Melville, L. F. (1997). Recall of family factors in social phobia and panic disorder: Comparison of mother and offspring reports. *Depression and Anxiety*, *5*(1), 7-11.

Rasmussen, M. K., & Pidgeon, A. M. (2011). The direct and indirect benefits of dispositional mindfulness on self-esteem and social anxiety. *Anxiety, Stress, & Coping*, *24*(2), 227-233.

Räty, L. K., Larsson, G., Söderfeldt, B. A., & Larsson, B. M. W. (2005). Psychosocial aspects of health in adolescence: the influence of gender, and general self-concept. *Journal of Adolescent Health*, *36*(6), 530.e21-530.e28.

Rauch, S. L., Shin, L. M., & Wright, C. I. (2003). Neuroimaging studies of amygdala function in anxiety disorders. *Annals of the New York Academy of Sciences*, *985*(1), 389-410.

Regier, D. A., Rae, D. S., Narrow, W. E., Kaelber, C. T., & Schatzberg, A. F. (1998). Prevalence of anxiety disorders and their comorbidity with mood and addictive disorders. *The British Journal of Psychiatry*, *173*(Suppl. 34), 24-28.

Reichenberger, J., Wiggert, N., Wilhelm, F. H., Liedlgruber, M., Voderholzer, U., Hillert, A., ... & Blechert, J. (2019). Fear of negative and positive evaluation and reactivity to social-evaluative videos in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*, *116*, 140-148.

Reichenberger, J., Wiggert, N., Wilhelm, F. H., Weeks, J. W., & Blechert, J. (2015). "Don't put me down but don't be too nice to me either": Fear of positive vs. negative evaluation and responses to positive vs. negative social-evaluative films. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, *46*, 164-169.

Ridgers, N. D., Fazey, D. M., & Fairclough, S. J. (2007). Perceptions of athletic competence and fear of negative evaluation during physical education. *British Journal of Educational Psychology*, *77*(2), 339-349.

Rodebaugh, T. L., Weeks, J. W., Gordon, E. A., Langer, J. K., & Heimberg, R. G. (2012). The longitudinal relationship between fear of positive evaluation and fear of negative evaluation. *Anxiety, Stress & Coping*, *25*(2), 167-182.

Rodebaugh, T. L., Holaway, R. M., & Heimberg, R. G. (2004a). The treatment of social anxiety disorder. *Clinical Psychology Review*, *24*(7), 883-908.

Rodebaugh, T. L., Woods, C. M., Thissen, D. M., Heimberg, R. G., Chambless, D. L., & Rapee, R. M. (2004b). More information from fewer questions: the factor structure and item properties of the original and brief fear of negative evaluation scale. *Psychological Assessment*, *16*(2), 169-181.

Roese, N. J., & Olson, J. M. (1993). Self-esteem and counterfactual thinking. *Journal of Personality and Social Psychology*, *65*(1), 199-206.

Romans, S., Cohen, M., & Forte, T. (2011). Rates of depression and anxiety in urban and rural Canada. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *46*(7), 567-575.

Rosen, S., & Tesser, A. (1972). Fear of negative evaluation and the reluctance to transmit bad news. *Journal of Communication*, *22*(2), 124-141.

Rosenbaum, J. F., Biederman, J., Bolduc-Murphy, E. A., Faraone, S. V., Chaloff, J., Hirshfeld, D. R., & Kagan, J. (1993). Behavioral inhibition in childhood: A risk factor for anxiety disorders. *Harvard Review of Psychiatry*, *1*(1), 2-16.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.

Rosenberg, M., Schooler, C., Schoenbach, C., & Rosenberg, F. (1995). Global self-esteem and specific self-esteem: Different concepts, different outcomes. *American Sociological Review*, 141-156.

Ross, L., Lepper, M. R., & Hubbard, M. (1975). Perseverance in self-perception and social perception: biased attributional processes in the debriefing paradigm. *Journal of Personality and Social Psychology*, *32*(5), 880-892.

Ross, M., & Wilson, A. E. (2002). It feels like yesterday: Self-esteem, valence of personal past experiences, and judgments of subjective distance. *Journal of Personality and Social Psychology*, *82*(5), 792-803.

Ruscio, A. M., Brown, T. A., Chiu, W. T., Sareen, J., Stein, M. B., & Kessler, R. C. (2008). Social fears and social phobia in the USA: results from the National Comorbidity Survey Replication. *Psychological Medicine*, *38*(1), 15-28.

Scheier, M. F., Carver, C. S., & Bridges, M. W. (1994). Distinguishing optimism from neuroticism (and trait anxiety, self-mastery, and self-esteem): a reevaluation of the Life Orientation Test. *Journal of Personality and Social Psychology*, *67*(6), 1063-1078.

Schermelleh-Engel, K., Moosbrugger, H., & Müller, 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.

Schlenker, B. R., & Leary, M. R. (1982). Social anxiety and self-presentation: A conceptualization model. *Psychological Bulletin*, *92*(3), 641-669.

Schneier, F. R. (2006). Social anxiety disorder. *New England Journal of Medicine*, *355*(10), 1029-1036.

Schneier, F. R., Heckelman, L. R., Garfinkel, R., Campeas, R., Fallon, B. A., Gitow, A., ... & Liebowitz, M. R. (1994). Functional impairment in social phobia. *The Journal of Clinical Psychiatry*, *55*(8), 322-331.

Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M. M. (1992). Social phobia: comorbidity and morbidity in an epidemiologic sample. *Archives of General Psychiatry*, *49*(4), 282-288.

Schmidt, N. B., Richey, J. A., Buckner, J. D., & Timpano, K. R. (2009). Attention training for generalized social anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, *118*(1), 5-14.

Schmitz, J., Krämer, M., & Tuschen-Caffier, B. (2011). Negative post-event processing and decreased self-appraisals of performance following social stress in childhood social anxiety: An experimental study. *Behaviour Research and Therapy*, *49*(11), 789-795.

Segrin, C., & Kinney, T. (1995). Social skills deficits among the socially anxious: Rejection from others and loneliness. *Motivation and Emotion*, *19*(1), 1-24.

Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, *46*(3), 407-441.

Shen, Y. C., Zhang, M. Y., Huang, Y. Q., He, Y. L., Liu, Z. R., Cheng, H., ... & Kessler, R. C. (2006). Twelve-month prevalence, severity, and unmet need for treatment of mental disorders in metropolitan China. *Psychological Medicine*, *36*(2), 257-267.

Shevlin, M., & Miles, J. N. (1998). Effects of sample size, model specification and factor loadings on the GFI in confirmatory factor analysis. *Personality and Individual Differences*, *25*(1), 85-90.

Shrauger, J. S., & Schoeneman, T. J. (1979). Symbolic interactionist view of self-concept: Through the looking glass darkly. *Psychological Bulletin*, *86*(3), 549-573.

Simon, G., Ormel, J., VonKorff, M., & Barlow, W. (1995). Health care costs associated with depressive and anxiety disorders in primary care. *The American Journal of Psychiatry*, *152*(3), 352-357.

Somers, J. M., Goldner, E. M., Waraich, P., & Hsu, L. (2006). Prevalence and incidence studies of anxiety disorders: a systematic review of the literature. *The Canadian Journal of Psychiatry*, *51*(2), 100-113.

Soohinda, G., & Sampath, H. (2016). Social Phobia Among School Students-Prevalence, Demographic Correlates and Socio-academic Impairment. *Journal of Indian Association for Child & Adolescent Mental Health*, *12*(3), 211-229.

Sowislo, J. F., & Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, *139*(1), 213-240.

Soykan, Ç., Özgüven, H. D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, *93*, 1059-1069.

Sparrevohn, R. M., & Rapee, R. M. (2009). Self-disclosure, emotional expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *47*(12), 1074-1078.

Spence, S. H., Donovan, C., & Brechman-Toussaint, M. (1999). Social skills, social outcomes, and cognitive features of childhood social phobia. *Journal of Abnormal Psychology, 108*(2), 211-221.

Steiger, J. H. (2007). Understanding the limitations of global fit assessment in structural equation modeling. *Personality and Individual Differences, 42*(5), 893-898.

Stein, M. B. (1998). Neurobiological perspectives on social phobia: from affiliation to zoology. *Biological Psychiatry, 44*(12), 1277-1285.

Stein, M. B., Fuetsch, M., Müller, N., Höfler, M., Lieb, R., & Wittchen, H. U. (2001). Social anxiety disorder and the risk of depression: a prospective community study of adolescents and young adults. *Archives of General Psychiatry, 58*(3), 251-256.

Stein, M. B., & Stein, D. J. (2008). Social anxiety disorder. *The Lancet, 371*(9618), 1115-1125.

Stein, M. B., Walker, J. R., & Forde, D. R. (1996). Public-speaking fears in a community sample: Prevalence, impact on functioning, and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry, 53*(2), 169-174.

Stopa, L., & Clark, D. M. (1993). Cognitive processes in social phobia. *Behaviour Research and Therapy, 31*(3), 255-267.

Storch, E. A., Brassard, M. R., & Masia-Warner, C. L. (2003). The relationship of peer victimization to social anxiety and loneliness in adolescence. *Child Study Journal, 33*(1), 1-19.

Suh, E., Diener, E., Oishi, S., & Triandis, H. C. (1998). The shifting basis of life satisfaction judgments across cultures: Emotions versus norms. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(2), 482-493.

Sunar, D., & Fişek, G. (2005). Contemporary Turkish families. In U. Gielen & J. Roopnarine (Eds.). *Families in Global Perspective* (pp. 169-183). Boston, MA: Pearson.

Sübaşı, G. (2007). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, *32*(144), 3-15.

Sümer, N., & Şendağ, M. A. (2009). Orta Çocukluk Döneminde Ebeveynlere Bağlanma, Benlik Algısı ve Kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, *24*(63), 86-101.

Şahin, N. H., Batıgün, A. D., & Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *12*(2), 107-113.

Şahin, N. H., & Şahin, N. (1992). Adolescent guilt, shame, and depression in relation to sociotropy and autonomy. *Presented at the World Congress of Cognitive Therapy*, (pp. 17-21). Toronto, ON: Canada.

Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics* (6th ed.). Boston, MA: Pearson.

Talavera, D. C., Paulus, D. J., Garza, M., Ochoa-Perez, M., Lemaire, C., Valdivieso, J., ... & Walker, R. (2018). Subjective social status and rumination in relation to anxiety and depressive symptoms and psychopathology among economically disadvantaged Latinos in primary care. *American Journal of Orthopsychiatry*, *88*(2), 169-179.

Tavoli, A., Melyani, M., Bakhtiari, M., Ghaedi, G. H., & Montazeri, A. (2009). The Brief Fear of Negative Evaluation Scale (BFNE): translation and validation study of the Iranian version. *BMC Psychiatry*, *9*(1), 42.

Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: a social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, *103*(2), 193.

Taylor, S. E., Klein, L. C., Lewis, B. P., Gruenewald, T. L., Gurung, R. A., & Updegraff, J. A. (2000). Biobehavioral responses to stress in females: tend-and-befriend, not fight-or-flight. *Psychological Review*, *107*(3), 411.

Teachman, B. A., & Allen, J. P. (2007). Development of social anxiety: Social interaction predictors of implicit and explicit fear of negative evaluation. *Journal of Abnormal Child Psychology*, *35*(1), 63-78.

Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, *27*(3), 247-259.

Trower, P., & Gilbert, P. (1989). New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. *Clinical Psychology Review*, *9*(1), 19-35.

Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, *29*(1), 89-106.

Turner, S. M., Beidel, D. C., & Townsley, R. M. (1992). Social phobia: a comparison of specific and generalized subtypes and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, *101*(2), 326-331.

Ullman, J. B., & Bentler, P. M. (2012). Structural equation modeling. In I. Weiner, J. A. Schinka & W. F. Velicer (Eds.). *Handbook of Psychology, Second Edition, 2*, (pp. 661-690). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.

Van Tuijl, L. A., de Jong, P. J., Sportel, B. E., de Hullu, E., & Nauta, M. H. (2014). Implicit and explicit self-esteem and their reciprocal relationship with symptoms of depression and social anxiety: a longitudinal study in adolescents. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, *45*(1), 113-121.

Vertue, F. M. (2003). From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder. *Personality and Social Psychology Review*, *7*(2), 170-191.

Vicente, B., Kohn, R., Rioseco, P., Saldivia, S., Levav, I., & Torres, S. (2006). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R disorders in the Chile psychiatric prevalence study. *American Journal of Psychiatry*, *163*(8), 1362-1370.

Vorcaro, C. M. R., Rocha, F. L., Uchoa, E., & Lima-Costa, M. F. (2004). The burden of social phobia in a Brazilian community and its relationship with socioeconomic circumstances, health status and use of health services: the Bambui study. *International Journal of Social Psychiatry*, *50*(3), 216-226.

Wakefield, J. C. (1999). Evolutionary versus prototype analyses of the concept of disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 108*(3), 374-399.

Wakefield, J. C. (2007). The concept of mental disorder: diagnostic implications of the harmful dysfunction analysis. *World Psychiatry, 6*(3), 149-156.

Wallace, S. T., & Alden, L. E. (1995). Social anxiety and standard setting following social success or failure. *Cognitive Therapy and Research, 19*(6), 613-631.

Wallace, S. T., & Alden, L. E. (1997). Social phobia and positive social events: The price of success. *Journal of Abnormal Psychology, 106*(3), 416-424.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33*(4), 448-457.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Fresco, D. M., Hart, T. A., Turk, C. L., Schneier, F. R., & Liebowitz, M. R. (2005). Empirical validation and psychometric evaluation of the Brief Fear of Negative Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological Assessment, 17*(2), 179-190.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., & Rodebaugh, T. L. (2008). The Fear of Positive Evaluation Scale: Assessing a proposed cognitive component of social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders, 22*(1), 44-55.

Weeks, J. W., Heimberg, R. G., Rodebaugh, T. L., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2012). Psychometric evaluation of the Fear of Positive Evaluation Scale in patients with social anxiety disorder. *Psychological Assessment, 24*(2), 301-312.

Wei, J., Zhang, C., Li, Y., Xue, S., & Zhang, J. (2015). Psychometric properties of the Chinese version of the Fear of Negative Evaluation Scale-Brief (BFNE) and the BFNE-Straightforward for middle school students. *PloS One, 10*(3), e0115948.

Weijters, B., Geuens, M., & Schillewaert, N. (2009). The proximity effect: The role of inter-item distance on reverse-item bias. *International Journal of Research in Marketing, 26*(1), 2-12.

Weiller, E., Bisserbe, J. C., Boyer, P., Lepine, J. P., & Lecrubier, Y. (1996). Social phobia in general health care: an unrecognised undertreated disabling disorder. *The British Journal of Psychiatry*, *168*(2), 169-174.

Weiten, W. (2012). *Psychology: Themes and variations* (9th ed.). Belmont, CA: Wadsworth/Cengage Learning.

Wells, A., & Sembi, S. (2004). Metacognitive therapy for PTSD: A core treatment manual. *Cognitive and Behavioral Practice*, *11*(4), 365-377.

Wells, A., Clark, D. M., Salkovskis, P., Ludgate, J., Hackmann, A., & Gelder, M. (1995). Social phobia: The role of in-situation safety behaviors in maintaining anxiety and negative beliefs. *Behavior Therapy*, *26*(1), 153-161.

Wells, A., & Papageorgiou, C. (1998). Social phobia: Effects of external attention on anxiety, negative beliefs, and perspective taking. *Behavior therapy*, *29*(3), 357-370.

Wheaton, B., Muthen, B., Alwin, D. F., & Summers, G. F. (1977). Assessing reliability and stability in panel models. *Sociological Methodology*, *8*, 84-136.

Wieser, M. J., Pauli, P., Weyers, P., Alpers, G. W., & Mühlberger, A. (2009). Fear of negative evaluation and the hypervigilance-avoidance hypothesis: an eye-tracking study. *Journal of Neural Transmission*, *116*(6), 717-723.

Williams, D. R., Herman, A., Stein, D. J., Heeringa, S. G., Jackson, P. B., Moomal, H., & Kessler, R. C. (2008). Twelve-month mental disorders in South Africa: prevalence, service use and demographic correlates in the population-based South African Stress and Health Study. *Psychological Medicine*, *38*(2), 211-220.

Williams, J., & MacKinnon, D. P. (2008). Resampling and distribution of the product methods for testing indirect effects in complex models. *Structural Equation Modeling*, *15*(1), 23-51.

Winton, E. C., Clark, D. M., & Edelmann, R. J. (1995). Social anxiety, fear of negative evaluation and the detection of negative emotion in others. *Behaviour Research and Therapy*, *33*(2), 193-196.

Wittchen, H. U., & Fehm, L. (2003). Epidemiology and natural course of social fears and social phobia. *Acta Psychiatrica Scandinavica, 108,* 4-18.

Wittchen, H. U., Fuetsch, M., Sonntag, H., Müller, N., & Liebowitz, M. (2000). Disability and quality of life in pure and comorbid social phobia. Findings from a controlled study. *European Psychiatry, 15*(1), 46-58.

Wittchen, H. U., Jacobi, F., Rehm, J., Gustavsson, A., Svensson, M., Jönsson, B., … Steinhausen, H. C. (2011). The size and burden of mental disorders and other disorders of the brain in Europe 2010. *European Neuropsychopharmacology, 21*(9), 655–679.

Wittchen, H. U., Stein, M. B., & Kessler, R. C. (1999). Social fears and social phobia in a community sample of adolescents and young adults: prevalence, risk factors and co-morbidity. *Psychological Medicine, 29*(2), 309-323.

Zhao, X., Lynch Jr, J. G., & Chen, Q. (2010). Reconsidering Baron and Kenny: Myths and truths about mediation analysis. *Journal of Consumer Research, 37*(2), 197-206.

Zimbardo, P. G., Pilkonis, P. A., & Norwood, R. M. (1974). *The silent prison of shyness* (Office of Naval Research Technical Report No. 2-17). Stanford, CA: Stanford University.

Zou, J. B., & Abbott, M. J. (2012). Self-perception and rumination in social anxiety. *Behaviour Research and Therapy, 50*(4), 250-257.

EKLER

EK A

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU (ÇALIŞMA 1 VE 2)

Biyolojik Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

Yaşınız:

Şuan Yaşadığınız Şehir:

Okuduğunuz Üniversite:

Devam Ettiğiniz Bölüm:

Medeni Durumunuz: ( ) Evli ( ) Bekar ( ) Boşanmış

Çalışıyor musunuz?: ( ) Evet ( ) Hayır

Algılanan Gelir Düzeyi (Ekonomik Durumunuz): ( ) Düşük ( ) Orta ( )Yüksek

Annenizin Eğitim Düzeyi: 1) Okur yazar değil

2) Okur yazar

3) İlkokul

4) Ortaokul

5) Lise

6) Ön Lisans

7) Lisans

8) Yüksek Lisans

9) Doktora

Babanızın Eğitim Düzeyi: 1) Okur yazar değil

2) Okur yazar

3) İlkokul

4) Ortaokul

5) Lise

6) Ön Lisans

7) Lisans

8) Yüksek Lisans

9) Doktora

Kardeş Sayınız: ( ) Yok ( ) 1 ( ) 2 ( ) 3 ( ) 4 ve daha fazla

Aile Tipi: ( ) Çekirdek Aile ( ) Geniş Aile

Yetiştiğiniz Yer: ( ) Köy ( ) İlçe ( ) İl

Ebevenylerin evlilik durumu: ( ) Beraberler ( ) Boşandılar ( ) Ayrı yaşıyorlar

Herhangi kronik bir rahatsızlığınız var mı?

( ) Evet (Belirtiniz.....) ( ) Hayır

Herhangi bir ilaç kullanyor musunuz?

( ) Evet (Belirtiniz.....) ( ) Hayır

Herhangi bir psikolojik rahatsızlığınız var mı?

( ) Evet (Belirtiniz.....) ( ) Hayır

Son 6 ay içinde travmatik bir olay yaşadınız mı?

( ) Evet ( ) Hayır

EK B

OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU-II (ODKÖK-II)

Lütfen her bir maddeye ne kadar katıldığınızı gösteren en uygun sayıyı daire içine alınız.

	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Biraz Uygun	Bana Kısmen Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun
1. Hiçbir şeyi değiştirmeyeceğini bilsem bile diğer insanların benimle ilgili düşündükleri hakkında endişelenirim.	1	2	3	4	5
2. İnsanların benimle ilgili olumsuz bir izlenime sahip olması beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5
3. Sıklıkla diğer insanların benim kusurlarımı fark edecek olmalarından korkarım.	1	2	3	4	5
4. İnsanlar üzerinde ne tür bir izlenim bıraktığım hakkında endişelenirim.	1	2	3	4	5
5. Diğer insanların beni onaylamayacağından korkarım	1	2	3	4	5
6. Diğer insanlar bende bir kusur bulacaklar diye korkarım.	1	2	3	4	5
7. Diğer insanların benimle ilgili düşünceleri hakkında endişelenirim.	1	2	3	4	5
8. Biriyle konuşurken benim hakkımda ne düşündüğü konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5

9. Genellikle ne tür bir izlenim bıraktığımla ilgili endişenelenirim.	1	2	3	4	5
10. Eğer birinin beni yargıladığını bilirsem, bu beni rahatsız eder.	1	2	3	4	5
11. Bazen diğer insanların benim hakkımda ne düşündükleri konusunda çok fazla kafa yorduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
12. Yanlış şeyler söyleyeceğim ya da yapacağım diye sıklıkla endişe duyarım.	1	2	3	4	5

EK C

OLUMSUZ DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ KISA FORMU-DÜZ MADDELER (ODKÖK-D)

Lütfen her bir maddeye ne kadar katıldığınızı gösteren en uygun sayıyı daire içine alınız.

	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Biraz Uygun	Bana Kısmen Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun
1. Hiçbir şeyi değiştirmeyeceğini bilsem bile diğer insanların benimle ilgili düşündükleri hakkında endişelenirim.	1	2	3	4	5
2. Sıklıkla diğer insanların benim kusurlarımı fark edecek olmalarından korkarım.	1	2	3	4	5
3. Diğer insanların beni onaylamayacağından korkarım.	1	2	3	4	5
4. Diğer insanlar bende bir kusur bulacaklar diye korkarım.	1	2	3	4	5
5. Biriyle konuşurken benim hakkımda ne düşündüğü konusunda endişelenirim.	1	2	3	4	5
6. Genellikle ne tür bir izlenim bıraktığımla ilgili endişenelenirim.	1	2	3	4	5
7. Bazen diğer insanların benim hakkımda ne düşündükleri konusunda çok fazla kafa yorduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5
8. Yanlış şeyler söyleyeceğim ya da yapacağım diye sıklıkla endişe duyarım.	1	2	3	4	5

EK D

OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSU ÖLÇEĞİ (OLKÖ)

Lütfen her bir maddeye ne kadar katıldığınızı gösteren en uygun seçeneği işaretleyiniz.

	Maddeler	**Hiç Uygun Değil**	**Uygun Değil**	**Biraz Uygun**	**Uygun**	**Tamamen Uygun**
1	Başkalarını etkileyeceğimi bilsem bile yeteneklerimi sergileme konusunda kendimi rahatsız hissederim.					
2	Etkilendiğim birisinden bir iltifat almak beni endişelendirir.					
3	Diğer insanların ilgisini çekmeyecek, onlara kim olduğum hakkında çok az bilgi verecek giysiler seçerim.					
4	Otorite konumundaki kişilerden bir övgü aldığımda kendimi rahatsız hissederim.					
5	Eğer bir grupta diğer insanların ilginç bulacağını düşündüğüm bir şeyler varsa anlatırım.					
6	Eğer birisinden bir iltifat alacaksam bunu başkalarının da olduğu bir ortamdan çok, o kişiyle yalnızken almayı tercih ederim.					
7	Başkalarının önünde iyi bir şey yaparsam, gerçekten çok iyi yapıp yapmadığımı merak ederim.					
8	İnsanlar bana iltifat ettiklerinde genellikle kendimi rahatsız hissederim.					

9	Hayranlık uyandırdığımı bilsem de herkesin içinde dikkat çekmekten hoşlanmam.					
10	Sıklıkla kendimi takdir edilmemiş hisseder, insanların olumlu özelliklerimle ilgili daha fazla yorum yapmalarını isterim.					

EK E

LIEBOWITZ SOSYAL KAYGI ÖLÇEĞİ (LSKÖ)

LIEBOWITZ SKALASI		
Uyarılar: Tüm seçeneklere geçen haftayı düşünerek-bugün de dahil olacak şekilde puan veriniz. Eğer durumlardan biri geçen hafta içerisinde oluşmadıysa, bu durumla karşılaştığınızda göstereceğiniz tepkiyi puanlayınız. Her bir durum için (yaşanmış olan ya da yaşanmış olduğu varsayılan) hem "korku ya da anksiyete"nin derecesini hem de "kaçınma" sıklığını puanlayınız.		
	Korku ya da anksiyete 1. Yok ya da çok hafif 2. Hafif 3. Orta derecede 4. Şiddetli	**Kaçınma** 1. Kaçınma yok ya da çok ender 2. Zaman zaman kaçınırım 3. Çoğunlukla kaçınırım 4. Her zaman kaçınırım
1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak		
2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak		
3. Dikkatleri üzerinde toplamak		
4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak		
5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak		
6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek		

7. Kendisinden daha yetenekli biriyle konuşmak		
8. Satın aldığı bir malı, ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek		
9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi		
10. Gözlendiği sırada çalışmak		
11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak		
12. Bir eğlenceye gitmek		
13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak		
14. Yetenek, beceri ya da bilginin sınanması		
15. Gözlendiği sırada yazı yazmak		
16. Çok iyi tanımadığı biriyle telefonda konuşmak		
17. Umumi yerlerde yemek yemek		
18. Evde misafir ağırlamak		
19. Küçük bir grup faaliyetine katılmak		
20. Umumi yerlerde bir şeyler içmek		
21. Umumi telefonları kullanmak		
22- Yabancılarla konuşmak		
23. Satış elemanının yoğun baskısına karşı koymak		
24. Umumi tuvalette idrar yapmak		

EK F

ROSENBERG BENLİK SAYGISI ÖLÇEĞİ (RSBÖ)

Lütfen her bir maddeyi dikkatlice okuyarak size en uygun olan seçeneği işaretleyiniz.

1) Kendimi en az diğer insanlar kadar değerli buluyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
2) Bazı olumlu özelliklerim olduğunu düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
3) Genelde kendimi başarısız bir kişi olarak görme eğilimindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
4) Ben de diğer insanların birçoğunun yapabildiği kadar birşeyler yapabilirim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
5) Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
6) Kendime karşı olumlu bir tutum içindeyim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
7) Genel olarak kendimden memnunum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

8) Kendime karşı daha fazla saygı duyabilmeyi isterdim.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
9) Bazen kesinlikle kendimin bir işe yaramadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış
10) Bazen kendimin hiç de yeterli bir insan olmadığını düşünüyorum.
   a) Çok doğru
   b) Doğru
   c) Yanlış
   d) Çok yanlış

EK G

SOSYAL KARŞILAŞTIRMA ÖLÇEĞİ (SKÖ)

Sizin de bildiğiniz gibi, hepimiz zaman zaman kendimizi diğer insanlarla karşılaştırır ve bazı değerlendirmeler yaparız. Bu değerlendirmeler sonucunda kendimizle ilgili bazı fikirler ediniriz. Sizin de kendinizle ilişkili bazı görüşleriniz mutlaka vardır. Lütfen, aşağıdaki sıfatların herbirinde, sizi en iyi yansıtan rakamın üzerine (X) işareti koyunuz.

(1) Sol taraftaki boyuta en yakın olmayı ifade eder.
(6) Sağ taraftaki boyuta en yakın olmayı ifade eder.

Sol						Sağ
1. Yetersiz	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Yeterli/Üstü**
2. Beceriksiz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Becerikli
3. Başarısız	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Başarılı**
4. Sevilmeyen biri	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Sevilen biri
5. İçedönük	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Dışadönük**
6. Yalnız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Yalnız değil
7. Dışta bırakılmış	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Kabul edilmiş**
8. Sabırsız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Sabırlı
9. Hoşgörüsüz	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Hoşgörülü**
10. Söyleneni Yapan	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	İnsiyatif sahibi
11. Korkak	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Cesur**
12. Kendine güvensiz	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Kendine güvenli
13. Çekingen	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Atılgan**
14. Dağınık	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Düzenli
15. Pasif	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Aktif**
16. Kararsız	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Kararlı
17. Antipatik	**(1)**	**(2)**	**(3)**	**(4)**	**(5)**	**(6)**	**Sempatik**
18. Boyuneğici	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	Hakkını arayıcı

EK H

TEKRARLAYICI DÜŞÜNME ÖLÇEĞİ (TDÖ)

Yönerge (TDÖ): Şimdi, lütfen yukarıda tarif ettiğiniz olayla ilgili olarak aşağıdaki soruları yanıtlayınız. Olaydan sonraki yaşantınız konusunda her bir ifadenin sizin için ne kadar geçerli olduğunu işaretleyiniz.

Derecelendirme: 1. Hiç, 2. 2, 3. Biraz, 4. 4, 5. Çok

1. Bu olay tekrar tekrar aklınıza geldi ya da gözünüzün önünden gitmedi, bu da sizin giderek daha kötü hissetmenize yol açtı.	1	2	3	4	5
2. Bu olayla ilgili daha fazla yapabileceğiniz bir şey olmadığı için hiç düşünmediniz.	1	2	3	4	5
3. Hüzünlü müzik dinlediniz.	1	2	3	4	5
4. Aklınızdan, zamanı geriye çevirip o soruna daha iyi bir çözüm bulma düşüncesi ya da hayali geçti.	1	2	3	4	5
5. Bütün yetersizlikleriniz, başarısızlıklarınız ve hatalarınız aklınızdan geçti.	1	2	3	4	5
6. Duygularınız hakkında düşünmek için tek başınıza bir yerlere gittiniz.	1	2	3	4	5
7. Düşünceleriniz sizi bunalttı.	1	2	3	4	5
8. "Başkalarında olmayan sorunlar bende niye var?" gibi düşünceleriniz oldu.	1	2	3	4	5
9. Baskı altındayken o olayla ilgili çok şey düşündünüz.	1	2	3	4	5
10. Bu olay, istemediğiniz halde aklınızdan tekrar geçti.	1	2	3	4	5
11. "Berbat hissettiğim için işimi gücümü yapamayacağım" diye düşündünüz.	1	2	3	4	5
12. Bir köşeye çekilerek neden böyle hissettiğinizi düşündünüz.	1	2	3	4	5
13. Bu olaya benzer durumlardan artık uzak durma kararı vermenizle sonuçlanan düşünceleriniz oldu.	1	2	3	4	5
14. Olayla ilgili sıkıntılı düşünceleri aklınızdan kolayca uzaklaştırdınız.	1	2	3	4	5
15. Bu olay sonrasında "Niye bıraktığım yerden devam edemiyorum" diye düşünüp durdunuz.	1	2	3	4	5
16. Unutulması zor olan o olay hakkında düşünceleriniz oldu.	1	2	3	4	5
17. Kafanız sürekli meşguldü.	1	2	3	4	5
18. Olayı düşünme eğiliminde değildiniz.	1	2	3	4	5

Derecelendirme: 1. Hiç, 2. 2, 3. Biraz, 4. 4, 5. Çok

19. Olayı düşünmeye bir kere başlayınca duramıyordunuz.	1	2	3	4	5
20. Her şeyi yapmaya yetecek zamanınız yoktu, bu yüzden sonrasında olayı hiç düşünmediniz.	1	2	3	4	5
21. Kendinizi çok yalnız hissettiğinizi düşündünüz.	1	2	3	4	5
22. Olay yaşanıp bittikten sonra hakkında çok fazla düşündünüz.	1	2	3	4	5
23. Olayı bir süredir düşündüğünüzü fark ettiniz.	1	2	3	4	5
24. Olayla ilgili, karşı koymaya çalıştığınız düşünceleriniz oldu.	1	2	3	4	5
25. Kendinize ne kadar kızgın olduğunuzu düşündünüz.	1	2	3	4	5
26. Sürekli o olayı düşündünüz.	1	2	3	4	5
27. Tümüyle bitene kadar bu olayı düşündünüz.	1	2	3	4	5
28. Olay hakkında düşünmemeniz gerektiğini biliyordunuz ama bundan kendinizi alamadınız.	1	2	3	4	5
29. Kendi kendinize “Neden hep böyle tepkiler gösteriyorum?” diye sordunuz.	1	2	3	4	5
30. Olayla ilgili “Keşke daha iyi sonuçlansaydı” diye düşündünüz.	1	2	3	4	5
31. Bu olay sizi gerçekten düşünmeye sevk etti.	1	2	3	4	5

EK I

POZİTİF VE NEGATİF DUYGU ÖLÇEĞİ (NEGATİF MADDELER)

Yönerge 1: Sıkıntılı veya mutsuz olduğunuz son bir olayı hatırlamaya çalışın. Ne olmuştu, ne yapmıştınız kısaca tarif edin.

Yönerge 2 : O anda ve durumda nasıl hissettiğinizi düşünün. Aşağıdaki duyguları ne derecede hissettiğinizi işaretleyin.

1 (Çok az veya Hiç) ile 5 (Çok fazla) arasında işaretleyiniz.

	1	**2**	**3**	**4**	**5**
1. Sıkıntılı	( )	( )	( )	( )	( )
2. Mutsuz	( )	( )	( )	( )	( )
3. Suçlu	( )	( )	( )	( )	( )
4. Ürkmüş	( )	( )	( )	( )	( )
5. Düşmanca	( )	( )	( )	( )	( )
6. Asabi	( )	( )	( )	( )	( )
7. Utanmış	( )	( )	( )	( )	( )
8. Sinirli	( )	( )	( )	( )	( )
9. Tedirgin	( )	( )	( )	( )	( )
10. Korkmuş	( )	( )	( )	( )	( )

EK J

ETİK KURUL ONAY BELGESİ

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ (AYBÜ)
ETİK KURULU
PROJE ONAY BELGESİ

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji bölümü öğrencilerinden Battal Göktürk GÖK'ün, Sosyal Kaygı İçin Kavramsallaştırma ve Modelleme Çalışması adlı araştırması değerlendirilmiştir.

Proje etik açısından uygun bulunmuştur. [X]
Proje etik açısından geliştirilmesi gerekmektedir. [ ]
Proje etik açısından uygun bulunmamıştır. [ ]

AYBÜ ETİK KURULU KARARI (Etik Kurul tarafından doldurulacaktır)	
Araştırma kodu (Yıl – Araştırma sıra no)	2018-214
Başvuru formunun Etik Kurula ulaştığı tarih	24.05.2018
Etik Kurul Karar toplantı tarihi ve karar no	28.06.2018/14
Yer	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Esenboğa Külliyesi
Katılımcılar	Formda imzası bulunan üyelerimiz toplantıya katılmıştır.

KURUL BAŞKANI, BAŞKAN YARDIMCISI VE ÜYELER:

		İMZA
Prof. Dr. Cem Şafak ÇUKUR	**Başkan**	
Prof. Dr. Tekin AKDEMİR	**Bşk. Yrd.**	
Prof. Dr. Necmiye ÜN YILDIRIM	**Üye**	
Prof. Dr. Seldağ GÜNEŞ PESCHKE	**Üye**	
Dr. Ögr. Üyesi Özge GÖKBULUT ÖZDEMİR	**Üye**	
Dr. Ögr. Üyesi Fatma DOĞAN GÜZEL	**Üye**	
Dr. Ögr. Üyesi Behlül TOKUR	**Üye**	
Dr. Ögr. Üyesi Şule KAYA	**Üye**	
Dr. Ögr. Üyesi Birgül ÖZKAN	**Üye**	

10

EK K

TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

ENSTİTÜ

Fen Bilimleri Enstitüsü ☐

Sosyal Bilimler Enstitüsü ☐

YAZARIN

Soyadı : Gök

Adı : Battal Göktürk

Bölümü: Klinik Psikoloji

TEZİN ADI (İngilizce): A CONCEPTUALIZATION AND MODELLING STUDY FOR SOCIAL ANXIETY

TEZİN TÜRÜ: Yüksek Lisans ☐ Doktora ☐

1. Tezimin tamamından kaynak gösterilmek şartıyla fotokopi alınabilir. ☐

2. Tezimin içindekiler sayfası, özet, indeks sayfalarından ve/veya bir bölümünden kaynak gösterilmek şartıyla fotokopi alınabilir. ☐

3. Tezimden bir (1) yıl süreyle fotokopi alınamaz. ☐

TEZİN KÜTÜPHANEYE TESLİM TARİHİ: