ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN UTANÇ VE SUÇLULUK DUYGULARINA YATKINLIKLARI İLE SOSYAL ANKSİYETE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Muhammed Salih Kılınçer
151106122

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji (Opsiyon: Klinik Psikolojisi) Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Yaşar Barut

İstanbul

T.C. Maltepe Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Şubat, 2019

JURİ VE ENSTİTÜ ONAYI

JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI

Muhammed Salih KILINÇER' in "**Üniversite Öğrencilerinin Utanç ve Suçluluk Duygularına Yatkınlıkları İle Sosyal Anksiyete İlişkisinin İncelenmesi**" başlıklı tezi 12/02/2019 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından değerlendirilerek "Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliği" nin ilgili maddeleri uyarınca, Psikoloji Anabilim Dalında Yüksek Lisans/~~Doktora~~ tezi **oy birliğiyle / ~~oy çokluğuyla~~, başarılı / ~~başarısız~~** olarak kabul edilmiştir.

	Unvanı. Adı ve Soyadı	İmza
Üye (Tez Danışmanı) (19 Mayıs Üniversitesi)	: Dr. Öğr. Üyesi Yaşar BARUT	.....
Üye	: Doç. Dr. Ferzan CURUN	.....
Üye	: Dr. Öğr. Üyesi Seda ERZİ	.....

Doç. Dr. Ahu TUNÇEL ÖNKAL
Enstitü Müdürü

maltepe üniversitesi	ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI	Doküman No	FR-178
		İlk Yayın Tarihi	01.03.2018
		Revizyon Tarihi	
		Revizyon No	00
		Sayfa	1/1

Revizyon Takip Tablosu

REVİZYON NO	TARİH	AÇIKLAMA
00	01.03.2018	İlk yayın.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI

12/02/2019

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarından bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; çalışmanın Maltepe Üniversitesinde kullanılan "bilimsel intihal tespit programı" ile tarandığını ve öngörülen standartları karşıladığını beyan ederim.

Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçlara razı olduğumu bildiririm.

Muhammed Salih Kılınçer

Hazırlayan	Kalite Koordinatörü	Kurumsal Yetkili
İlgili Birim	Dr. Öğr. Üyesi Şafak GÜNDÜZ	Prof. Dr. Belma AKŞİT

(Dokuman No: FR-178; Yayın Tarihi: 01.03.2018; Revizyon Tarihi: ; Revizyon No:00)

TEŞEKKÜR

Bu çalışma esnasında bana çok büyük katkı sunan, yönlendirme ve tavsiyeleri ile hem tezin gidişatını hem de akademisyen olmanın tanımını değiştiren değerli hocam Dr. Yaşar Barut'a sabrı, fedakarlığı ve rehberliği için teşekkürü bir borç bilirim.

Sadece bu çalışma sırasında değil bugün bu noktada olmamda önemli emekleri olan aileme desteklerinden dolayı teşekkür ederim. Sizl olmasaydınız bunlar olmazdı.

Bu süreçte ve öncesinde her koşulda yanımda olan, bundan sonraki hayatımda da hep yanımda olacağından emin olduğum sevgili eşim Fatma Kılınçer'e desteği, sabrı ve fedakarlıkları için sonsuz teşekkür ederim. Sen olmasan hiç olmazdı.

Muhammed Salih Kılınçer

Şubat, 2019

ÖZ

ÜNİVERSİTE ÖGRENCİLERİNİN UTANÇ VE SUÇLULUK DUYGULARINA YATKINLIKLARI İLE SOSYAL ANKSİYETE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Muhammed Salih Kılınçer
Yüksel Lisans Tezi
Psikoloji Anabilim Dalı
Klinik Psikoloji Programı
Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Yaşar Barut
Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, 2019

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk duygularına yatkınlıkları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yapılan literatür taramaları ve analizleri sonucunda araştırmanın psikoloji alanına akademik katkı sunması beklenmektedir. Gelişim psikolojisi kuramcılarına göre utanç ve suçluluk duyguları erken çocukluk dönemi ile ilişkilidir. Araştırmada literatür taraması için çocukluk dönemi merkez alınmıştır. Genellenmek istenen evrenin içerisinden planlanmış rastlantısallık ile seçilen 317 üniversite öğrencisi çalışma grubunu oluşturmaktadır. Örneklemi oluşturan İstanbul ili Maltepe ilçesinde bulunan T.C. Maltepe Üniversitesinde öğrenim gören öğrencilere dersleri sırasında ulaşılarak ölçekler uygulanmıştır. 18-25 yaş arası üniversite öğrencilerinin oluşturduğu çalışma grubuna kişisel form, sosyal anksiyete ve suçluluk-utanç ölçekleri uygulanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 164'ü kadın, 153'ü erkektir. Araştırmada analiz ve testler %95 güven aralığı ve %,05 hata payı ile analiz edilmiştir.

Araştırmanın veri toplama süresi Mart 2018-Nisan 2018 tarihleri arasındadır. Elde edilen veriler Spss 20 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmaya katılan kadın ve erkek gruplar arasında sosyal anksiyete ölçeği puanı ortalamalar açısından (Kadın X=55, erkek X=54) P>.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanamamıştır. Araştırmaya katılan kadın ve erkek gruplar arasında suçluluk ve utanç ölçeği puanı ortalamalar açısından (kadın X=66, erkek X=64) P<.05 düzeyinde

anlamlı fark saptanmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P>.05 düzeyinde (P= 0.262) anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.021) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Post hoc analizi sonucunda 17-18 yaşında(17-18 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. 19-20 yaşında(19-20 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç ölçeği puanlarıyla sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında pozitif yönde anlamlı ilişki saptanmıştır (r=0.217, p<0.01). Suçluluk ve utanç durumlarının bir işte çalışan ve çalışmayan üniversite öğrencileri arasında ortalamalar açısından (Çalışan X=62, Çalışmayan X=69) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Utanç-Suçluluk, Sosyal Anksiyete, Üniversite Öğrencileri.

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL ANXIETY AND SHAME/GUILT OF UNIVERSITY STUDENTS

Muhammed Salih Kılınçer
Master Thesis
Psychology Department
Clinical Psychology Programme
Thesis Advisor: Asisstant Prof. Yaşar Barut
Maltepe University Social Sciences Graduate School, 2019

This research was carried out to examine "the relationship between university students' susceptibility to shame and guilt and social anxiety". As a result of the literature reviews and analyzes made, it is expected to provide academic contribution in the field of research psychology. According to development psychology theorists, shame and guilt feelings are associated with early childhood. Childhood was the center for literature search in the research. 317 university students selected with randomness planned within the desired universe constitute the study group. T.C., which is located in the province of Maltepe in Istanbul province. Maltepe University students were reached during the lessons and scales were applied. The university students who constituted the study group of this study were selected with planned randomness. Sociodemographic information, social anxiety scale and guilt-shame scale were applied to the study group formed by university students between the ages of 18-25. 164 of the students who participated in the survey were female, 153 were male. Analyzes and tests in the study were analyzed with a 95% confidence interval and a 5% error margin.

The survey data collection period is between March-2018 and April-2018. The obtained data were analyzed using the Spss 20 packet program.

There was no significant difference between the groups of female and male participants in terms of social anxiety scores (female X = 55, male X = 54) at P> .05 level. There was a significant difference between the male and female groups in terms of the scores of the guilt and shame scale (female X = 66, male X = 64) at the level of P <.05. There was no significant difference between the age groups and the guilt and

shame scale scores of the university students attending the study at P> .05 (P = 0.262). There was a significant difference in P <.05 (P = 0.021) between the age and social anxiety scores of the university students. As a result of post hoc analysis, it was found that university students who were 17-18 years old (17-18 X = 52) were significantly different in terms of social anxiety from university students aged 23-24 years old (23-24 X = 57). 19-20 years old (19-20 X = 52) university students, 23-24 years old (23-24 X = 57) from the university students were found to be significantly different in terms of social anxiety. There was a positive correlation between the scores of the guilt and shame scales of the university students and the social anxiety scores ($r=0.217$, $p<0.01$). There was a significant difference in the level of guilt and shame among university students who worked and did not work in terms of means (Employee X = 62, Not working X = 69) at P <.05 level.

Keywords: Shame-Guilt, Social Anxiety, University Students.

İÇİNDEKİLER

JURİ VE ENSTİTÜ ONAYI ..... İİ
ETİK İLKE VE KURALLARA UYUM BEYANI ..... İİİ
TEŞEKKÜR ..... İV
ÖZ V
ABSTRACT ..... Vİİ
İÇİNDEKİLER ..... İX
TABLOLAR LİSTESİ ..... Xİ
ÖZGEÇMİŞ ..... Xİİ
BÖLÜM 1. GİRİŞ 13
Problem 13
Amaç 14
Önem 15
Varsayımlar 16
Sınırlıklar 16
Tanımlar 16
BÖLÜM 2. İLGİLİ LİTERATÜR 18
Psikoloji Kuramları Açısından Suçluluk ve Utanç 18
Psikanaliz Kuramları Açısından Suçluluk-Utanç ve Güven-Güvensizlik 22
Güven – Güvensizlik (0-1 yaş) (Bebeklik Dönemi) 24
Özerklik – Kuşku/Utanç (1-3) (Okul Öncesi Dönem) 26
Girişimcilik – Suçluluk (Okul Öncesi Dönem) 28
Çalışkanlık – Aşağılık Duygusu 30
Sosyo-Kültürel Gelişim Kuramı- “Yapıyorum” ve “Yapamıyorum” İkilemi 31
Jean Piaget Bilişsel Gelişim Kuramı ve Şemalar 34
Bronfenbrener Ekolojik Kuram ve Toplum Etkisi 36
Sosyal Anksiyete ve Fobi 38
Sosyal Anksiyete ve Fobinin Tarihçesi 41
Sosyal Anksiyete ve Fobinin Tanılama Kriterleri 42

Sosyal Fobi Epidemiyolojisi 46
BÖLÜM 3. YÖNTEM 51
Araştırma Modeli 51
Evren ve Örneklem 51
Veriler ve Toplanması 51
Veri Toplama Araçları 52
Kişisel Bilgi Formu 52
Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği 52
Suçluluk–Utanç Ölçeğin 52
Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması 53
BÖLÜM 4. BULGULAR VE YORUMLAR 54
BÖLÜM 5. SONUÇ 67
Sonuç 67
Yargı 72
Öneriler 75
EK'LER 76
EK 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu 76
EK 2. Sosyo-Demografik Bilgi Formu 78
EK 3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği 79
EK 4. Suçluluk Ve Utanç Ölçeği 81
KAYNAKÇA 84

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 4.1. Tablo 4.1. Çalışma Grubunun Sosyodemografik Değişkenlerinin Frekans Analizi 54
Tablo 4.2. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları 56
Tablo 4.3. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T Testi Sonuçları 56
Tablo 4.4. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları 57
Tablo 4.5. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları 57
Tablo 4.6. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre Yapılan Post Hoc Analizi Sonuçları 58
Tablo 4.7. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaşadıkları Konut Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları 59
Tablo 4.8. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaşadıkları Konut Kategorilerine Göre Yapılan Post Hoc Analizi Sonuçları 60
Tablo 4.9. Üniversite Öğrencilerinin Çalışma Durumları ile Suçluluk ve Utanç ölçeği Puanlarına Göre T Testi Sonuçları 60
Tablo 4.10. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Suçluluk ve Utanç Ölçeğinin Puan Ortalamalarının Dağılımı 62
Tablo 4.11. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Sosyal Anksiyete Ölçeğinin Puan Ortalamalarının Dağılımı 63
Tablo 4.12. Araştırmaya katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Suçluluk Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Kikare Testi 64
Tablo 4.13. Araştırmaya katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Utanç Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Kikare Testi 65
Tablo 4.14. Araştırmaya katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Korelasyon Analizi 66

ÖZGEÇMİŞ

Muhammed Salih Kılınçer
Psikoloji Anabilim Dalı

Eğitim

Derece	*Yıl*	*Üniversite, Enstitü, Anabilim/Anasanat Dalı*
Y.Ls.	2019	Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı
Ls.	2013	Maltepe Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim Dalı
Lise	2004	Erciş Lisesi

İş/İstihdam

Yıl	*Görev*
2015 -	TC. Milli Eğitim Bakanlığı Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen

Kişisel Bilgiler

Doğum yeri ve yılı : Van, 1987 Cinsiyet: E
Yabancı diller : İngilizce (İntermediate)
E-posta : salihkilincer@gmail.com

BÖLÜM 1: GİRİŞ

Problem

İnsan sosyal bir varlıktır ve doğduğu andan itibaren sosyal bir yapının içine adım atarak karşılıklı etkileşim ve iletişimle hayatını devam ettirmektedir. Bununla birlikte sosyal yapı hızla değişmekte ve insanları sonucu belirsiz yeni durumlara, yabancı insanlara, sürekli değişen yeni çevrelere uyum sağlamaya mecbur bırakarak durumu daha karmaşık hale getirmektedir. Bu karmaşık yapı bireyde anksiyeteye yol açabilmekle birlikte, birey bu durumla baş edebildiği ve uyum sağladığı ölçüde etkileşim ve iletişim kurabilmekte ve başarılı olabilmektedir. Bu duruma uyum sağlayamayan bireyler günlük ve mesleki yaşamlarında önemli sorunlarla karşılaşmakta ve bu sorun bireylerin işlevselliklerini olumsuz yönde etkilemektedir.

Bireyin kendisinden ve çevresinden kaynaklanan birçok durum iletişim kurmakta sorun yaşamasına neden olmaktadır. Sosyal beceri eksikliği, kişilik oluşumu ve bununla bağlantılı geçmiş yaşantılar sosyal kaygıya neden olmakta ve birey kaynaklı iletişim güçlüğünün sebepleri arasında sayılabilmektedir. Bu faktörler arasında yer alan sosyal kaygı, iletişim sorunlarına yol açan önemli bir etkendir (Öztürk ve Uluşahin, 2014).

Korku, kaygı gibi basit temel duygular insanlık tarihinin ilk zamanlarından beri varlığını sürdürmektedir. Bu duygular insanları tehlikeye karşı koruyarak hayatta kalmasına hizmet etmektedir. Bilişsel kabiliyetin gelişmesiyle pişmanlık, utanma, beğenme, aşk, suçluluk gibi duygular ortaya çıkmıştır. Bu karmaşık duyguların birçok bilgiyi birleştirdiği, duyguları birbirleriyle bağlantılı ve ilişkili hale getirerek insanın kendisi ve çevresi hakkında farkındalık kazanmasına ve uyum sağlamasına hizmet ettiği ifade edilmektedir (Deckro ve ark., 2002).

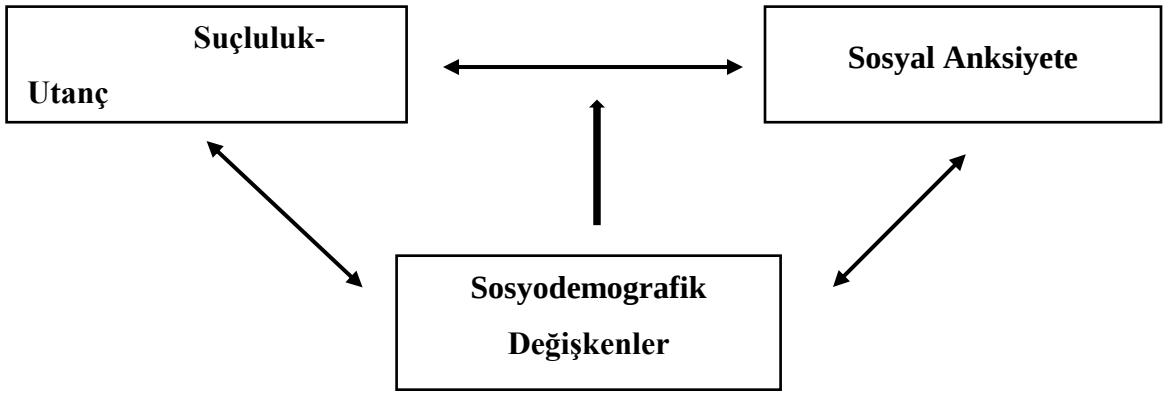
Sosyal anksiyetenin şimdiye kadar birçok tanımı yapılmıştır. Bunlardan bazıları mahcubiyet, rezil olmak, başkaları tarafından yargılanmak, eleştirilmek, reddedilmek,

komik duruma düşmek, korkmak, kaygılanmak ve çeşitli aşağılık duygular şeklinde ifade edilmiştir. Bu tanımların ortak yönlerinden birisi kişinin yaşamının genelinde ve özellikle sosyal ortamlarda hissettiği utanç ve suçluluk duygularıdır. Duyguların doğumdan itibaren insan davranışı üzerindeki önemli etkileri düşünüldüğünde, bireyin utanç ve suçluluk duygularına olan yatkınlığı, sosyal durumlarda yaşadığı anksiyeteyle ilişkili olabileceğini düşündürmektedir.

Bu çalışmanın konusunu sosyal anksiyete, utanç ve suçluluk duyguları oluşturmaktadır. Sosyal anksiyete genellikle sosyal çevrenin önem kazandığı 13-19 yaşları arasında başladığı ve çocukluk çağı utangaçlık öyküsü alınan kişilerde daha yoğun olarak görülmektedir (APA, 2016). Bu çalışmada üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, utanç ve suçluluk duyguları arasındaki ilişkiler yanı sıra her iki değişkenin de çeşitli demografik değişkenle ilişkileri incelenmiştir.

Amaç

Bu çalışmada sosyal anksiyete ile utanç ve suçluluk duyguları arasındaki ilişki araştırılmıştır. Puberte döneminde hissedilen utanç ve suçluluk duyguları ile bu dönemde önemli bir sorun haline gelen sosyal anksiyete arasındaki ilişkiye yönelik çalışmaların literatürde yok denecek kadar az olması sebebiyle utanç ve suçluluk duyguları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiye dönük sorulara yanıt aranmıştır. Araştırmada sosyal anksiyete ile utanç ve suçluluk duyguları arasındaki ilişki, bu değişkenlerin diğer demografik değişkenlerle ilişkili olup olmadığı veya farklılaşıp farklılaşmadığı gibi sorulara da yanıt aranacaktır.



Çalışmanın amacını gerçekleştirmek üzere aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

- Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Cinsiyet gruplarına Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanları Cinsiyet gruplarına Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanları Yaş gruplarına Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Yaş gruplarına Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanları Yaşadıkları Konut Kategorilerine Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Çalışma Durumları ile Suçluluk ve Utanç ölçeği Puanlarına Göre istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmakta mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Suçluluk Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları arasında gözlenen ve beklenen değerler nedir ve istatistiksel anlamlı ilişki var mıdır?
- Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Utanç Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları arasında gözlenen ve beklenen değerler nedir ve istatistiksel anlamlı ilişki var mıdır?

Önem

Literatürde hem sosyal anksiyete hem de utanç ve suçluluk duygularının ayrı ayrı ele alındığı, çeşitli değişkenlerle ve örneklemlerle ilişkilerinin incelendiği çok sayıda araştırma mevcuttur fakat adı geçen kavramların birbirileri ile ilişkilerini incelemeye yönelik çalışmalar yok denecek kadar azdır. Çalışmanın bu konuda özellikle Türkiye'de var olan araştırma eksikliğini gidermeye aday olması ve sonraki çalışmalar için basamak görevini üstlenmesi beklenmektedir. Bununla birlikte sosyal anksiyetenin tedavisinde odaklanılan noktalara katkı sağlaması hedeflenmektedir.

Varsayımlar

Araştırmaya katılan bireylerin ölçek maddelerini içtenlikle cevapladığı varsayılmıştır. Araştırmanın çalışma gurubunu oluşturan katılımcıların evreni temsil ettiği varsayılmıştır.

Sınırlıklar

Araştırmada bölüm kısıtlaması yapılmamıştır. Araştırmanın sonuçları sosyodemografik form, Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği ve Suçluluk-Utanç Ölçeği'nden elde edilen veriler ile sınırlıdır. Maltepe Üniversitesinde öğrenim görmekte olan öğrencilerle sınırlıdır.

Tanımlar

Suçluluk: İnsanların toplumsal ya da bireysel beklentileri karşılayamadıklarında veya ters düşen tutum ve davranışlar içinde bulunduklarında suçluluk duygusu oluşmaktadır (Piers ve Singer, 1953). Seligman ve Johnson, küçük veya büyük bir sosyal grubun üyeleri taraafından iyi ve yararlı diye kabul edilmiş bulunan inançların, geleneklerin örf, adet ve kurumların dayandıkları kurallara aykırı olarak işlenmiş bulunan anti sosyal bir davranışa suçluluk adını verirler (Seligman ve Jhonson Akt: Küçük ve Acet, 2002).

Utanç: Bir olaya ya da duruma karşı verilen tepki olarak tanımlanmaktadır. Suçluluk ve utanç genellikle birlikte düşünülüyor olsa da suçluluk durumunun aksine utanç duygusu kendi veya bir başkasının eylemlerinden dolayı negatif (kötü) hissetme durumudur (Tangney ve Fischer, 1995).

Sosyal Anksiyete: Sosyal fobi yaygın olarak kullanılan Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan 'DSM-V' kitabında; bireyin tanımadığı insanlar karşısında, performans gerektiren durumlarda inatçı, belirgin ve yoğun bir korku yaşaması olarak tanımlanmaktadır. DSM-V-TR (APA 2013)'e göre sosyal fobide, utanç duyulabilecek toplumsal bir eylemin gerçekleştirildiği durumlardan belirgin ve sürekli korku duyulur (A tanı ölçütü). Korkulan, toplumsal eylemin gerçekleştirilmesi gereken durumla karşılaşma

bir anksiyete belirtisi doğurur (B tanı ölçütü). Bu bozukluğu olan ergenler ve erişkinler korkularının aşırı ya da anlamsız olduğunu bilirler (C tanı ölçütü) ve çoğu zaman korkulan toplumsal eylemin gerçekleştirildiği durumlardan kaçınılsa da bazen korkuya katlanılır (D tanı ölçütü).

BÖLÜM 2: İLGİLİ LİTERATÜR

Psikoloji Kuramları Açısından Suçluluk ve Utanç

Evrimsel anlayışı benimseyen araştırmacılara göre insanın yaratılışından bu yana doğal seçilime uğradığı fikri kabul edilmektedir. Bu seçilim fiziksel ve biyolojik özelliklerimizi nasıl ketliyor veya öne çıkarıyorsa aynı şekilde psikolojik durum ve davranışımızı da etkilemektedir. Davranışlar ne şekilde ortaya çıkmış olabilir sorusu kimi zaman davranışçıların kabul ettiği gibi koşullanarak, pekiştirerek veya Bandura'nın (1988) kuramında olduğu gibi sosyal öğrenme şekliyle modellenerek oluştuğu söylenebilir. Bu olguların hepsini aslında sosyal öğrenme üst başlığı altında toplayabiliriz. Eski soru her hipotezde karşımıza çıkmaktadır. "Davranışlar doğuştan mı kazanılır yoksa sonradan mı?" Aslında 21. yüzyılda bu sorunun cevabını aramaktan çok daha işlevsel ve neden sonuç ilişkisine bağlı araştırmalar literatürde sıklıkla yer almaya başlamıştır. Araştırmanın değişkenleri arasında bulunan suçluluk ve utanç işte bu paradigmalar kullanılarak birçok tanıma sahip olmuştur. Fakat sosyal bilimlerin yöntemsel eksiklikleri ile özne – nesne ilişkisini ele alıyor olma durumu bu iki fenomen hakkında genel geçer bir tanım yapmayı zorlaştırmaktadır (Braithwaite, 1989).

Utanç, kişinin tüm benliğinin olumsuz olarak değerlendirildiği acı verici bir duygudur. Utanç duygusuna çoğu zaman başarısızlık, değersizlik, yetersizlik, güçsüzlük gibi duygular eşlik eder. Utanç duygusu, kişinin kusurlu benliğinin diğerleri tarafından nasıl görüldüğüne dair imgeler barındırır. Ancak; bu kusurluluk diğerleri tarafından görülen ya da fark edilen bir şey değildir, kişi kendi benliğinin kusurlu olduğuna inanır.

Suçluluk, toplumun ahlaki normlarının ve kurallarının ihlal edildiği düşüncesinin sebep olduğu rahatsızlık duygusu olarak tanımlanabilir. Suçluluk, tüm benlik ile ilgili değil belirli davranışlarla ilişkilidir bu yüzden suçluluk yaşantıları utanç yaşantıları kadar acı verici değillerdir.

Lewis'e göre (1971), utanç yaşantısı benlik ile ilişkilendirilirken suçluluk ise davranış odaklıdır. Diğer bir deyişle, utanç duygusu kişinin kendi benliğine dair

değerlendirmeleri içerir; kusurlu, değersiz, başarısız, yetersiz gibi örnekler verilebilir. Suçluluk ise kişinin yaptıkları ya da yapamadıkları ile ilgilidir; yalan söylemek, yapılması gereken bir işi yapmamak, çalmak vb. Utanç duygusu yaşayan kişi "Ben yanlış yaptım." diye düşünürken, suçluluk duygusu yaşayan kişi "Ben yanlış yaptım." diye düşünür.

Utanç, benliğin cezalandırılması ve yargılanması ile ilişkili olduğu için kişilerarası ilişkiler; yoğun duygusal tepkiler verme, başkalarını suçlama, kaçma ve saklanmadan ötürü olumsuz etkilenebilir. Suçluluk ise belirli bir davranışa özgü olduğu için kişi pişmanlık veya vicdan azabı hissedebilir ve böylelikle kişilerarası ilişkilerin iyileştirilmesi, düzeltilmesi için adımlar atar, özür diler ya da itiraf eder. Utanç duygusu yaşayan kişi başkalarının kendi benliği hakkındaki değerlendirmelerine odaklanırken, suçluluk duygusu yaşayan kişi ise kendi davranışının başkaları üzerinde yarattığı etki ile ilgilenir.

Utanç duygusuna yatkınlık ile öfke, şüphecilik, kızgınlık, başkalarını yargılama gibi tepkiler arasında olumlu bir ilişki olduğu, utanç duygusundan bağımsız olan suçluluk duygusunun ise bu tepkilerle olumsuz bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmanın sonuçlarında anlaşılıyor ki, suçluluk duygusu yaşayan bireyler kendi davranışlarının başkalarına olan etkilerini empatik bir şekilde görerek düzeltmeye çalışmaya, diğer bir deyişle başkalarına yargılamak yerine kendi davranışlarının sorumluluğunu almaya daha yatkındırlar.

Psikolojik olarak belirleyici süreçlerin yaşamımızın ilk yılları olduğu birçok kuram tarafından varsayılmıştır. Bu süreç, gelişimin merkezini oluşturmakla beraber bu noktadan hareketle sosyal, psikolojik ve sosyolojik birçok olguyu da etkileyebilecek ve belirleyebilecek bir konuma sahiptir (Durualp ve ark., 2010). Bu dönem hakkında doğuştancılar, çevreciler, ampirikler ve rasyonalistler kendi yönelimlerini açıkça betimlemiştirler. Bu epistemolojik temelde farklı disiplinler ortak payda da buluşarak bu dönemin önemini vurgulamaktadır.

Gelişimin hızlı ve belirleyici olduğu erken çocukluk döneminde doğuştan getirdiğimiz yatkınlıkların yanında çevreden aldığımız uyarıcıların belirleyiciliğinin önemi konusunda ortak bir kanı oluşmuştur. Yöntem biliminin sınırları içerisinde genellikle

manipüle edilecek değişken olarak belirlenen çevresel etkinin, ölçülmesi ve davranışa olan etkisinin belirlenmesi olağan bir süreçtir (Panter-Brick, 2002).

Bütünsel bir fenomen olan gelişim durumunun, içinde birçok belirleyici bulundurduğu farklı psikoloji alt disiplinleri tarafından açıklanmıştır. Gelişime yapılan tanımlardan çok gelişimin seviyesini ya da kalitesini belirlemeye yönelik holistik olmayan bütün çabalar normatif bir özellik kazanamamıştır. "Uyarıcı temelli'' ya da "gen temelli'' yaklaşımlar multidisipliner bir şekilde incelenmelidir. Hedef grubumuz olan 18-25 yaş arası öğrencilerin domine edici ortak uyarıcı merkezi olan çevresel etki, bu öğrencilere bulundukları dönem itibariyle akranlarına gelişim perspektifinde daha dezavantajlı bir sosyal anksiyete düzeyi kazandırmış olabilir mi ? (Zeytinoğlu, 1989).

Bireyler yaşamları boyunca birçok gelişimsel değişimle karşılaşmakta bunlar da kişiliklerini oluşturmaktadır (Kudielka ve ark., 2004). Duygularımız ve yeteneklerimiz, inançlarımız, görüşlerimiz, tutumlarımız gibi birçok kavram kişiliğimizin oluşmasına katkı sağlamaktadır. Kişilik kuramlarından biri olan Psikoseksüel Gelişim Kuramı, Freud tarafından hastalarıyla yaptığı görüşmeler ve uyguladığı teknikler sayesinde ortaya çıkarılmıştır. Freud, kişiliğin gelişimini yaşamın ilk altı yılına bağlamıştır. Bu kurama göre temelde var olan ihtiyaçlar karşılanmazsa kişilik gelişimi aksar veyahut engellenir (Freud ve Strachey, 1962).

Gelişim, beş ayrı alt dönemle açıklanmaktadır. Bir dönemdeki ihtiyaçların karşılanmaması durumunda, o döneme bir bağımlılık oluşmakta, bu da kişilik gelişimini engellemektedir. Erik Erikson, Freud'un 'Psikoseksüel Gelişim Kuramı'nı puberteden sonra yaşlılığa genişleterek sekiz dönem ile açıklamaktadır. Erikson başlarda klasik psikanalitik kuramı benimsemiş olsa da daha sonra Psikanalitik Kuram'ın eksik yanlarını görüp kendi kuramını geliştirmiştir (Freud ve Bonaparte., 1954). Bu nedenden ödolayı Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı'nda Psikanalitik Kuram'ın atıflarını görmek mümkündür.

Psikanalitik yaklaşımdan farklı olarak, çocukluk dönemlerinin yanı sıra kişiliği etkileyen faktörlerde ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerinin de etkisini vurgulamıştır. Erikson'a göre insanın psikososyal gelişimi sekiz dönemdir. Bu dönemlerde atlatılması

gereken krizler mevcuttur (Freud ve Bullitt, 1967). Bu krizlerin ve çatışmaların atlatılması insanların sağlıklı bir kişilik kazanmasında önem arz etmektedir. Gelişim döneminde yaşanılan kriz atlatılamazsa Freud'un açıklamalarında olduğu gibi bir takılı kalma yaşanmaz ancak bu kriz kişinin yaşamının ileriki yıllarında çözümleninceye kadar devam eder (Erikson, 1993).

Psikososyal Gelişim Kuramı'nın ilk evresi olan "Güvene Karşı Güvensizlik", Freud'un Psikoseksüel Gelişim Kuramı'nda "Oral Dönem"e denk gelmektedir. Bu dönem doğum itibari ile başlar ve bir yaşına kadar sürer. Dönemin karakteristik özelliği, insanın ilk kazanması gereken duygu olan güvenin kazanıldığı dönem olmasıdır. Bu dönemde bebeklerde güven ya da güvensizlik algısı gelişir. Çevresindekilerle ilişkisi çocuğun temel güven duygusunu belirlemektedir (Freud ve Bonaparte., 1954).

Çocuğun, yaşamının ilk dönemlerinde anne veya bakım verenle olan teması ve sıcak ilişkisi, güven duygusunun temellerini atmasına yardımcı olacak ve toplumsallaşmanın özünü oluşturacaktır. Annesinin veya bakım verenin kendisini sevdiğinden ve bıkmayacağından emin olan çocuk dünyaya güven duygusu beslemeye başlamaktadır. Böylece çocuk kendini sevilmeye değer bulacaktır (Carmichael, 1946). Fakat çocuğun bakım ve sevgi ihtiyacının tutarsız bir şekilde karşılandığı, anne ya da bakım veren tarafından reddedilen, soğuk davranılan durumlarda çocuk, güvensizlik ve çevreyi düşmanca algılama duygularına sahip olacaktır.

Bir başka psikanaliz temelli erken dönem kuramı olan bağlanma kuramı da suçluluk ve utanç duygularının sosyal anksiyeteyle ilişkili olduğunu varsaymaktadır. Klein (1987)'nin nesne ilişkileri kuramını geliştirerek bağlanma teorisini inşa eden Bowlby erken dönem tecrübelerinin ileri yaşa dönemlerini nasıl etkilediğini açıklamaya çalışmıştır. Bakım veren veya ebeveynlerin erken dönem bebeklikteki bu kritik görevleri psikopatolojik bir eğilim yaratabilme potansiyeline sahip olduğu kabul edilmektedir (Holmes, 2014).

Bowlby'nin tanımlamış olduğu bağlanma stilerinin her birine özgü bir yetişkinlik eğilimi tanımlamıştır. Bu bağlanma stillerinden karasız bağlanma durumuna sahip olan kişilerin yetişkinlik döneminde kişilerarası ve gruplar arası iletişim ve etkileşimde kaygılı

bir davranış profili çizeceği varsayılmaktadır. Bakım verenin kararsızlığı çocuğa nüfus ederek sosyal çekilme eğilinimine neden olabilmektedir (Holmes, 2014).

Erken çocukluk döneminde kaçınmacı bağlanma stiline sahip olan kişilerin ise suçluluk ve utanç ile ilgili bir eğilime sahip olabileceği varsayılmaktadır. Ebeveyn veya bakım verenin kaçınmacı bakım verme durumu çocuğun sosyal varlığına etki ederek dezavantajlı bir sosyal benlik oluşturmasına neden olabilmektedir. Kişilerin sosyal benlik oluştururken birçok değişken ve durumdan etkilendiği bilinmektedir. Bowlby erken dönemin sosyal benlik yansımalarını tanımlayarak psikopatolojik temellerine işaret etmiştir (Holmes, 2014).

Psikanaliz Kuramları Açısından Suçluluk-Utanç ve Güven-Güvensizlik

Kişilik gelişimini evrensel bir yaklaşım ile ele alan Erikson psikososyal gelişim dönemlerini sekiz evreye ayırarak tanımlamıştır. Erikson'un tanımladığı bu evreler kaynak analiz bilgisini aldığı Freud'un psikoseksüel gelişim dönemlerine benzerdir ve ilk 5 dönem Freud'dan referans alınarak benzer özellikler taşımaktadır. Bu sekiz dönemde daha çok "aşamalı bir gelişim" ve "aşamalı bir oluşum ilkesi" tasvir edilmektedir (Erikson, 1993).

Psikososyal gelişim kuramındaki bir diğer önemli olgu "psikosoyal kriz"dir. Erikson çevresel uyarımın ve etkileşimin var olduğu bir gelişim taslağı varsaymaktadır. Psikososyal yaklaşım Freud'un eksik çevresel etkisini anneden çıkararak toplumsal ve sosyal bir etkilenim ile betimlemektedir. Erikson'a göre bütün psikososyal gelişim evrelerinde bilişsel ve fiziksel yeterlilik veya olgunluğun da eşlik ettiği görevler bulunmaktadır. Bu görevlerin sonuçlarının da negatif veya pozitif kazanımlar gerçekleştiği varsayılmaktadır. Erken dönem edinimlerinin ileriki dönemlerde tutum ve davranış kalıplarını kazandırdığı da birçok gelişim kuramcısı tarafından kabul edilen bir kanıdır (Erikson, 1993).

Evrelerde yaşanılacak olan çatışmalar boyunca benlik imgesi tamamıyla korunmaktadır. Ancak psikososyal gelişimin doğru şekilde devamlılığı için her aşamadaki çatışmanın kendine özgü kaosu, sonuca ulaştırılarak çözümlenmelidir. Eğer bu durum

sağlıklı şekilde çözümlenemezse, bu dönemde bir saplantı yaşanarak sonraki bütün dönemleri negatif olarak etkileyecek ve tetikleyecektir (Pearson ve Belmont, 1968). Erikson'un her gelişim döneminde çocuğun çözmesi gereken görevleri vardır ve bu görevler sonucunda çocuk kazanımlar elde edecektir. Bir sonraki evreye geçen bireyin önceki evrelerden kalan çözümlenememiş çatışmalar ve edinilmiş saplantıları onu negatif gerçekleşmiş dönemlere geri döndürebilir (Goldberg ve ark., 2013).

On ikinci aydan üç yaşına kadar süren bu evrede, çocukların çoğu yürüyebilmekte ve çevresiyle iletişim kurabilecek kadar konuşabilmektedir. Çocuklar bağımlılığı kabul etmemekte ve çevrelerini yönetmek, güçlerini kontrol etmek istemektedirler. Çocuk yürümeye başladığı zaman özerkliği deneme fırsatı bulmuş olmaktadır. Etrafı inceleme, deneme şansı tanınan çocuklarda bağımsızlık duygusu gelişmektedir (Seligman ve Ollendick, 1998).

Aile çocuğa aşırı korumacı yaklaşmadan yeterli desteği verirse, çocukta bağımsızlık duygusu gelişmekte ve özgür bir birey olma yolunda ilerlemektedir. Bu nedenle evde veya okul öncesi eğitim kurumlarında çocukların özgürce keşfedebileceği ortamlar oluşturulmalıdır (Freud ve Bonaparte, 1954). Bu dönemde çocuğun temel ihtiyaçlarını kendi kendine gerçekleştirebilmesi için teşvik edilmesine ihtiyaç vardır, bu şekilde çocukta bağımsızlık duygusunun temelleri atılabilmektedir. Tam tersi olur da aşırı koruyucu olunur ve cezalandırıcı bir tavır takınılırsa şüphe, öfke ya da utangaçlık belirmektedir. Bu dönemde çocuğun özgür iradesini kullanmasını engellemek obsesif kompulsif bozukluğa eğilimi arttırabilmekte, bu da çocuğun her şeyi irdeleyen bir davranış kalıbı oluşturmasına sebebiyet verebilmektedir (Wolman, 1972).

"Bağımsızlığa Karşı Utanma ve Şüphecilik" olan Erikson'un bu ikinci evresinde, yetişkinlerin üzerinde durduğu bir başka konu da tuvalet eğitimidir. Erikson bu durumdan "tuvalet savaşları" şeklinde bahsetmektedir (Erikson, 1993). Tuvalet eğitiminde cezalandırıcı bir tutum izleyen anne veya bakım veren, çocukta utanma ve şüphecilik duygularının oluşmasına sebebiyet vermektedir. Çocukta aşırı bir baskı ile dışkı eğitimi sağlamaya çalışmak, ileriki evrelerde gelişim problemlerine sebebiyet verebilmektedir (Barnes, 1952). Verilen tuvalet eğitiminin etkileri ileriki yıllarda şu şekilde ortaya çıkabilmektedir; katı bir tuvalet eğitimi cimriliği alışkanlık haline getirirken, çok rahat

davranılan ve eğitime gerek duyulmayan durumlar ise savurganlık alışkanlığını başlatabilmektedir (Blum, 1949). Buna ek olarak aşırı koruyucu tutumlar da çocuğun yargılama yeteneğini zayıflatacağından özgürlüğünü kısıtlayacaktır. Çocuklar bu dönemde kişisel alanlarını oluşturmaya çalıştıklarından ebeveyn ile güç savaşına girebilmektedir. Anne veya bakım verenle kıyafet, yemek seçimi gibi birçok konuda savaş başlayabilmekte ve bu sebeple yoğun bir inatlaşmanın mevcudiyetinden söz edilebilmektedir (Fisher ve Greenberg, 1978).

Erikson ve Freud Kuramlarında suçluluk ve utanç duygularını dönemsel kazanımlar olarak varsaymıştır. Erikson'un "güvene karşı güvensizlik" ve "girişime karşı suçluluk" dönemlerinin kazanımlarının suçluluk ve utanç olduğunu belirtmektedir. Psikanalizin kurucusu Freud ise fallik ve latent dönemin konuları içerisine suçluluk ve utanç duygularını da almıştır.

Güven – Güvensizlik (0-1 yaş) (Bebeklik Dönemi)

Erikson'un kuramı olan Psikososyal Gelişim Kuramı'na göre ilk edinim güven duygusudur. İlk kazanılan fenomen olan güven, gelişim sürecinde sosyal ilişkinin kalitesi ve sürekliliği oranında belirlenmektedir. John Bowlby'nin bağlanma teorisinin de oluştuğu yaş grubu olan bu yaşam dönemi içinde bağlanmayı da barındırmaktadır. Bu duygusal yakınlığın başlaması için fizyolojik ihtiyaçlara ve bunların karşılanmasına ihtiyaç vardır (Christiansen ve Palkovitz, 1998). Bağlanmanın temeli de bu ihtiyaçların karşılanmasından oluşur. Anne, çocuk arasındaki erken dönem ilişkisini inceleyen ve bu dönem üzerine kuramlar inşa eden çocuk ergen analistleri erken dönemin önemi vurgusunu tekrar yapmışlardır. Bu dönemde edinilen duygu güven duygusudur.

Güven duygusunun gelişimi için annenin kapsayıcı işlevleri ve Winnicot'un (2009) yeterince iyi anne olma durumu önemli bir işlev kazanmaktadır. Tutarlılık ve tahmin edilebilirlik annenin davranışlarında çocuğun beklentisini karşılayabilmek için iki önemli değişkendir. Çocuk tutarlı davranışı annede görür ve çocuğa bu tutarlılıkta davranılırsa yetişkin ilişkilerinde güven temasına uygun hareket edeceği varsayılmıştır. Tutarsız davranışlar ise çocuğu yetişkin ve romantik ilişkilerinde (nesne ve özne) güven şemasını

kazandıramadığı için tedirgin, korkan ve persekütif endişeye sahip bir birey karakterize edeceği varsayılmaktadır (Erikson, 1993).

Yeni doğan durumundaki bebek, nesne ilişkileri kuramından hareketle bir dizi özne nesne davranışında bulunur. Bu ve bunun gibi davranışları tanımlarken Klein oryantasyon tepkisi içinde değerlendirilmesi gerektiğinden bahseder. Freud'un aksine Klein (1987) yeni doğan durumunda bile bir ego gelişiminden bahseder ve bu egonun ilk nesnesi olan anne "memesi" ile oluşan geri dönüşlerle bir davranış örüntüsü kazandığını belirtir. Çocuğun erken dönemde ilişki içerisinde olduğu anne, diğer insanlarla nasıl bir ilişki içinde olacağının taslağını çocuğa bu dönemde kazandırır (Phillips ve Stonebridge, 1998).

Erikson'un ilk dönemi, ilk bir buçuk yıla tekabül eder. Yaklaşımın kurucusu Freud ise psikoseksüel gelişim kuramınca bu evreyi oral dönem olarak tanımlar. Freud bu dönemin libidonal uyarım merkezini ağız olarak tanımlamıştır. Bu dönemde dürtüsel davranış ve hazzı yaşamanın yolunu emme olarak tanımlamış; dünyayı tecrübe edişimizi de ancak bu yolla gerçekleştirdiğimizden bahsetmiştir (Hamachek, 1988). Örneğin; yeni doğanlarda bu dönem içerisinde hayatı ağzıyla tecrübe etme davranışı gözlemlenmektedir. Dönemde yaşanabilecek bir saplantı, ileriki dönemlerinde oral bir fiksasyona neden olabilir. Diğer bir deyişle kaygılı bir ortamda yetişen kişide regresyon tepkisi ileriki dönemlere geri döndürebilir (Erikson, 1993).

Erikson sosyalleşme ve çevresel uyarıcıların etki alanını genişletmenin yanında anneyi veya anne rolündeki bakım veren kişiyi nesne konumuna alır (Erikson, 1993). Annenin kapsayıcı işlevlerinden bahseden Bion bunun güven ve davranış şemalarında edinim kazandırıcı bir fenomen olduğundan bahseder. Örneğin, yeni doğan ağladığında, dışkıladığında ve acıktığında bu durumu annenin anlamlandırarak değiştirmeye yönelik davranışlar geliştirmesi ve bu davranışların zamanlanmasının önemini içermektedir (Wallien ve Cohen-Kettenis, 2008). Bu dönemde çocuğun bilişsel yeterliliği ve bilişsel mekanizmalarını kazanamaması da bu tepkilerin gelişmesinde rol oynar. Çiğ bir ben merkezcilik davranışı ve nesne korunumu yanı sıra sürekliliğinin olmayışı, yeni doğanı annenin yokluğu derin bir depresif konuma sokmaktadır. Bu durumun gerçekleşme sıklığı ve olayın yaşanma uzunluğu da bu dönemin temel edinimi olan güven duygusunun oluşumuna negatif veya pozitif etki edecektir (Erikson, 1993).

Temel güven duygusunun oluştuğu bu dönemde yaşanan sıkıntılar ve saplantıların ileriki dönemleri etkilediği varsayılmıştır fakat Erikson'un antideterminist yaklaşımı sonucu olarak eğer bu dönem kazanımları daha sonra edinilebilirse, dönemin yeterince başarı ile atlatılabileceği Erikson tarafından varsayılmaktadır. Erikson gelişim dönemlerinin kazanımlarını evresel bir yaklaşımla sınırlandırmıştır (Jaffe ve ark., 1997).

"Dış dünya " duygusu çocukta içsel gerçekliğin bir yansıması olarak gelişmektedir. Bu yansımayı açıklamak gerekir ise içsel gerçeklikten sonra oluşan bu dışsal gerçeklik içsel durumlar tarafından beslenmektedir. Çünkü bebek erken dönemde verdiği oryantasyon tepkileri ile bir tümgüçlülük yanılsamasına sahip olur ve kontrol etmek istediği nesnesi ile dış dünya arasında bir ilişki kurar. Bu ilişki içsel dürtülerin sonucunda oluşan içsel gerçekliğin ve oryantasyonu sonucunda dış dünya imgesi ve bu dünyaya ait bir dış dünya davranış şeması geliştirir. Erken dönem edinimleri ve reaksiyonları olan bu fenomenler dış dünya algısını da temelden değiştirmekte, hatta metamorfoza neden olmaktadır. Başkalaşan bu dışsal gerçeklik sonucunda ölüm dürtüsünün hüküm sürdüğü ve bunun sonucunda depresif endişenin hâkim olduğu birey oluşmaktadır (Tyas ve Pederson, 1998).

Özerklik – Kuşku/Utanç (1-3) (Okul Öncesi Dönem)

Bu dönem çocukları artık kas ve motor becerilerinde bir ivme kazanmıştır. Konuşmaya başlamış olmaları da ayrıca ele alınması ve gelişimsel yöntemle irdelenmesi gereken bir olgudur. Yürümeye başlayan çocuk bireyselleşme ve erken bir ayrışma dönemine girer. Bu dönemin kuramcısı Mahler çocuğun yaşadığı ilk ayrışma olarak bu durumdan bahseder. Çocuk artık bağımlı olduğu nesneden ayrışarak fiziksel ve bilişsel olgunluğuna "hazıroluş" erişmiştir (Erikson, 1993). Davranışları da bu çerçevede değerlendirilmelidir. Bu dönem çocuğu yeterli göz ve el kordinasyonu ile birlikte seçimde bulunma davranışı geliştirir.

Bu dönem oyunlarında bunu gözlemlemek mümkündür. Bu dönem de öğrenilen tuvalet eğitimi de bireyselleşme davranışı çerçevesinde değerlendirilerek anneye olan bağımlılığı azaltmakta ve karar verme davranışını, edinimini sağlamaktadır. Erikson özerklik davranışından bahsederken tuvalet eğitiminden referans almıştır. Çocuk bu

durumun kendi seçme davranışı içerisinde olduğunu anlamlandırdığı anda bu bağımsız davranabilme alanının farkına varır ve bu durumu kullanır (Erikson, 1993). Freud anal dönemin agresyon ile ilişkili olduğundan bahseder. Çocuğun önceki dönemlerdeki bağımlı olmasından kaynaklanan ve yanında getirdiği nefret ve agresyonunu yönlendirdiğini varsaymaktadır. Çocuğun dışkı algısı ona ait olan ve ondan bir parçayı nasıl ve nereye yapacağına karar verme endişesi ile devam eder. Bu durum anal dönem karmaşası içerisinde düşünülürse, çocuğun anal dönemde özerklik ile direk bir anlamsal ilişki içerisinde olduğu Erikson tarafından literatüre kazandırılmıştır.

Freud haz merkezi olan anüsün davranışlarını açıklarken tutma ve bırakma davranışı olarak tanımlar. Çocuk tutmaktan da bırakmaktan da ayrı bir haz duyar. Bu hazzı sınırlandırmak aynı zamanda İd'i de sınırlandırmak anlamına gelmektedir. Süperego'nun ilk işlevi de bu zamanla aynı zamansal izdüşüme tekabül eder. Tuvalet eğitiminin nasıl ve ne süreçte yapıldığı da yetişkin davranışı şema edinimlerinde etkilidir (Gooren, 2006). Anal dönemde tutma ve bırakma davranışının hazzı aynı zamanda sadistlik ve mazoşizm ile ilişkilidir. Bu durumlar da agresyonun kendine veya dışarıya yönlendirilmesi sonucunda oluşmaktadır. Egonun çok güçsüz olması bu agresyonu içerde zapt etmesini imkânsız hale getirmekte ve dışsal bir nesneye yansıtmasına neden olmaktadır (Ochse ve Plug, 1986).

Erikson'un özerklikten kastı çocuğun seçme davranışı ile kendine ait olgularda bağımsız olma isteğidir. Bu dönemle beraber kazanılanların içerisinde ebeveyn tarafından kabul görme ve kontrol edilme isteği de bulunmaktadır. Mahler çocuğun kaba motor gelişimi ile beraber ayrışma ve bireyselleşme isteğini de yerine getirebilir hale geldiğini varsaymıştır. Çocuğun benlik algısı da birey olması yönünde örgütlenir. Benlikten referans alarak, kendi kimliklendirme sürecinin başlamasına neden olacaktır. Bu kimlikte sosyal kabul, özerklik ve haz artık yerini almış ve etkileşime başlamıştır. Bu dönemde ebeveynlerin yaklaşım tarzları da belirleyici bir çevresel uyarıcıdır (Mahler akt: Jessor, 1987).

Çocuğun kendi özerkliğini yaşamasına izin veren fakat sınırları çizilmiş bir davranış geliştirmesine yardım edici ve cesaretlendirici bir tutum izlenmesi gerekmektedir. Çocuğun ihtiyacı olan bireyselleşme duygusunu yaşamasına izin verilmelidir. Bu dönemin sağlıklı şekilde geçilememesi, çocukta kuvvetli bir utanç duygusu yaratarak bu duyguyu

besleyecektir ve çocuk kendi iradesinden ve seçimlerinden şüphe ederek kabul ve onaylanma isteği gün yüzüne çıkacaktır. Bu durumda çocuğun mevcut durumda veya ileriki yaşlarında yetişkinin davranışlarını organize etmede ve davranış geliştirmede zorluk yaşayacağı varsayılmaktadır (Erikson, 1993).

Girişimcilik – Suçluluk (Okul Öncesi Dönem)

Artık temel fiziksel yeterliliğe sahip çocuk bu haliyle yetişkin bir insanın fiziksel taslağı halini almıştır. Çocuğun bireyselleşmesi ile birlikte hız kazanan dış dünyayı deneyimleme davranışının etkileri bu dönemde açıkça gözlemlenebilir bir hal almıştır. Freud, bu dönemin haz merkezini genital bölge olarak bulgulamıştır. Erken dönem genital aktivite olarak da bahsedilen bu dönem aslında yetişkin cinselliğinin ilk tohumlarını taşımaktadır (Erikson, 1993). Benzeştiği son dönem olan genital dönem davranışlarının tam anlamıyla benzemese de çocuğun otoerotizmden kurtularak ilk defa kendinden başka bir nesneyi hazsal olarak belirlemesi anlamına gelmektedir. Bu dönemde anatomik farklılıkların anlaşılması ile beraber cinsiyet temelli bir takım farklılık oluşmaktadır.

Erkek çocuğun bu dönemde tecrübe ettiği durumlar, psikolojisinde belirleyici bir hal almaktadır. Karşı cins farkıyla fiziksel olarak karşı karşıya kalan erkek çocuk, bu durumu inkâr davranışına sarılır ve aslında bu davranış ilk savunma mekanizması davranışı olarak da literatürde yerini edinir. Erkek çocuk, kız çocukta penisin olmayışını görsel olarak deneyimler ve "o daha küçük çıkacak" algısı geliştirerek inkâra yönelir (Erikson, 1993). Daha sonrasında annesinde de olmayışını fark etmesi ile "vardı fakat kesildi" fikrini geliştirmesine neden olur. Bu durumu Freud kastrasyon endişesi olarak kriterize eder. Kendisinde olan penisi de kaybedebilecek olma ihtimalini düşünmesi, çocuğu endişeye itmiştir (Freud ve Bonaparte, 1954). Bu ve benzeri ödipal dönem düşlemleri yaşayan çocuk anneye sahip olma davranışı oluşturur. Babayı yok ederek annenin sahibi olma isteği gelişir. Bu dönemin işlediği bir başka olgu ise suç ve cezadır. Genel geçer ilk suç, ensestüel ilişki ve cinayet çocuğun benliğinde bulunur.

Bu dönem erkek çocuğunun bu davranışlardan dolayı cezalandırılma isteği vardır. Babanın tutumu ve çocuğa yönelik davranışları belirleyici bir konumdadır. Baba eğer kastre

edici bir tutumda bulunursa, çocuk anneden babaya yönelerek negatif ödip gerçekleşir. Eğer ensestüel aşk narsistik davranışlarla terkedilirse çocuk babayı cinsiyet rol modeli olarak alır ve toplumsal cinsiyet rollerinin çocuğa geçişi sağlanır (Freud ve Bullitt, 1967).

Kız çocuğunda ise ödipal dönem erkek çocuğa göre farklılıklar gösterir. Erkek çocuk gibi kız çocuk da fiziksel farklılığı anlamlandırır. Erkekten farklı olarak bunu bir güç simgesi olarak algılar. Fallüsü ona vermemiş olan anneye karşı nefret duygusu gelişir. Bu duygu ilk olarak memeden kesme davranışında ortaya çıkar. Kız çocuk penis kıskançlığı yaşamaya başlar ve annede olmayan bu fallüsü babada aramaya başlar. Babanın gözdesi olup, onun hazzını yaşayarak ve yaşatarak fallüsüne ortak olma isteği davranışında bulunur. Dönemin ilerisine doğru anneye yönelen nefretin ona anneyi kaybettirebileceği olasılığı ile kayıp endişesi yerleşir. Kız çocuğunda ödipal dönemin sonlanması erkek çocuktaki gibi keskin değildir. Freud hayatları boyunca farklı etki oranlarında bunun kadınlarda devam ettiğini varsaymıştır (Freud, 1992).

Erikson'un 3. dönemine denk gelen bu dönemde girişkenliğe karşı suçluluk teması işlenir. Çocuk bu dönemdeki fiziksel farklılığın getirdiği merak ile davranışlarda bulunur. Merak, davranışın örgütlenmesi, hazzın kendinden başkasında sağlanabilecek olması ve bu hazzın toplumca bazı kurallar tarafından kesinlikle yasaklanmış olması ile gerçek bir yüz yüze gelme durumu meydana getirir. Artık sosyal davranışlar gösterebilen çocuk hem cinsleri ve karşı cinsleriyle akran ilişkileri geliştirmesinin ilk örneklerini verir. Bu dönemde çocuğun davranışlarındaki girişkenliğe neden olan merak davranışı ketlenmemeli, davranışın rasyonel ve doğal çizgisine girmesine yardım edilmesi gerekmektedir (Lederman, 1996).

Bu sosyal etkileşimin ilk örnekleri öğrenme davranışını da içinde bulundurur. Bu dönem çocuğu sorgulayıcı ve meraklı bir tutuma sahip olur. Bu da ileriki dönem akademik başarıları ile direk ilişki içerisindedir. Bu dönemin sağlıklı geçilememesi de çocukta suçluluk duygusunun gelişmesine neden olacaktır (Erikson, 1993).

Çalışkanlık - Aşağılık Duygusu

Çocuk artık okul çağına ulaşmıştır. Ve temel mekanizmaları edinmiş ya da edinmek üzeredir. Genel geçer gelişim kuramlarına göre bu dönem çocuğu işi planlama, işbirliği yapma, öğrenme ve işi başarma gibi edinimleri kazanmıştır. Freud'un bu döneme karşılık gelen dönemi latent dönemdir. Latent dönem gizil dönemdir. Freud libidonal enerjinin kaybolmadığını fakat bir merkezde birleşmediğini ayrıca bu enerjinin üstünün örtüldüğü üzerine görüş bildirmiştir. Latent dönem aslında diğer bütün dönemler gibi bir önceki gelişim dönemi ile etkin bir ilişki içerisindedir (Marcia, 1966).

Toplumsal edinimler ile karşılaşan çocukta, ödipal dönemin elektra ve oedipus komplekslerini yaşayarak bu durumların getirdiği suçluluk duygusunu ve geri çekilmesini latent dönemde bir sonuç olarak gözlemlemek mümkündür. Latent dönemi örgütleyen kuram içi açıklamaların yanında Freud bu dönemin bir sosyal etkilenim sonucu oluştuğunu ve gelişimin doğallığı içerisinde değil de bir yönlendirme sonucu geliştiğini varsaymaktadır (Munley, 1975). Freud hazzın karşılaştığı ilk kastrasyonun çocuğu bu döneme yönelttiğini varsaymaktadır. Bu dönemi tanımlarken psikoz ve nevrozlarımıza bu dönemin psikopatolojik bir kaynaklık ettiğini varsaymaktadır.

Bu doğal olmayan dönemin kendine has sosyalleşme davranışlarını anlatırken akran ilişkilerinin öne çıktığından bahseder. Bu sosyalleşme davranışında cinsel bir güdülenme olmadığını, aslında o dönem çocuklarının hem cinsleri ile oynama isteğinin örnekleriyle açıklamaktadır. Bu dönemin kazançları arasında öteki ve sosyal mekanizmaları anlamak ve uyum sağlamak davranışı olduğundan bahseden Freud, bu öğrenimlerin ödipal dönem zorunlu olayları olduğunu varsaymaktadır.

Erikson (1993) bu dönem tecrübe edilecek ve kazanılacak davranışları çalışkanlık davranışı olarak tanımlamıştır. Girişkenliğin sonrasında başarılı olmak, çalışkanlık davranışının örgütlenmesinde motivasyonel bir kaynaklık edeceği varsayılmıştır (Money ve Clopper, 1974).

Erikson (1993) bu dönemi okula gitmenin de getirdiği psikolojik ve bilişsel gelişmişlik ile ele almıştır. Çocuk sosyalleşme davranışı ile akran ilişkilerinde kendini ait

olduğu grup içerisinde değerlendirerek benliğine referans sağlar ve bu davranışı çalışkan olmak ya da olmamak gibi davranışlar olarak anlamlandırılır. Çalışkanlık durumu, ait olduğu grup orijin alınarak yapılsa da çocuğa karşı böylesine bir tutum negatif bir gelişim seyri yaratacaktır. Eğitim bilimciler ve psikologlar bu durumu değerlendirirken çocuğun bireysel farklılığı ve benzemezliği ile ele alınarak, kendine ait başarılar ölçütünde değerlendirerek, doğru bir gelişim kurgulanması gerektiğinin önemini vurgular. Bu dönem çocuğunun negatif bir yönteme maruz kalması ya da etkilenmesi onda suçluluk duygusunun gelişmesine ve bu duygunun kalıcılığına neden olacaktır (Markstrom, 1999).

Sosyo-Kültürel Gelişim Kuramı- "Yapıyorum" ve "Yapamıyorum" İkilemi

Rus gelişim psikolojisi kuramcısı Lev Vygotsky sosyo-kültürel gelişim kuramının sahibidir. Vygotsky'nin kuramı sosyal etkileşimin bilişsel gelişime olan etkisini açıklamak amacıyla yapılandırmıştır (Vygotsky, 1978). Vygotsky gelişmekte olan çocukların arasındaki sosyal etkileşime ilişkisel bir açıklama getirme gereği hissetmiştir. Bu çocukların çevresiyle olan etkileşimlerinin bilişsel becerilerine etki ettiğini belirlemiştir ve bu sebeple yüksek düzeyde öğrenmelerinin de etkilerini araştırmıştır. Vygotsky kuramının yarım kalma nedeni kuramcının 38 yaşında hayatının son bulmasıdır. Kuramcı bu yaşa kadar yaptığı çalışmalar ile çevresel etkileşim, genetik geçiş ve kalıtımsal özelliklerin birbirleri ile olan etkileşimi üzerinde çalışmıştır (Vygotsky, 1972).

Kuramını kurgularken ilk terminolojisi olan temel zihinsel işlevlerden bahsederek bunları dört ayrı başlıkta incelemiştir; Vygotsky bu temel işlevlerin yeterince gelişmiş olması gerektiğini varsaymaktadır (Vygotsky, 1980).

- Dikkat
- Duyular
- Hafıza
- Algı

Vygotsky'nin kriterize ettiği bu temel zihinsel işlevler bebeklerde sahip olunan ve doğuştan kazanılan işlevler olarak konu edilmektedir. Sahip olduğumuz bu zihinsel işlevler, sosyo-kültürel etkileşim sonucu gelişmektedir. Vygotsky kuramında doğuştan itibaren kaynak kod ile beraber getirdiğimiz bu temel işlevlerin sosyo kültürel etkileşim sayesinde geliştiğini vurgulamıştır. Bu sayede, çevrenin insanın gelişimine nasıl ve ne yönde bir etki alanına sahip olduğuna dair çıkarsama yapmamız daha kolay bir hal almıştır. Bu kuramda çevresel etki ve öğrenme anahtar kelimeler haline gelmiştir.

Vygotsky kuramının genelinde bir "rehber" den bahseder. Vygotsky rehber işlevini tarif ederken, kendine ait ve toplumun değerlerini sentezlemiş bir birey olarak tanımlamaktadır. Çocuk ile toplum arasında bir köprü görevi görerek çocuğun edinimlerine katkı sunar. Bu rehber kişi, çocuğun öğretmeni veya ebeveyni olabilir. Önemli olan ona göre daha ileri düzeyde bir gelişime sahip olması ve yaşça çocuktan daha büyük olmasıdır. Çocuk bu rehberden model alarak öğrenir ve sözlü yönlendirmelerine itaat eder. Rehber tarafından sergilenen davranışları ve açıklamaları anlamlandırmaya çalışır. Çocuk bu edinimlerini, kendi hayatındaki performanslarını ve işlevlerini düzenleyip kurgulamada kullanmaktadır (Vygotsky, Rieber ve Carton, 1993).

Yaşamın ilk yıllarında çocuk temel zihinsel işlevlerini, yüksek zihinsel işlev haline getirebilirse, bu durum onda bağımsız öğrenme ve düşünme durumunu da tetikleyecektir. Bu gelişim dönemine gelebilmemiz için temel zihinsel işlevlere sahip olup bunun sosyo kültürel bir etkileşime uğraması gerekmektedir. Bu durumun sonucunda oluşması muhtemel olan bağımsız öğrenme ve düşünme durumu da bilişsel beceriyi ve gelişimi destekleyecektir. Kuramın terminolojisinde "daha fazla şey bilen öteki" ifadesine karşılık gelen "rehber" ifadesi bulunmaktadır. Daha fazla şey bilen öteki rehber, çocuğun öğrenme işlevine yardım etmekle beraber, onunla girdiği etkileşimin sonucunda bir gelişim göstermesine de yardımcı olmuş olacaktır (Vygotsky Akt: Rieber ve Wollock 1997).

Toplumun parçası olan rehber bu yolla çocuk ile sosyo-kültürel bir ilişki içerisine girecektir. Bu sayede çocuk ait olduğu üst grup veya alt gruplara uyum sağlamada sıkıntı çekmeyecek, istikrarlı bir gelişim çizgisi tutturacaktır. Kuramın bir başka tanımlanmış terimi olan "Zone of proximal development" yani yakın gelişim alanımız oldukça önem arz etmektedir. Vygotsky her insanın temel zihinsel işlevlerinde bir farklılığa sahip olduğunu

varsaymıştır (Vygotsky, 1980). Fakat bu durumda sınırlılık yaşayan bireylerin bile sosyal etkileşim ile kendine geniş bir yakın gelişim alanı sağlayacağını da varsaymıştır. Yakın gelişim alanı, çocuğun algısal ve yorumlama perspektifince bir alan kazanır. Şöyle ki "yapıyorum" ve "yapamıyorum" fikirlerini bir çerçeve olarak kabul edersek "yapıyorum" fikrinin sınırlarında bir rehber etkileşimi tarif edilir ve geri kalan alan ise yapamadığı fikri ile çevrilmiştir. "Yapıyorum" ile "yapamıyorum" arasında kendine yakın gelişimsel bir alan edinen çocuk bu alanı rehber sayesinde keşfederek "yapıyorum" halini aldırır ve yüksek zihinsel işlev kazanımı gerçekleşir.

Vygotsky sosyokültürel öğrenmenin yanında dil kullanımının da önemli bir değişken olduğunu vurgulamıştır. Vygotsky dili sosyo-kültürel gelişimin olmazsa olmaz bir aracı olarak tanımlamıştır. Gelişime hazır olan çocuk rehberinden aldığı dil merkezli talimatlar ile entelektüel bir bağ oluşturur. Bu bağın yüksek zihinsel işlevler gibi devamlılığını kazanarak gelişim göstermesi, çocuğun bu olguyu nasıl ve ne kalitede kullandığı oranında farklılıklar göstermektedir. Vygotsky monolog araştırmalarına da önem göstermiştir. Bu dönem çocuğunda gözlemlenen bu davranış hali Piaget ve Vygotsky tarafından işlenmiştir (Vygotsky, Rieber ve Carton, 1993).

Vygotsky teoreminin kökenlerini kollektivist bir temele oturtmuştur. Vygotsky teorisinde diğer teorisyenler gibi farklı değişkenliklere farklı düzeyde önem vererek sosyokültürel yapının bilişsel gelişimi üzerine etkilerini açıklamıştır. Piaget ise bilişsel gelişim teorisini yapılandırırken bunu birey merkezli bir temelde inşa etmeye çalışmıştır. Vygotsky'nin tersine, Piaget'nin bilişsel gelişim teorisinde gelişim, birey ve onun zamanla olgunlaşması ile devam eder ve aslında gelişim tam anlamıyla bireyle ilişkilidir (Vygotsky, Rieber ve Carton, 1993).

Vygotsky'de ise sosyokültürel yapıların ve değişkenlerin bireyin bilişsel gelişiminde aktif rol oynadığından bahseder. Vygotsky dil gelişiminden bahsederken bu gelişimin direkt olarak sosyokültürel değişkenlerle iletişim sağlayan bir araç olduğunu belirtmiştir. Aslında bu yönüyle dilin düşünceyi ve de gelişimi direkt olarak etkilediğini varsaymaktadır (Vygotsky, Rieber ve Carton, 1993). Piaget'e göre düşünce, olgunlaşma sonucu oluşur ve dil de aslında yine bu olgunlaşmanın bir sonucudur. Temel alınan düşüncedir. Piaget monologlar üzerine çok fazla çalışmamıştır. Bu fenomeni açıklarken

işlem öncesi dönemin tipik davranışlarından olan benmerkezci tavrın bir yansıması olduğundan bahseder. Aslında dili açıklarken yaptığı tanımdaki gibi dilin olgunlaşma sonucu oluşan, aslında temelinde yatan değişkenlerin önemine vurgu yapması monolog olgusuna bakış açısını göstermektedir.

Vygotsky "yapıyorum" ve "yapamıyorum" durumlarını çokça önemsemiştir. Bunun nedeni olarak çocuğun tecrübe ettiği durumların potansiyel gelişim alanında ne kadar performans göstereceğini etkilediğini varsaymıştır. Örneğin çocuk bir iş için "yapamıyorum" geliştirir ise potansiyel gelişimini gerçekleştiremez. Tam bu noktada rehber çocuğun yapamadıklarını belirleyerek yapması yolunda destekler ve motive eder. Bu durum hem fiziksel hem de psikolojik olarak çocuğu olası gelişim alanının sonuna ulaştırabilecektir. Çocuk gelişim potansiyelini gerçekleştiremez ise suçluluk ve utanç geliştirmesi muhtemeldir. Vygotsky'nin bu nedenle eğitim ve fırsat eşitliği konusunda hak temelli bir bakış açısı geliştirdiği görülmektedir.

Jean Piaget Bilişsel Gelişim Kuramı ve Şemalar

Jean Piaget ve Bilişsel Gelişim Kuram'ı gelişimsel psikolojinin literatürüne kaynaklık eden bir teoridir (Piaget, 2013). Piaget gelişimi bilişsel bir bakış açısı ile ele almıştır. Piaget'nin kuramını açıklamadan önce temel kavramlarından bahsetmemiz gerekir:

- Dengelenme
- Şema
- Adaptasyon
- Özümleme ve Uyma

Kuramını inşa ettiği bu temel kavramlar teorinin nasıl bir evresel süreçte işlediğini açıklamaktadır.

Dengeleme, bireyin edindiği tecrübelerin henüz karşılaştığı durumlar arasında zihinsel dengeleme işlevidir. Bu durum bilişsel gelişim için büyük öneme sahiptir. Piaget bozulan

ve yeniden kurulan zihinsel dengenin bilişsel gelişimi sağlayacağını varsaymıştır. Şema ise öznenin dünyayı tecrübe ederken kullandığı şema kalıplardır. Adaptasyon terimi ise mevcut şemaların çevresel koşullara göre yeniden örgütlenmesidir. Piaget'e göre çevresi ile adaptasyonu oranında bir zeka fonksiyonundan bahsedilir. Şemaların oluşması ve bu şemaların özümleme ve uyma davranışı ile sonuçlanması gerekmektedir. Bu durum bilişsel gelişimi meydana getirmektedir (Piaget, 2013).

Adaptasyon özümleme ve uyma davranışına sebep olmaktadır. Özümleme, şemalarına göre edinimleri açıklarken; uyma ise çevresel uyarıcılara uygun değişimler, şemalar edinmektir (Piaget ve Cook, 1952).

Piaget evre kuramcısıdır. Evre kuramcıları gelişim kronolojik bir şekilde tanımlamaktadır. Piaget'nin kuramı dört evreden oluşmaktadır. Bu evreler şunlardır:

- Duyusal Motor Dönemi (0 – 2 yaş)
- İşlem Öncesi Dönem (2 – 6 yaş)
- Somut İşlemler Dönemi (6 – 11 yaş)
- Soyut İşlemler Dönemi (11 – 18 yaş)

Bu gelişim dönemlerinde ilerledikçe hem anlama hem de problem çözme yeteneklerinde niteliksel bir ilerleme sağlanacağı varsayılmaktadır (Piaget, 2013).

Duyusal motor döneminde çocuk duyusal bir algılama şekli benimsemektedir. Refleksif hareketlerin hâkim olduğu bu dönemin sonuna doğru amaçlı davranışların ilk örneklerine rastlanacağı Piaget tarafından varsayılmıştır. Bu dönemin önemli edinimlerinden olan nesne sürekliliği bu süreçte kazanılır (Piaget ve Cook, 1952).

İşlem öncesi dönemde ise çocukta ben merkezcilik hüküm sürmektedir. Bu ben merkezcilik kendini bu dönemin karakterindeki monologlar ile belli etmektedir (Piaget, 2013). Piaget bu dönemde nesne korunumunun da kazanıldığını belirlemiştir. Ben merkezcilik durumunun bilişsel bir yetersizliğin sonucu görüldüğünü söyleyen Piaget çocuğun farklı bakış açılarını anlamlandıramayacağından söz eder (Piaget, 1964).

Somut işlemler döneminde çocuk artık mantıksal çıkarımları yapabilmektedir. Problem çözme yetenekleri somut nesnelerden yapılan referanslar ile mümkün olmaktadır. Bir önceki dönemde olan ben merkezcilik durumu bu dönemde giderek azalır. Korunum ilkesi ve sınıflama, sıralama yapmada geçtiğimiz dönemlere göre ivme kazanmaktadır. Bu dönemin eksikliği ise soyut nesnelerin edinimleri ve işlemleri konusunda bilişsel yetersizlik oluşmasıdır (Piaget, 2013).

Son evre olan soyut işlemler dönemi ise bilişsel gelişimin gerçekleştiği Piaget'e göre son evredir. Bu dönem çocuğunun düşünme şekli tümdengelim şekliyle inşa edilir. Zamansal bakış açısı gelişir ve soyut kavramlar artık anlamlandırılmaya başlamıştır. Piaget'e göre uyarıcılar adaptasyon tepkisinin kalitesi perspektifinde bir bilişsel gelişim oluşturmaktadır. Bilişsel yeterliliğin kazanılmasıyla beraber bu yeterliliğin oluşturduğu kronolojik sırayla evrensel bir sıralama ile gerçekleşmektedir.

Piaget şema temelli bir bakış açısı geliştirmiştir. Erken dönemde bilişsel yetersizlikleri nedeniyle oluşturduğumuz şemaların hayatımızı ve davranışlarımızı etkilediği kabul edilmektedir. Araştırmamız özelinde bakıldığında suçluluk ve utanç şemaları hem bilişsel değişkenler hem de bunların örgütlediği tecrübeler sonucunda oluşmaktadır. Vygotsky'nin kuramında bulunan "yapamıyorum" durumu şematik bir hal aldığında, davranışlarımıza ve psikolojimize etki etmektedir. Bu nedenle, insan davranışlarını ve psikolojisini anlamak için şemaları anlamak büyük öneme sahiptir.

Bronfenbrener Ekolojik Kuram ve Toplum Etkisi

Bir başka gelişim kuramcısı olan Bronfenbrenner'in Ekolojik Sistem Kuram'ı gelişim alanına makro bir bakış açısı sunmuştur. Doğada yaratım şansına sahip olmuş bütün organizmalar toplumsal sosyalleşme davranışı göstermektedir. İnsanların bu durumu, toplumsal bir bütünlük kazanması, tarımsal etkinliğin keşfedilmesi ve yerleşik hayata geçilmesi ile başlamaktadır. İnsan toplumsal bir yaşam formudur (Bronfenbrenner, 1992).

Organizmanın yaşadığı çevre ile fiziksel ve psikolojik etkileşimi beklenen bir sonuçtur. Organizmanın içinde bulunduğu çevre ile ele alarak araştırma öznesi haline

getirilmesi ekolojik yaklaşım sınırlarına girmektedir. Bu yaklaşımın özne ve nesnesinin çevresel etkileşiminin süreklilik arz edecek şekilde süregelmesine ise ekosistem denir. Bronfenbrener'in teorisi geçerliliğini, değişimi esas alması ile sürdürmektedir. Bronfenbrener teorisini birbiri içinde bulunan sistemsel daire ile illüstre etmiştir. Bu dairelerin merkezinde ise çocuğu figüre etmiştir. Şematik tanımlama şeklinde çocuğa yakınlığı ölçüsünde etkisel merkezleri belirlemeye çalışmıştır (Bronfenbrenner, 1992).

Brener'in kuramında çocuk, modellemenin merkezinde bulunmaktadır. Bu merkezde olan çocuğu etkileyen merkezler ve bu merkezlerin birbirleri ile olan etkileşimi de konu alınmaktadır. Çocuğun teorinin içinde bulunan işlevi hem etkileyen hem de etkilenen pozisyondadır Ekolojik yaklaşımın irdelediği gelişimin kalitesi teoremin içindeki uyarıcı merkezleriyle yaşadığı yaşamsal deneyimleri ölçüsünde nitelik kazanmaktadır. Ayrıca bu uyarıcı merkezlerinin kendileri arasındaki iletişim ve etkileşimleri, özne olan çocuğun gelişiminde aktif rol oynamaktadır. Kuramın gelişim fenomenine bir diğer farklı bakış açısı ise çocuğun etkilenmek için direkt olarak sistemin içinde bulunmasının gerekmemesidir (Bronfenbrenner, 1995).

Çocuğun gelişimine daha makro bir perspektiften bir bakış açısı geliştiren Bronfenbrener "çocuğun gelişiminde bütün sistemin önemine vurgu yapmıştır. Çocuğun gelişimini anne ile olan etkileşiminden başlayarak kültürel mirasının onu nasıl bir gelişim seyri edindireceğine kadar geniş bir yelpazede inceleyerek teorisini kurgulamıştır. Teorisinin terminolojisinde bulunan öğeler: özneye yakınlık derecesine göre şu şekilde sıralayabiliriz:

- Mikrosistem (Microsystem)
- Mesosistem (Mesosystem)
- Eksosistem (Exosystem)
- Makrosistem (Makrosystem)

Kuramın terminolojisinde bulunan mikrosistem aslında en fazla gelişimsel etkiye sahip olan sistemdir. Çocuğa en yakın ve günlük hayatta paylaşım içinde olan insan gruplarının

etkisini açıklamaya çalışan bir sistemdir. Bu sistemde bulunan öğeler okul, aile, akrabalar ve arkadaşları içine almaktadır. Bu sistemin açıkladığı bir örnek olarak akran zorbalığı ele alınabilir (Bronfenbrenner, 1992).

Mesosistem ise iki sistemin etkileşimi ile ortaya çıkan bir sistemdir ve bu sistemde de direkt olarak sistemin içinde bulunmaktan bahsedebiliriz Eksosistem çocuğun direkt olarak içinde olmadığı ama onu etkileyen merkezlerden meydana gelmektedir. Toplumun sahip olduğu kurumlar ve politikalar da bu sistem ile ele alınmaktadır. Ebeveyn arkadaşları, ebeveyn meslekleri, komşular, sosyal politikalar, yasal düzenlemeler gibi kurum ve terimler bir şekilde etkisini çocuğun üstünde ve gelişiminde göstermektedir. Son sistemimiz olan Makrosistem etkisi en dolaylı olan sistemdir. Bu sistemin bileşenleri daha sosyal makro kavramlardır.

Urie Bronfenbrener'in teorisinin literatürel bakış açısına katkısı kişilik psikolojisini ve gelişim psikolojisini makro kavramlarla ele almasıdır. Toplumsal bir varlık olan insanı, araştırmanın öznesi haline getirmeden önce güvenirlik ve geçerliliği yüksek düzeyde sağlamak, bir epistemolojik gerekliliktir. Özneye bakış açımızı genişleterek daha geçerli araştırmalara kaynaklık etmiştir. Kişi kendini değerlendirirken, içinde bulunduğu toplumun parametrelerine göre değerlendirmektedir. Benlik olgusu James'e göre bilen ve bilinen ben olarak ikiye ayrılmaktadır. İnsan sürekli olarak "bilinen ben" üzerinden kendisi ile ilgili imaj çizmektedir. Bu durum da toplumun kişinin benliğine etki ettiğini göstermektedir. Brener kuramında büyük bir sosyal etkiyi tarif etmiştir. Bu kuram sosyal öğrenme kuramı ile beraber düşünüldüğünde, suçluluk ve utanç durumlarının da toplumsal bir edinimle meydana geldiğini söyleyebiliriz (Bronfenbrenner, 1992).

Sosyal Anksiyete ve Fobi

Sosyal fobi yaygın olarak kullanılan Amerikan Psikiyatri Birliği tarafından yayınlanan DSM-V' kitabında; bireyin tanımadığı insanlar karşısında, performans gerektiren durumlarda inatçı, belirgin ve yoğun bir korku yaşaması olarak tanımlanmaktadır. DSM-V-TR (APA 2013)'e göre sosyal fobide, utanç duyulabilecek toplumsal bir eylemin gerçekleştirildiği durumlardan belirgin ve sürekli korku duyulur (A

ölçütü). Korkulan, toplumsal eylemin gerçekleştirilmesi gereken durumla karşılaşma bir anksiyete belirtisi doğurur (B tanı ölçütü). Bu bozukluğu olan ergenler ve erişkinler korkularının aşırı ya da anlamsız olduğunu bilirler (C tanı ölçütü) ve çoğu zaman korkulan toplumsal eylemin gerçekleştirildiği durumlardan kaçınılsa da bazen korkuya katlanılır (D tanı ölçütü).

Suçluluk ve utanç olguları kültürler arası farklılığı olan duygulardır. Bu duyguları değerlendirirken DSM gibi makro ve kollektif verileri esas alan tanı ölçütlerinin kullanımı güvenilir ve geçerliliği kısmı oranda düşürmektedir. Braithwaite (1989) tarafından utanç ve suçluluk özelinde yapılan kültürler arası araştırmaya göre göçmenler ve amerikalı yerli kişiler arasında suçluluk ve utanç durumları istatistiksel anlamlı şekilde farklılaşmaktadır. Bu araştırma bulguları göstermektedir ki suçluluk ve utanç durumları kültürler arası değişen bir niteliğe sahiptir.

Sosyal fobi, popülasyonun %3 ile %13 oranında görülen yaygın bir anksiyete bozukluğudur. Sosyal anksiyetenin cinsiyete göre farklılık göstermediğini gösteren çalışmaların yanı sıra alan çalışmalarında erkeklerde sosyal fobi görülme sıklığının kadınlardan daha az olduğu, klinik çalışmalarda ise erkeklerin daha fazla olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Bu durum erkeklerin daha fazla tedavi arayışında olduğu şeklinde açıklanmaktadır (APA, 1993).

Ergenlik dönemi arkadaş guruplarının üyesi olmanın ve başkaları üzerinde iyi izlenimler bırakmanın çok önemli olduğu bir dönem olduğu için birçok araştırma sosyal anksiyete ergenlik döneminde daha yoğun olarak ortaya çıktığı ve geliştiği üzerinde birleşmektedir (Sübaşı, 2010). ABD'de yapılan araştırmalarda klinik örneklemin %75'inde görülen sosyal fobinin başlangıç yaşı 8 ile 15 yaş arasında değişmekle birlikte ortalama başlangıç yaşı 13'tür. Başlangıcının yetişkinlikte görülmesi nadir olmakla birlikte, yeni sosyal roller gerektiren yaşam değişiklikleri ya da küçük düşürücü yaşantılardan sonra sosyal fobi geliştirildiği görülebilmektedir. Çocukluk çağında ise sıklıkla sosyal inhibisyon ve utangaçlık öyküsü alınan kişilerde başladığı görülmektedir. Ergenler daha küçük çocuklara göre daha çok korku ve kaçınma tepkisi gösterebilmektedir. Yaygınlık oranları yaş ile azalmakla birlikte, ileri yetişkinler daha geniş yelpazedeki durumlara karşı, genç yetişkinler ise spesifik durumlara karşı sosyal anksiyete geliştirmektedir (APA, 2016).

Araştırmalarda ana-baba tutumları ile sosyal anksiyete ilişkili bulunmuştur. Aşırı koruyucu ve reddedici tutumun sosyal ortamlarda değerlendirme kaygısına yol açtığı bulunmuştur (Karacan, Şenol ve Şener, 1996).

Sosyal anksiyete ile özsaygı arasında negatif bir ilişki saptanmıştır. Sosyal kaygının gelişiminde rol oynayan faktörlerin büyük bölümünün özsaygı gelişiminde de yer aldığı belirlenmiştir (Leary ve Kowalski, 1995).

Zarem (2006) psikoloji literatüründe utanç ile ilgili ilk kapsamlı araştırmaları yaptığı için Psikanalist Helen Block Lewis'den 'utancın ebesi' olarak bahsetmektedir. H. B. Lewis utancı küçük düşme, çekingenlik, gülünç duruma düştüğünü hissetme, acı verici bir öz-bilinç, mahcubiyet ve hayal kırıklığından oluşan duygular bütünü olarak tanımlamaktadır (Lewis, 1971). Arnold Buss'a göre bireyin kendinden bir sosyal nesne olarak farkında olması ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilebileceğini biliyor olması utanç duygusunun temel nedenidir. Bireyin kimliğiyle yakından ilişkili olan ve acı veren utanç duygusu benliğin kendini yetersiz hissetmesinden gelmektedir ve kişinin geri çekilmesine neden olmaktadır. Psikolojik hastalığı olan bireylerin herhangi bir eylem içindeyken suçluluk hissedebildiklerini ancak utancı kim oldukları ile ilgili durumlarda yaşadıklarını dile getirmişlerdir (Greenberg ve Watson, 2006: 57).

Suçluluk duygusu ise kanunen, dinen ya da ahlaken ayıplanan bir şey yapıldığında toplumsal normların ya da bireysel standartların çiğnendiği düşüncesiyle hissedilen pişmanlık ve rahatsızlık duyguları olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2003: 702). Lewis'e göre suçluluk, bireyler tarafından benliğe göre değil yapılan hatalı davranışa göre değerlendirilmektedir. Birbirine yakın olan bu iki duygunun ayrıştığı temel nokta; utancın ahlaki olan ya da olmayan bir uyaran tarafından harekete geçtiği (başarısızlık vb.) ancak suçluluk duygusunun sadece ahlaki bir ihlalden sonra oluştuğudur. Diğer bir deyişle utanç duygusu kişisel yetersizliğin farkında olunduğu zaman ortaya çıkarken suçluluk duygusu ahlaki standartların ihlali durumunda ortaya çıkmaktadır (Lewis, 1971). Ayrıca utanç durumunda benlik pasif ve çaresizken suçluluk durumunda, benliğin yapıp yapmadığı davranış söz konusudur (Hoblitzelle, 1987: 208).

Çeşitli araştırmalarda kadınların erkeklerden daha fazla utanç, erkeklerin kadınlardan daha fazla suçluluk yaşadığı belirtilmektedir. Bu durum kadınların daha sosyal, daha az saldırgan ve ikinci sınıf sosyal statüye sahip olmaları nedeniyle utanç tecrübelerine yatkın oldukları, erkeklerin ise tersi bir durumla suçluluk duygularına hassas olduğu ifade edilmektedir (Lewis, 1971).

Türkiye'de Şahin (1994) tarafından yapılan çalışmada utancın depresyon belirtilerinden biri olduğu ve başkalarının gözündeki benlik değeriyle ilişkili olduğu rapor edilmiştir.

Sosyal Anksiyete ve Fobinin Tarihçesi

Sosyal anksiyete topluma açık bir alanda başkaları ile beraber olmaktan iletişime geçmeye kadar birçok davranışın değerlendirilmesinde kaygı duyma ve bu ortamlardan kaçınma hali olarak tanımlanmaktadır (Sayar ve ark., 2000).

Sosyal fobi kişide tanılanırken; öteki tarafından incelenme, değerlendirilme durumunda sürekli korku ve kaygı duyma hali, aynı zamanda bu değerlendirme sonucunda utanılacak veya komik duruma düşme korkusu olarak sıklıkla görülmektedir. Sosyal fobiye sahip olan bireylerin sosyal hayata katılımı sırasındaki her durumda çekingen davranma, iletişim fırsatlarını değerlendirememe gibi sonuçlar da yaratmaktadır. Şiddetli korku ve kaygının fizyolojik tepkileri titreme, terleme ve çarpıntı gibi belirtiler ile beraber görülmektedir (İzgiç ve ark., 2000).

Sosyal durumlarda gergin olmak sosyal fobimiz olduğu anlamına gelmez. Birçok kişi zaman zaman utangaç veya belirli dönemlerde içine kapanıktır, ancak bu durumlar günlük işlerini etkilemez. Sosyal fobide ise normal rutinine müdahale eder ve muazzam bir sıkıntıya neden olur (Sayar ve ark., 2000).

Sosyal fobinin duygusal belirtileri arasında; günlük sosyal durumlarda aşırı endişe, yaklaşan bir sosyal durum öncesi günler, haftalar veya aylarca yaşanan yoğun endişe, başkaları tarafından izlenip değerlendirilme korkusu bulunmaktadır. Fiziksel belirtiler ve semptomları; kırmızı yüz veya kızarma, nefes darlığı, mide bulantısı (diğer bir deyişle kelebekler uçuşması), titreme (titrek ses dahil), kalp atışları veya göğüste sıkışma, terleme

veya kızarıklık, baş dönmesi veya bayılmış gibi hissetmek, zorla yutma, kas titremesi sayılabilmektedir (Öztürk ve ark., 2005).

Örneğin, bir konuşma yapmadan önce heyecanlanmak normaldir. Ancak sosyal kaygılarınız varsa, önümüzdeki haftalarda olacak bir sosyal performans için endişelenebilirsiniz (Mercan ve ark., 2012).

Bu sorunun tek örneği kişinin kendisi gibi gelse de sosyal kaygı aslında oldukça yaygındır. Birçok kişi bu korkularla uğraşmaktadır. Fakat sosyal fobinin belirtilerini tetikleyen durumlar farklı olabilir. Bazı insanlar çoğu sosyal durumda endişe yaşarlar. Diğerleri için kaygı, yabancılarla konuşma, partilere karışma veya izleyici önünde gerçekleştirme gibi belirli sosyal durumlarla bağlantılıdır.

Sosyal Anksiyete ve Fobinin Tanılama Kriterleri

DSM II'de fobik bozuklar "nörozlar" altında toplanırken ilk defa DSM-III'te yer alan sosyal fobi, fobik bozukluklar kısmında panik ataklı-ataksız agorafobi, sosyal fobi ve basit fobi olarak gruplandırılmıştır. DSM III'de sosyal fobi başkaları tarafından değerlendirileceği bir veya birden çok durumdan sürekli ve gerçeğe uygun olmayan korku duyma ve bu durumdan kaçınma, korkma olarak tanımlanmaktadır. Ek olarak anksiyete belirtilerinin fark edilmesi durumundan korkarak belirti göstermesi durumu da sosyal fobi tanı kriterleri arasına eklenmiştir.

DSM IV'de ise DSM III'e göre belirlenen kriterler farklılaşmıştır. Sosyal fobinin sınıflandırılması durumu tartışmalı olmakla beraber DSM IV'e göre performans, sınırlı etkileşimsel ve yaygın tip olarak sınıflandırılmış olsa da sosyal fobinin alt tiplerini ayrıştıran yeni üçlü bir sistem oluşturulması APA tarafından önerilmektedir. WHO tarafından hazırlanan ICD ise DSM'ye benzer şekilde tanı kriterlerini genişletip geliştirmiştir (Apa, 2016).

Kaygı bozukluğu araştırmalarından elde edilen mevcut kanıtlar, çekingen kişilik bozukluğu olan sosyal fobiklerin daha fazla kaygı yaşadığını ve tek başına sosyal fobisi olan hastalara göre daha fazla sıkıntı yaşadıklarını göstermektedir (Bacanlı, 1999).

Çekingen kişilik bozukluğu ve sosyal fobi, iki ayrı eksen üzerine yerleştirilmiştir. Sosyal fobi eksen I'de, kişilik bozuklukları içinde bulunan çekingen kişilik bozukluğu ise eksen II'de konumlandırılmıştır. Her iki bozukluk da biraz farklı tarihsel ve klinik geleneklerden gelmiş olsa da çekingen kişilik bozukluğu ve sosyal fobi arasındaki benzerlik baştan beri belirgindir.

Çekingen kişilik bozukluğu ve sosyal fobiyi ele alan bir araştırmada 2 yıllık izlem bulgularına dayanılarak, çekingen kişilik bozukluğu ve sosyal fobi grubunun belirgin bir şekilde ayrılamadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmada ayrıca sosyal fobiye çekingen kişilik bozukluğunun eklenmesinin daha kötü sonuçlara yol açtığına da vurgu yapılmıştır.

Sosyal fobinin psikiyatrik rahatsızlıklarla birlikte görülmesinin esas nedeni, sosyal fobiklerin yaşamış oldukları fobi sebebiyle sorumluluklarını gerçekleştirememeleri ve kendilerini mecbur eden, kabiliyetlerini ortaya çıkarmalarına ve kendilerini kanıtlamalarına mani olan bu durum sebebiyle ruhsal bozukluk oluşmasına karşı daha hassas olmaları şeklinde ifade edilebileceği gibi, ruhsal bozukluğun oluşması sebebiyle sosyal çevreden uzaklaşma, dışlanma, kendini eksik görme gibi nedenlere veya her ikisine de bağlı olabilir

Rapee ve Heimberg (1997) tarafından yapılan sosyal fobinin bilişsel davranış modelinde, sosyal fobinin utangaçlıktan aşırıya ve sosyal değerlendirmeyle ilgili endişe derecesine kadar devam ettiği varsayılmaktadır. Bu modele göre, sosyal fobisi olan insanlar başkaları tarafından olumlu değerlendirilmenin çok önemli olduğu düşünmektedirler. Sosyal fobisi olan bir kişi sosyal bir ortama girdiğinde, "izleyici" tarafından görülen kendisinin zihinsel temsilini oluşturur (Özgüven, ve Sungur, 1998). Kişinin aklındaki bu iç temsiliyle, kişi sosyal ortamda algılanan herhangi bir tehdidin dış göstergelerini beklemektedir.

Benliğin zihinsel temsiliyeti, uzun süreli hafızadan (daha önceki deneyimlerden), dahili ipuçlarından (fiziksel semptomlardan) ve harici ipuçlarından (izleyiciden geribildirim) gelen girdilere dayanır. Ardından kişi, izleyicinin gördüğü şekliyle zihinsel temsilini karşılaştırır. Bu iki faktör arasındaki tutarsızlık, seyirci tarafından olumsuz değerlendirilme olasılığını ve bunun olası sonuçlarını belirler. Kişi negatif değerlendirmeyi öngöreceği zaman, kaygı fizyolojik (kızarma), bilişsel (kendilikle ilgili olumsuz düşünceler) ve davranışsal (kaçınma) belirtilerle başlar (Sevinçok, Şahin ve Yüksel, 1998).

Bu kaygı bozukluğunun anlaşılması için teorik bir çerçeve oluşturmakta zorlanılmaktadır. Bununla birlikte, rol oynadığı düşünülen risk faktörlerinin karmaşıklığını göz önüne alarak, belirli bir düşünce ekibi biyolojik, psikolojik ve çevresel faktörleri, bu kaygı bozukluğunun etiyolojisini temsil edebilecek bir durum-stres paradigması ile ilişkilendirir. Belirli bir psikolojik rahatsızlık açısından bakıldığında, Hastalığın gelişiminde eğer genetik faktörlerin etkisi bulunuyor ve ailede de görüldüğü biliniyor ise çok daha az stres bile bu kişilerde rahatsızlığın ortaya çıkması için yeterli olabilir. Son beş yılda bu bağlamda çeşitli modeller ortaya atılmıştır (Bayramkaya, 2009). Bu modeller çoğunlukla, toplumsal ve kültürel etkilere eklenen genetik ve mizaç faktörleri, bilişsel özellikler, ebeveyn-çocuk etkileşimleri ve olumsuz ortamlar da dahil olmak üzere sosyal fobinin gelişimine katkıda bulunan dört farklı alanı tanımlamaktadır. Bunları birbirine bağlamak gelişimsel bir psikopatoloji perspektifi olup, gelişmekte olan bir bireyde koruyucu faktörlerle etkileşen risk ve hassasiyet faktörleri arasındaki ilişkiyi vurgulamaktadır.

Çevresel faktörler sosyal fobinin etiyolojisinde önemli bir rol oynayabilir. Birçok çalışmada, sosyal fobisi olan kişilerin yakınlarında da sosyal fobi için bir risk bulunmuştur. Çevre faktörleri arasında ebeveyn-çocuk etkileşimleri birçok çalışmada incelenmiştir (Sungur ve Dilsiz, 1995). Bu çalışmalar ebeveyn aşırı koruması, ebeveyn reddi ve ebeveynler ile çocuklar arasındaki duygusal uzaklığın sosyal fobinin etiyolojisinde rol oynayabileceğini belirtmektedir.

Bazı araştırmalara göre, sosyal fobisi olan insanlar travmatik sosyal deneyimler yaşamış ve benliğin olumsuz imgelerine neden olmuştur. Bunun ile birlikte, bu alandaki araştırmalar azdır ve retrospektif araştırmaya dayanır. Dahası bu faktörler, sosyal fobinin yanı sıra birçok zihinsel sağlık bozukluğunun gelişimini etkiler. Bu nedenle sosyal fobinin köklerini anlamak için daha ileri araştırmalara ihtiyaç vardır (Akdemir ve Cinemre, 1996).

Genel olarak ruhsal ve davranışsal bozuklukların birçoğunda olduğu gibi sosyal fobide de kalıtımsal etmenlerin varlığından söz etmek durumundayız. Tek ve çift yumurta ikizlerinde yapılan çalışmada, tek yumurta ikizlerinin sosyal kaygı skorlarının diğerlerine oranla açık ara daha yüksek olduğu vurgulanmıştır. Buna karşın yapılan araştırmada yalnızca kalıtımsal faktörlerin etkisini göz önünde bulundurmanın bizi doğru bir yargıya

götürmeyeceğini söyleyerek, ailelerden gelen genetik etmenlerin çevresel faktörler ve davranışsal ketlenme ile şekillendiğini belirtmişlerdir (Demir, 2009).

Kendler ve arkadaşları (1992), 2000 civarında tek ve çift yumurta ikizi anneler üzerinde yapılan bir başka çalışmada ise sosyal fobinin çevresel etmenlerden oldukça etkilendiği görülmüştür. Buna ek olarak kayda değer bir oranda kalıtımsal faktörlerden de ilham aldığını belirtmişlerdir.

Son yıllarda yapılan sosyal fobi araştırmalarında, genetik faktörlerin etkisi ön plana çıkarılmaktadır. Bu çalışmalar sosyal fobinin nörolojik boyutu üzerinde de durmaktadır ve nörotransmitterler arasındaki iletişimi sağlayan serotonin ve dopaminin bir şekilde zarar görmesiyle kişide kaygı durumunun oluştuğunu ifade etmektedir (Erkan, 2002).

Sosyal fobi üzerine yapılan araştırmaların yoğunlaşmasıyla, davranışsal ketlenme ve davranışsal sorunlar ile olan bağlantısı dahilinde de çalışılmaya başlanmıştır. Sosyal fobiye sahip bireyin kaygı yaşadığı durumda göstermiş olduğu sosyal çevreden geri çekilme, fiziksel tepkilerde artma ve sözlü iletişim kurmaktan kaçınma gibi semptomlar göstermesi davranışsal ketlenme ile olan korelasyonunu arttırmıştır. Yapılan bir çalışmaya göre bebekler 21 aylıkken alınmış ve 7 yaşına dek gözlemlenmiştir. Davranışsal ketlemeleri çok olan ebeveynlerin bebeklerinin, ileriki yaşlarda kaygı bozuklukları ile karşı karşıya kalma ihtimalinin yüksek olduğu görülmüştür (Erkan, 2002). Çalışmada kalıtımsal etmenlerin varlığına değinilirken bu durumun sosyal etmenlerden de meydana gelmiş olabileceği üzerinde bir görüş bildirilmiştir. Bu araştırmaya ışık tutacak bir başka çalışmada da davranışsal ketlenmesi fazla olan anne ve babaların çocuklarının çekingen ve kaçınmacı bir tutum sergiledikleri görülmüştür.

Son zamanlarda, bir grup araştırmacı, ebeveynlik stillerinin, anksiyete bozukluklarının iletilmesi için mekanizmanın bir parçası olduğunu söylemektedir. Aşırı denetleyici ve daha az sıcak ebeveynlik stillerinin kaygılı ve düzensiz ebeveynler arasında daha yaygın olacağını öne sürmektedirler (Doğan ve ark., 2013). Yapılan bir çalışma raporunda kaygı bozukluğu olan annelerin ve babaların düzensiz yetiştirici (daha az sıcak) ve yetiştirme stilinde daha kısıtlayıcı (aşırı kontrollü) ebeveynler olduklarını tespit ettiler.

Sosyal fobi üzerinde etkili olduğu düşünülen bir diğer olgu ailesel faktörlerdir. Yapılan çalışmalar doğrultusunda sosyal fobik bir aile ferdine sahip olan çocukta sosyal fobi ile karşılaşılma olasılığının oldukça yüksek olduğu görülmüştür. Türkiye'de yapılan bir çalışmada çocuk ve ergen bireyler ele alınmış ve aileleri incelenmiştir. Sosyal fobiye sahip olanların ebeveynlerinin psikiyatrik geçmişi olduğu, olmasa dahi oldukça kaçınmacı bir tutum içerisinde bulundukları ve depresyon ölçeğinden almış oldukları puanların diğerlerine oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir (İzgiç ve ark., 2000).

Sosyal fobi ile diğer ruhsal bozukluklar, özellikle kaygı bozuklukları, karşılaştırıldığında, sosyal fobinin ailesel faktörlerden etkilenme sıklığının oldukça yüksek olduğu bilgisi literatürde yerini almaktadır. Yapılan çalışmalar sosyal fobi yaşayan bireylerin ailelerinde diğerlerine nazaran ruhsal bozukluk görülme yüzdesinin daha fazla olduğunu belirtmiştir.

Sosyal Fobi Epidemiyolojisi

Epidemiyolojik araştırmalar, sosyal fobinin yaşam boyu yaygınlığının %2,4 ile %13 arasında olduğunu tahmin etmektedir. Farklı teşhis kriterlerinin ve farklı değerlendirme araçlarının kullanılmasından dolayı kesin bir tahmin olmamasına rağmen sosyal fobinin genel olarak oldukça yaygın olduğu kabul edilmektedir. Sosyal fobi erkeklere oranla kadınlarda daha fazla görülmektedir.

Yapılan bir çalışmada genç insanlarda sosyal fobinin yaşlı insanlara göre daha sık karşılaşıldığı belirlenmiştir. Bir diğer araştırmaya göre ise daha önce hiç evlenmemiş ya da evlenip ayrılmış olan kişilerde sosyal fobi görülme sıklığının arttığı görülmektedir (Gültekin ve Dereboy, 2011).

Sosyal beceri eğitimi, hastalara etkili ve rahat bir şekilde başkalarıyla etkileşim kurmak için gerekli olan sözel ve sözsüz becerileri öğretmeyi kapsar. Prova, maruz kalma ve rol yapma önemlidir. Sosyal beceri eğitimi, sosyal etkinlik eğitimi olarak bilinen müdahalenin merkezi bir bileşenidir (Doğan ve ark., 2013).

Maruz kalma terapisi (aynı zamanda davranış terapisi olarak da adlandırılır), korkulan durumlara maruz kalmaya devam etmenin, alışkanlıkla anksiyete azalmasına yol

açtığı öncülüne dayanır. Genel olarak, etkili olması için maruz kalmanın tekrarlanması ve uzun olması gerekir (Karacan ve ark., 1996).

Maruz kalma, fobik rahatsızlıkların tedavisinde önemli bir rol oynamıştır ve genellikle tercih edilen bir tedavi yöntemi olarak görülmektedir. Sosyal fobi için maruz kalma tedavisi raporları yeni ortaya çıkmaya başlamış olsa da ilk veriler maruziyetin sosyal fobi için de etkili olduğunu göstermektedir. Bununla birlikte, Butler (1985) tarafından belirtildiği gibi, toplumsal durumların değişken ve kontrolsüz olması, sosyal fobi tedavilerinin diğer fobik hastalara göre daha zor olmasına sebep olmaktadır. Dahası, Emmelkamp (1982) ve arkadaşları, sosyal fobinin diğer anksiyete bozukluklarına göre daha fazla bilişsel bileşene sahip olabileceğini ve tek başına veya maruz kalma ile kombinasyon halinde bilişsel tedavinin en olumlu sonuçlar verebileceğini düşünmektedir.

Akılcı duygusal terapi veya kendi kendine eğitim gibi bilişsel yeniden yapılandırma paketlerini inceleyen çalışmalar, olumlu sonuçlar bildirmiştir ancak bilişsel tekniklerin maruz kalma tedavilerini arttırıp artırmadığı belli değildir (Türkçapar ve ark., 2004).

Bilişsel terapi, uygunsuz sosyal anksiyeteye katkıda bulunan mantıksız düşünceleri veya inançları düzeltmeye odaklanmaktadır. Nihai olarak, bir maruz kalma unsuru, neredeyse her zaman, bir bilişsel şema içine dahil edilir (Türkçapar ve ark., 2004).

Bilişsel-davranışçı terapi veya BDT, sosyal anksiyete bozukluğunu en iyi incelenen psikoterapötik yaklaşımdır. 1980'li yıllarda başlayan araştırmalar ve 1990'larda anksiyete bozuklukları üzerine yapılan çalışmalar ile "bilişsel - davranışçı terapi" veya BDT terimi kabul gördü ve giderek tanınmaya başlandı. Fakat terimin kendisi iyi bilinmesine rağmen, "bilişsel-davranışçı terapi"nin ne anlama geldiği daha az anlaşıldı. BDT, bilişsel yeniden yapılandırma ve ev ödevleri kullanarak maruz kalma terapisinin ve bilişsel terapinin en iyi karışımını sağlar. Aslında, son yıllarda yapılan geniş çaplı çalışmalar, kognitif - davranış terapisinin, klinik anksiyete bozukluklarının üstesinden gelmede yardımcı olmak için güvenilir bir şekilde dayandırılabilen tek terapi olduğunu gösterdi. BDT, kişilerin belirli duygusal sorunlarını başarıyla ortadan kaldırmasına yardımcı olmak için çalışan tüm yöntem, stratejiler ve tekniklerden oluşan bir kombinasyon yöntemidir (Türkçapar ve ark., 2004).

Terapinin bilişsel kısmı, düşünceye ya da öğrenmeye gönderme yapmaktadır. Ardından kişi, öğretilenleri alır, evde uygular. Bu aslında okul ya da üniversite öğrenimi ile aynı işlemdir. Öğrencilere bazı yeni bilgi veya beceriler öğretilir ve sonra bunları öğrenirler. Onları tekrar ederek (yineleme yoluyla) öğrenirseniz, bellek süreçlerinizi (ve fizyolojik olarak beyninizin sinir yolları) etkiler ve düşünmeye, hareket etmeye ve farklı hissetmeye başlamanızı sağlar. Bu, sebat, uygulama ve sabır gerektirir. Sonuç olarak kişi bu terapiye devam ettiğinde gözle görülür bir ilerleme meydana gelmeye başlar (Türkçapar ve ark., 2004).

BDT, klinik düzeyde sosyal fobisi olan insanlardan oluşan aktif, yapılandırılmış bir terapi grubuna katılımı içerir. İnsanlar hafiften şiddetliye doğru anksiyeteye neden olan pratik faaliyetlerde gönüllü olarak çalışmakta ve esnek, istikrarlı, planlı bir şekilde ilerlemektedir. Bu şekilde, adım adım ilerleyerek ve tekrarı kullanarak, sosyal koşullarda hissedilen kaygı kademeli olarak azaltılır.

Bilişsel davranış terapisi grubu, yalnızca sosyal kaygı sahibi kişilerden oluşmalıdır. Diğer duygusal problemleri olan insanlar bu gruba karıştırılmamalıdır. Hatta "kaygı grubu" şeklinde bir genelleme dahi yapılmamalıdır. Bu sayede sosyal fobi davranış grubu, kendi yetenek ve yetkinlikleri ile ilgili olarak kişinin zihninde güven geliştirir ve daha akılcı bir algı üretir. Davranış grubu, adım adım hiyerarşik bir tarzda yapılandırılmalı ve insanların belirli, bireyselleştirilmiş kaygı hiyerarşileri üzerinde aktif olarak çalışmadan önce ve sonrasında tutarlı bilişsel hatırlatmaları içermelidir (Demiralp ve Oflaz, 2007).

Sosyal kaygı için yaptığımız bilişsel-davranışçı terapi, diğer psikiyatrik bozukluklar, problemler için inşa edilen bilişsel-davranışçı terapi ile aynı bilgiyi içermez veya devam etmez. Örneğin, depresyon için BDT sosyal fobi için BDT'ye göre çok farklıdır. Sorun farklı olduğu için, sosyal fobi için BDT, depresyon, panik bozukluk ya da genelleşmiş kaygı bozukluğu için BDT'den farklı yöntem ve stratejiler içermektedir. Böylece, bilişsel-davranışçı terapi, her zaman aktif, yapılandırılmış ve çözüm odaklı olmakla birlikte, söz konusu psikiyatrik sorunun üstesinden gelmenin farklı yollarını kullanmalıdır (Türkçapar ve ark., 2004).

BDT veya davranışsal terapi genellikle yaklaşık 12 hafta sürer. Gruptaki kişilerin yeterince benzer sorunları olması koşuluyla, grup halinde yürütülebilir. Sosyal endişe

duyan insanlar sosyal beceri eğitiminden de yararlanırlar (Türkçapar ve Sargın, 2012) Sosyal anksiyete bozukluğu çeken bireyler, bilişsel ve davranışsal terapide yetkin bir sağlayıcı aramalıdır.

Sosyal fobikler için sıklıkla uygulanan bir diğer tedavi yöntemi ise grup terapisidir. İki ana grup türü vardır: terapi grupları ve sosyal destek grupları. Terapi grupları, bir topluluk ortamında sosyal kaygının bilişsel-davranışçı terapi ile tedavisine odaklanmıştır (Türkçapar ve Ark., 2004) Sosyal destek grupları ise genel sosyal destek sağlamaktadır. Bu gruplar, bireylerin davranışsal egzersizlerini (kaygıya neden olan sosyal faaliyetler) rahatça uygulayabilecekleri veya yalnızca bir grup yeni insanla tanışarak sosyal olarak eğlenebilecekleri bir yer olabilmektedir. Bu iki grup türünün sosyal kaygısı olan insanlar için farklı amaçları vardır ve doğru grubun bulunması ihtiyaçlarınıza bağlıdır (Demiralp ve Oflaz, 2007).

Bilişsel davranış terapisi grupları, kaygıya yol açabilecek durumlarla başa çıkmada yeni yöntemler uygulamaya yardımcı olmak için tasarlanmıştır. Güvenli bir grup ortamında, endişelerinizle yüzleşmeniz ve belirli sosyal koşullar hakkında düşünme ve hislerinizi değiştirmeniz önerilir. Bu grubun tüm üyelerine, özellikle sosyal anksiyete bozukluğu tanısı konulması önemlidir.

Grup terapisinin, sosyal anksiyete tedavisinde oldukça etkili olduğu yapılan birçok çalışma tarafından gösterilmiştir. Bununla birlikte sahada yapılan çalışmalar da bu kanıyı destekler niteliktedir. Genellikle grup oturumları, hastalara davranış bileşenlerini güçlendirmek ve güvenli bir ortamda bilişsel değişiklikleriyle çalışmak için bir fırsat verir (Bozanoğlu, 2005).

Bir terapi grubunu seçerken, tüm üyelerin klinik anlamda sosyal kaygısının bulunuyor olması önemlidir. Grup terapileri depresyon ve anksiyete ile ilgili diğer bozukluklar için iyi çalışıyor olsa da, en iyi sonuçlar terapi grupları yalnızca sosyal kaygı üzerine odaklandığında ve diğer bozuklukları olan hastaları içermediğinde gösterilmiştir.

Bu grup toplantılarında, birey kendisinde en hafif düzeyde kaygı uyandıran durumla baş etmeyi öğrendikten sonra adım adım diğer uyarıcıların oluşturduğu ve giderek artan miktarda kaygı yaratan durumları yok etmeyi öğrenecektir.

Sosyal destek grupları ise terapi ve tedavi hedefleri belirlemek yerine, sosyal kaygıya sahip kişilere, sosyal destek sağlamak gibi genel amacı vardır. Sosyal gruplar önemli ölçüde değişir. Bazıları aynı yerde toplanır ve gevşek bir yapı izlerken, diğerleri grup halinde eğlenceli ve sosyal etkinlikler yapmak için farklı zaman ve mekanlarda toplanır.

Kişinin durumuna göre bazen yalnızca psikoterapi, bazen de ilaç tedavisi uygulansa da sıklıkla ikisinin beraber uygulandığı vakalardan daha hızlı sonuç alınmıştır. Uygun ve etkili ilaçlar psikoterapi ile birlikte tedavide rol oynayabilir. İlaçlara, selektif serotonin geri alım inhibitörleri (SSRI) ve monoamin oksidaz inhibitörleri (MAOIs) gibi antidepresanların yanı sıra yüksek potensli benzodiazepenler olarak bilinen ilaçlar dahildir. İlaç tedavisinde özellikle serotonin sistemi üzerinde değişimler sağlayacak ilaçlar tercih edilmektedir. Tedavinin başlangıcında bulantı, baş ağrısı, uyku problemleri, midede huzursuzluk gibi geçici tesirler meydana gelebileceği fakat belirli bir süre geçtikten sonra vücudun bu semptomları ortadan kaldıracağı bilinmektedir. Antipsikotikler bağımlılık yapmaz, kalıcı iz bırakmazlar. İlacın tesir edebilmesi için yaklaşık olarak ilk kullanımın üzerinden iki-üç hafta geçmiş olması gerekmektedir. Tedavi süresi, ortalama 9-12 aydır (Sütcü ve ark., 2010).

Bireyin gelişimi ele alındığında yaş ilerledikçe benlik bilincinin de orantılı olarak arttığını söyleyebilmekteyiz. Özellikle gelişim dönemlerinden en önemlilerinden biri olarak kabul edilen ergenlik döneminde, zihinsel ve fiziksel değişimlerin artması ve ergenin bu sürece aynı şekilde uyum sağlayamaması sebebiyle, sosyal fobi oluşturma riski oldukça fazladır (Türkçapar ve Sargın, 2012).

BÖLÜM 3: YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama çalışmaları mevcut durumu yansıtan çalışmalardır (Karasar, 2006). Bu araştırmada tarama modelinin yanı sıra tanımlayıcı ve ilişkisel analiz yöntemleri kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini İstanbul'daki üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma grubu ise Maltepe Üniversitesi öğrencilerinden oluşmaktadır. Farklı kültürlerden bireyleri bir arada bulunduruyor olması nedeniyle çalışma gurubunun üniversite öğrencilerinden seçilmesi tercih edilmiş ve böylece çalışma grubunu etkileyen çevresel faktörleri daha iyi anlayarak daha yansız bir katılımcı grubu oluşturmak amaçlanmıştır. Ulaşım ve uygulama kolaylığı, çalışmanın takvime sadık kalarak gerçekleştirilmesi gibi nedenler göz önüne alınarak çalışma Maltepe Üniversitesi öğrencileriyle gerçekleştirilmiştir.

İstanbul, Maltepe üniversitesinde 18-25 yaş arasındaki 317 katılımcıyı kapsamaktadır. Çalışma örneklemi sayısı %95 güven aralığı %,05 hata payı göz önünde bulundurularak hesaplanmış ve belirlenmiştir.

Veriler ve Toplanması

Çalışma örneklemini oluşturan Maltepe üniversitesinde yüz yüze görüşmeler ve ölçekler uygulanarak veriler toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Sosyo-demografik bilgi formu; 7 sorudan oluşan demografik bilgi formu bulunmaktadır. Bu form soruları, hipotezi ve alt problem cümlesini cevaplayacak şekilde kurgulanmış ve çalışma grubunun özel demografik yapısına uygun olarak hazırlanmıştır

Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği

Liebowitz tarafından 1987 yılında geliştirilen sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin korku ve/veya kaçınma davranışı gösterdikleri sosyal ilişki ve performans durumlarını değerlendirmektedir. 24 maddeden oluşan ölçek 11'i sosyal ilişki ve 13'ü performans olmak üzere iki alt ölçekten oluşmaktadır ve sosyal durumlarda yaşanan kaygının şiddetini, performans gerektiren durumlarda yaşanan kaygının şiddetini, sosyal durumlardan kaçınmanın şiddetini, performans gerektiren durumlardan kaçınmanın şiddetini, toplam kaygı şiddetini ve toplam kaçınma şiddetini gösteren toplam 6 alt ölçek puanı sağlamaktadır. Ölçeğin Türkçe dilsel eşdeğerlik, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları 2003 yılında Soykan, Özgüven ve Gençöz tarafından yapılmıştır. Yapılan çalışmada test tekrar test güvenirlik katsayısı r= .97 bulunmuştur. Sosyal kaygı alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, r= .96, sosyal kaçınma alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, r= .95 bulunmuştur. Ölçeğin bütünün Cronbach Alfa Değeri, .98'dir. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri. 92 ile .81 arasındadır. Ölçeğin geçerlik çalışmalarında, ayırt etme geçerliği. 26, Beck Anksiyete Ölçeği kriter olarak alındığında kriter geçerliği r= .21 bulunmuştur (Soykan, Özgüven ve Gençöz, 2003). Bu araştırma için kullanılan bu ölçeğin Coranbach Alfa değeri .77 olarak bulunmuştur.

Suçluluk–Utanç Ölçeği

Şahin tarafından 1992 yılında geliştirilen bu ölçek çeşitli durumlarda yaşanan ve depresyonla ilişkili olduğu düşünülen utanç ve suçluluk duygularını ölçmektedir. 5'li likert tipi 24 maddeden oluşan bu ölçeğin 12 maddesi utanç, 12 maddesi suçluluk duygularını ölçmektedir. Ergen ve yetişkinlere uygulanabilen ölçeğin Coranbach Alfa değeri "suçluluk"

alt ölçeği için .81, “utanç” alt ölçeği için .80 olarak bulunmuştur (Şahin,1992). Bu araştırma için kullanılan bu ölçeğin Coranbach Alfa değeri “suçluluk” alt ölçeği için .73, “utanç” alt ölçeği için .76 olarak bulunmuştur.

Verilerin Çözümlenmesi ve Yorumlanması

Verilerin değerlendirilmesinde; betimleyici ve ilişkisel tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Toplanan verilerin betimlenmesinde kullanılan frekans dağılımı tablolarına ve betimsel istatistiklere yer verilmiştir. Hangi testlerin kullanılacağına karar vermek için normallik varsayımı sınanmıştır. Farklılık durumlarının değerlendirilmesinde ise Bağımsız Örneklem t testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

BÖLÜM 4: BULGULAR VE YORUMLAR

Bu araştırmada veriler "Üniversite öğrencilerinin utanç ve suçluluk duygularına yatkınlıkları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkinin incelenmesi" amacıyla analiz edilmiştir.

Tablo 4.1. Çalışma Grubunun Sosyodemografik Değişkenlerinin Frekans Analizi

Cinsiyet	**N**	**%**
Kadın	164	51,7
Erkek	153	48,3
Toplam	317	100
Eğitim Alınan Seviye	**N**	**%**
Önlisans	99	31,2
Lisans	210	66,2
Yüksek Lisans	8	2,5
Toplam	317	100
Gelir Düzeyi	**N**	**%**
Düşük	98	30,9
Orta	122	38,5
Yüksek	97	30,6
Toplam	317	100
Bir İşe Sahip Misiniz ?	**N**	**%**
Evet	81	25,6
Hayır	236	74,4
Toplam	317	100

Yaş	**N**	**%**
17-18	53	16,7
19-20	65	20,5
21-22	72	22,7
23-24	62	19,6
25+	65	20,5
Toplam	317	100
Yaşanılan Konut	**N**	**%**
Yurt	94	29,7
Aile İle Beraber	128	40,4
Tek Veya Öğrenci Evi	95	29,9
Toplam	317	100
Kendilik Algısı	**N**	**%**
Girişken	139	43,8
Çekingen	98	30,9
Diğer	80	25,2
Toplam	317	100

Tablo 4.1. incelendiğinde örneklem grubu 164 kadın (%51,7), ve 153 erkek (%48,3) öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların 99'u (%31,2) önlisans, 210'u (%66,2) lisans ve 8'i (%2,5) ise yüksek lisans düzeyinde öğrenim görmektedir. Katılımcıların 98'i (%30,9) düşük gelir düzeyinde olduklarını belirtirken, 122'si (%38,5) orta gelir düzeyinde ve 97'si (%30,6) yüksek gelir düzeyine sahip olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların 81'i (%25,6) bir işe sahip olduğunu belirtirken 236'si (%74,4) bir işe sahip olmadığını belirtmiştir. Katılımcıların 53'ü (%16,7) 17-18 yaşında, 65'i (%20,5) 19-20 yaşında, 72'si (%22,7) 21-22 yaşında, 62'si (%19,6) 23-24 yaşında ve 25 yaş ve üstünde olanları ise 65 kişi ile (%20,5) oluşmaktadır. Katılımcıların 94'ü (%29,7) yurtta, 128'i (%40,4) aile ile beraber ve 95'i (%29,9) ise tek veya öğrenci evinde yaşadığını belirtmiştir. Katılımcıların 139'u

(%43,8) kendini girişken olarak tanımlarken, 98'i (%30,9) çekingen ve 80'i (%25,2) diğer olarak tanımlamıştır.

Tablo 4.2. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	T	Sd	Önem Denetimi
Kadın	163	55,0061	8,87	,965	,310	P = 0,335
Erkek	149	54,0067	9,41			
Toplam	**317**					

P>.05 (P= 0.335)

Tablo 4.2. incelendiğinde kadın ve erkek gruplar arasında sosyal anksiyete ölçeği puanı ortalamalar açısından (Kadın X=55, erkek X=54) P>.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanamamıştır.

Tablo 4.3. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre t Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	T	Sd	Önem Denetimi
Kadın	163	66,63	5,39	2,458	,310	P = 0,00
Erkek	149	64,77	7,84			
Toplam	**317**					

P<.05 (P= 0.00)

Tablo 4.3. incelendiğinde gruplar arasında ortalamalar açısından (Kadın X=66, erkek X=64) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç puanları cinsiyet özelinde, gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve kadınların erkeklere göre daha fazla suçluluk ve utanç durumuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır.

Tablo 4.4. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları

Yaş Grupları		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	Önem Denetimi
	Gruplar arası	238,548	4	59,637	1,322	P= 0.262
	Gruplar içi	13850,939	307	45,117		
	Toplam	**14089,487**	**311**			

P>.05 (P= 0.262)

Tablo 4.4'e göre üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P>.05 düzeyinde (P= 0.262) anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç duygularının, sahip olunan yaş açısından farklılaşmamaktadır. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularının benzer durumda olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 4.5. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları

Yaş Grupları		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	Önem Denetimi
	Gruplar arası	959,851	4	239,963	2,948	P= 0.021
	Gruplar içi	24989,890	307	82,400		
	Toplam	**25949,740**	**311**			

P<.05 (P= 0.021)

Tablo 4.5'e göre üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.021) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında

sosyal anksiyete durumlarının, sahip olunan yaş açısından farklılaşmaktadır. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete durumları açısından farklı olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 4.6. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanlarının Yaş Kategorilerine Göre Yapılan Post Hoc Analizi Sonuçları

Yaş Grupları	Yaş1	Yaş	N	$\bar{X}$	ss	F	P
	17-18	19-20	64	52	1.684	-,15865	1,000
		21-22	72	54	1.641	-1,52671	,835
		23-24	64	57	1.709	-4,86282	,038
		25+	60	55	1.684	2.70552	,495
	19-20	17-18	52	52	1.684	0.15865	1,000
		21-22	72	54	1.549	-1.3680	,903
		23-24	64	57	1.621	-4.70416	,032
		25+	60	55	1.594	-2.54687	,501
	21-22	17-18	52	52	1.641	1.52670	,885
		19-20	64	52	1.549	1.36805	,903
		23-24	64	57	1.577	-3.3361	,216
		25+	60	55	1.549	-1.1788	,942
	23-24	17-18	52	52	1.709	4.86280	,038
		19-20	64	52	1.621	4.70416	,032
		21-22	72	54	1.577	3.33611	,216
		25+	60	55	1.621	2.15729	,672
	25+	17-18	52	52	1.684	2.70552	,495
		19-20	64	52	1.594	2.546875	,501
		21-22	72	54	1.549	1.17881	,942
		23-24	64	57	1.621	-2.1572	,672

Tablo 4.6 incelendiğinde yapılan post hoc analizi sonucunda 17-18 yaşında(17-18 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. 19-20 yaşında(19-20 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. Sosyal anksiyete ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek sosyal anksiyeteyi göstermektedir. Bu verilerin sonucunda 23-24 yaşında olan üniversite öğrencilerinin 17-18 ve 19-20 yaşında olan üniversite öğrencilerinden ortalamalar bakımından yüksek sosyal anksiyeteye sahiptir.

Tablo 4.7. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaşadıkları Konut Kategorilerine Göre F (Varyans) Testi Sonuçları

Yaşanılan Konut		Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	Önem Denetimi
	Gruplar arası	364,382	2	182,191	4,102	P= 0.017
	Gruplar içi	13725,105	309	44,418		
	Toplam	**14089,487**	**311**			

P<.05 (P= 0.017)

Tablo 4.7.'ye göre üniversite öğrencilerinin yaşadıkları konut durumları açısından, sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.017) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç durumlarının, yaşanılan konut açısından farklılaşmaktadır.

Tablo 4.8. Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk ve Utanç Ölçeği Puanlarının Yaşadıkları Konut Kategorilerine Göre Yapılan Post Hoc Analizi Sonuçları

Konut1	Konut	N	$\bar{X}$	Ss	F	P
Yurt	Aile Yanında	125	65	6,763	-0.85935	,614
	Tek veya Öğrenci Evi	94	67	5,635	-2.71722	,016
Aile Yanına	Yurt	93	64	7,444	0.85934	,614
	Tek veya Öğrenci Evi	94	67	5,635	-1.85787	,104
Tek veya Öğrenci	Yurt	93	64	7,444	2.71722	,016
	Aile Yanında	125	65	6,763	1.85787	,104

Tablo 4.8 incelendiğinde yapılan post hoc analizi sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan (X=64) ve tek veya öğrenci evinde kalanlar (X=67) arasında suçluluk ve utanç duyguları arasında anlamlı şekilde fark olduğu bulgulanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek suçluluk ve utanç durumunu göstermektedir. Bu verilerin sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan üniversite öğrencilerinin tek veya öğrenci evinde yaşayanlara göre ortalamalar bakımından daha düşük suçluluk ve utanç duygusuna sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 4.9. Üniversite Öğrencilerinin Çalışma Durumları ile Suçluluk ve Utanç ölçeği Puanlarına Göre t Testi Sonuçları

Çalışma Durumu	n	$\bar{X}$	Ss	t	Sd	Önem Denetimi
Hayır	154	69,37	4,65	11,085	,310	P = 0,00
Evet	158	62,20	6,56			
Toplam	**317**					

P<.05 (P=0,00)

Tablo 4.9 incelendiğinde suçluluk ve utanç durumlarının bir işte çalışan ve çalışmayan üniversite öğrencileri arasında ortalamalar açısından (Çalışan X=62, Çalışmayan X=69) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç durumları, çalışan ve çalışmayan gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve çalışmayanların çalışanlara göre daha suçluluk ve utanç duygusuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır.

Tablo 4.10. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Suçluluk ve Utanç Ölçeğinin Puan Ortalamalarının Dağılımı

Madde	X	Ss
1. Madde	0.859	1.0410
2. Madde	2.717	1.0108
3. Madde	0.714	1.0487
4. Madde	1.857	1.0017
5. Madde	2.717	1.0338
6. Madde	1.857	0.9793
7. Madde	2.829	0.9885
8. Madde	2.779	0.9588
9. Madde	2.940	0.9934
10. Madde	2.673	0.9294
11. Madde	2.711	0.9854
12. Madde	2.826	0.9929
13. Madde	2.737	0.9009
14. Madde	2.762	0.9958
15. Madde	2.820	0.9247
16. Madde	2.791	0.9377
17. Madde	2.865	0.9254
18. Madde	2.894	0.9943
19. Madde	2.897	0.9534
20. Madde	2.775	0.9760
21. Madde	2.778	0.9450
22. Madde	2.785	0.9831
23. Madde	2.583	0.9653
24. Madde	2.676	0.9727

Tablo.4.10 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç ölçeğine verdikleri cevapların ortalamalarına bakıldığında 9. madde olan (X=2,940) olduğu bulgulanmıştır. En az cevap ortalamasına sahip olan madde ise 3. madde olan (X=0,714) olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.11. Üniversite Öğrencilerine Uygulanan Sosyal Anksiyete Ölçeğinin Puan Ortalamalarının Dağılımı

Madde	Ölçek Maddeleri	X	Ss
1. Madde		2.4038	1.0410
2. Madde		2.3237	1.0108
3. Madde		2.2051	1.0487
4. Madde		2.3044	1.0017
5. Madde		2.2083	1.0338
6. Madde		2.1730	0.9793
7. Madde		2.0961	0.9885
8. Madde		2.1730	0.9588
9. Madde		2.1666	0.9934
10. Madde		1.9391	0.9294
11. Madde		2.4290	0.9854
12. Madde		2.4416	0.9929
13. Madde		2.4069	0.9009
14. Madde		1.8895	0.9958
15. Madde		2.4794	0.9247
16. Madde		2.0441	0.9377
17. Madde		2.4353	0.9254
18. Madde		2.4794	0.9943
19. Madde		2.5646	0.9534
20. Madde		1.8864	0.9760
21. Madde		1.7066	0.9450
22. Madde		2.7507	0.9831
23. Madde		2.1261	0.9653
24. Madde		2.8958	0.9727

Tablo.4.11 incelendiğinde üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete ölçeğine verdikleri cevapların ortalamalarına bakıldığında 24. madde olan (X=2.8958) olduğu bulgulanmıştır.

En az cevap ortalamasına sahip olan madde ise 21. madde olan (X=1,706) olduğu saptanmıştır.

Tablo 4.12. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Suçluluk Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Kikare Testi Sonuçları

		Suçluluk-Utanç Ölçeği Suçluluk Alt Boyutu		
		Nötr	Suçluluk (+)	Toplam
Sosyal Ank. Olan Öğr.	Gözlenen	64	87	151
	Beklenen	74	77	151
Sosyal Ank. Olmayan Öğr.	Gözlenen	92	74	166
	Beklenen	89	77	166
Toplam	Gözlenen	156	161	317
	Beklenen	163	154	317

$X^2 = 34.516$ [a] Sd = 2 Önem Denetimi: Fark Önemli

Tablo.4.12 incelendiğinde sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 87'dir. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 74 iken, gözlenen 64'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 74'dür. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 89 iken, gözlenen 92'dir. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde suçluluk durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin suçluluk durumu, beklenen değerlerin altındadır.

Tablo 4.13. Araştırmaya Katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği Utanç Alt Boyutu ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Kikare Testi Sonuçları

		Suçluluk-Utanç Ölçeği Utanç Alt Boyutu		
		Nötr	Utanç (+)	Toplam
Sosyal Ank. Olan Öğr.	Gözlenen	69	82	151
	Beklenen	71	80	151
Sosyal Ank. Olmayan Öğr.	Gözlenen	93	73	166
	Beklenen	88	78	166
Toplam	Gözlenen	162	155	317
	Beklenen	159	158	317

$X^2 = 199{,}925^{a}$ Sd = 2 Önem Denetimi: Fark Önemli

Tablo.4.13 incelendiğinde sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği utanç alt boyutu açısından, utanç duygusuna sahip olması beklenen 80 iken gözlenen değer 82'dir. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 71 iken, gözlenen 69'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği utanç alt boyutu açısından, utanç durumuna sahip olması beklenen 78 iken gözlenen değer 73'dür. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 88 iken, gözlenen 93'dür. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde utanç durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin utanç durumu beklenen değerlerin altındadır.

Tablo 4.14. Araştırmaya katılan Üniversite Öğrencilerinin Suçluluk-Utanç Ölçeği ve Sosyal Anksiyete Ölçeği Puanları Korelasyon Analizi

	1	**2**
Suçluluk-Utanç	1	
Sosyal Anksiyete	**0.217**	1

** p<0.01 , * p<0.05

Tablo 4.14'ye göre Suçluluk-Utanç ile Sosyal Anksiyete Ölçeği puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır (r=0.217, p<0.01).

BÖLÜM 5: SONUÇ

Sonuç

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular, araştırmada ele alınan amaçların sırası dikkate alınarak ilgili alanyazın çerçevesinde tartışılmış ve ileride yapılacak olan çalışmalara yol gösterici önerilere yer verilmiştir.

Bu çalışma örneklemi belirlenirken planlanmış rastlantısallık yöntemi kullanılmış ve Türkiye Cumhuriyeti vatandaşı üniversite öğrencileriyle yapılmıştır. Araştırmaya 317 öğrenci katılmıştır. Araştırmada suçluluk ile utanç ve sosyal anksiyete ölçeğinin yanı sıra kişisel bilgi formu uygulanmıştır. Araştırmaya katılan kişilerin farklılıkları belirlenmeye çalışılmış ve değişkenler arası ilişkiler test edilmiştir.

Araştırmaya ait çalışma grubu seçilirken problem cümlesi göz önüne alınarak araştırmanın yordayıcı gücüne katkı sağlayacak sosyodemografik değişkenler saptanmış ve kişisel bilgi formu oluşturulmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin; 164'ü kadın (%51,7), ve 153'ü erkek (%48,3) öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcıların 99'u (%31,2) önlisans, 210'u (%66,2) lisans ve 8'i (%2,5) ise yüksek lisans düzeyinde eğitim almaktadır. Katılımcıların 98'i (%30,9) düşük gelir düzeyinde olduklarını belirtirken, 122'si (%38,5) orta gelir düzeyine ve 97'si (%30,6) yüksek gelir düzeyine sahip olduklarını bildirmişlerdir. Katılımcıların 81'i (%25,6) bir işe sahip olduğunu belirtirken 236'si (%74,4) bir işe sahip olmadığını belirtmiştir. Katılımcıların 53'ü (%16,7) 17-18 yaşında, 65'i (%20,5) 19-20 yaşında, 72'si (%22,7) 21-22 yaşında, 62'si (%19,6) 23-24 yaşında ve 25 yaş ve üstünde olanları ise 65 kişi ile (%20,5) oluşmaktadır. Katılımcıların 94'ü (%29,7) yurtta, 128'i (%40,4) aile ile beraber ve 95'i (%29,9) ise tek veya öğrenci evinde yaşadığını belirtmiştir.

Tablo 4.2. incelendiğinde kadın ve erkek gruplar arasında sosyal anksiyete ölçeği puanı ortalamalar açısından (Kadın X=55, erkek X=54) P>.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanamamıştır. Verilerin incelenmesi sonucunda sosyal anksiyete puanları cinsiyet özelinde, gruplar arasında farklılaşmamıştır. Sosyal anksiyete özelinde düşünürken toplum

etkisi göz önüne alınan ilk uyarıcı merkezi olmalıdır. İzgiç (2000) tarafından yapılan araştırmada üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyetenin yaygınlığı ölçülmüştür. Sivas Cumhuriyet Üniversitesinde yapılan bu çalışmaya göre sosyal anksiyetenin yaşam boyu %9,6 olarak bulgulanmıştır. Aynı çalışmada kadınlarda görülen sosyal anksiyetenin erkeklere göre daha yaygın olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca 21-24 yaş aralığında olan kişilerde, düşük gelir algısına sahip olan bireylerde, köyde doğmuş olan ve 15 yıllık süre boyunca köyde ikamet etmiş olan bireylerde sosyal anksiyete durumunun sıklıkla görüldüğü bulgulanmıştır. Bu araştırma göstermektedir ki sosyal anksiyete birçok çevresel faktörden etkilenebilen disiplinler arası bir durumdur. Sosyal anksiyete ile mücadele ederken çevresel uyarıcıları da düşünmek sadece bu araştırma özelinde bile öneri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Tablo 4.3. incelendiğinde gruplar arasında ortalamalar açısından (kadın X=66, erkek X=64) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç puanları cinsiyet özelinde, gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve kadınların erkeklere göre daha fazla suçluluk ve utanç durumuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır. Kadın ve erkeklerin psikolojik ve fizyolojik farklara sahip olduğu araştırmacılar tarafından belirlenmiştir. Kadınlar duygu durumları ile erkeklerin duygu durumları arasında çevresel etkinin yanı sıra genetik temelli birçok fark bulunmaktadır. Karataş tarafından 2008 yılında benzer çalışma grubu ve aynı değişken üzerine yapılan çalışmada Adana ili içerisinde yaşayan öğrenciler çalışma grubu olarak seçilmiştir. 1500 öğrenci arasında oluşturulan 75 kişilik çalışma grubu dahil edilerek yapılan çalışmada cinsiyetler arasında suçluluk ve utanç durumları açısından anlamlı şekilde farklılık tespit edilmiştir. Bu veri göstermektedir ki iki farklı cinsiyet suçluluk ve utanç durumunu birbirinden farklı şekilde işlemektedir. Bu durum özelinde bakılması gerekir ise kadınların suçluluk ve utanç ile olan ilişkisi erkeklere göre daha negatif bir haldedir.

Tablo 4.4'e göre üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P>.05 düzeyinde (P= 0.262) anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç duyguları, sahip olunan yaş açısından

farklılaşmamaktadır. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularının benzer durumda olduğu bulgulanmıştır. Yaş grupları özelinde yapılan bu analizlerde her yaş grubuna ayrı ayrı bakılmıştır. Fakat suçluluk ve utanç özelinde anlamlı fark bulgulanamamıştır. Köksal ve Geçdoğan tarafından 2007 yılında farklı çalışma grubu dahil edilerek yapılan araştırmaya göre kadınların erkeklere göre daha fazla suçluluk ve utanç duygusuna sahip oldukları ve gelir durumu ile pozitif ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır. Yaş grupları özelinde yapılan analizler sonucu ise suçluluk ve utanç durumu açısından yaş grupları birbirleri arasında anlamlı şekilde farklılaşmadığı bulgulanmıştır.

Tablo 4.5'e göre üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.021) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında sosyal anksiyete durumlarının, sahip olunan yaş açısından farklılaştığı görülmektedir. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete durumları açısından farklı olduğu bulgulanmıştır. Tablo 4.6 incelendiğinde ise yapılan post hoc analizi sonucunda 17-18 yaşında (17-18 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. 19-20 yaşında (19-20 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. Sosyal anksiyete ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek sosyal anksiyeteyi göstermektedir. Bu verilerin sonucunda 23-24 yaşında olan üniversite öğrencilerinin 17-18 ve 19-20 yaşında olan üniversite öğrencilerinden ortalamalar bakımından yüksek sosyal anksiyeteye sahiptir. İnsan doğduğu andan itibaren aynı oranda sosyalleşme imkanına sahip değildir. Psikoloji kuramları bu durumu göz önüne alarak kuramlar geliştirmiş aynı zamanda etkileşimi ölçüsünde şemalar tutumlar kazandığını varsaymıştır. Sosyalleşme ve sosyal anksiyete arasında isim benzerliğinin yanı sıra direkt bir bağlantıya da sahiptir. Gelişim sürecimizi göz önüne alırsak sosyallik kavramını her yaşta aynı şekilde tecrübe ettiğimiz söylenemez. Bu durumu anlamlandırmak amacıyla 2011 yılında Gültekin ve Dereboy tarafından yapılan "*Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Anksiyetenin Yaygınlığı ve Sosyal Anksiyetenin Yaşam Kalitesi, Akademik Başarı ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri*" isimli çalışmaya göre yaşam kalitesi ve sosyal anksiyete arasında ilişki bulgulanmıştır. Bu

test sonucunda sosyal anksiyetenin hayatın içinde ve hayatı direkt olarak etkilediğini söyleyebiliriz. Sosyal hayatı etkilediği gibi sosyal hayattan bilinen sosyal anksiyete olgusu bu araştırmada kişinin gelir algısı ile yordandığında gelir düzeyi arttıkça sosyal anksiyetenin görülmesinin azaldığı bulgulanmıştır. Aynı araştırmanın yaş grupları ile ilgili olan alt problem cümlesine göre sosyal anksiyetenin yaş arttıkça yükseldiği bulgulanmıştır.

Tablo 4.7'ye göre üniversite öğrencilerinin yaşadıkları konut durumları açısından, suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.017) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç durumlarının, yaşanılan konut açısından farklılaşmaktadır. Bu duruma göre farklı yaşanılan konut niteliği, üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete durumları açısından farklı olduğu bulgulanmıştır. Sosyodemografik form bağımlı değişken ile ilgili olan varsayımların sınanması amacıyla oluşturulmaktadır. Problem cümlemiz ile ilgili olan hipotezler bu yolla test edilebilmektedir. Üniversite öğrencileri özelinde düşünüldüğünde öğrenciler benzer çevresel etkiye maruz kalabilmektedir. Bu nedenle öğrencilere yönelik yapılan araştırmalarda farklılıklar tespit edilerek form oluşturulmaktadır. Öğrencilerin hayatlarını sürdürdükleri yer aynı zamanda dış uyarıcı hakkında araştırmacılara bilgi vermektedir. Akbağ tarafından 2010 yılında yapılan araştırmaya göre suçluluk ve utanç durumlarının yaşadıkları alanlar ile ilgili olduğunu bulgulamıştır. Yapılan çalışma köy, kasaba ve mezra gibi görece küçük yerleşim alanlarında yaşayan kişilerin daha büyüklerine göre suçluluk ve utanç durumlarını daha fazla tecrübe ettikleri saptanmıştır. Bu veriyi okurken küçük yerleşim merkezinde sosyal etkileşimin kendini tekrarlayıcı bir niteliğe sahip olması, bu durumun oluşmasında rol oynadığı tahmin edilebilir. Tablo 4.8 incelendiğinde yapılan post hoc analizi sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan (X=64) ve tek veya öğrenci evinde kalanlar (X=67) arasında suçluluk ve utanç duyguları arasında anlamlı şekilde fark olduğu bulgulanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek suçluluk ve utanç durumunu göstermektedir. Bu verilerin sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan üniversite öğrencilerinin tek veya öğrenci evinde yaşayanlara göre ortalamalar bakımından daha düşük suçluluk ve utanç duygusuna sahip olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 4.9 incelendiğinde suçluluk ve utanç durumlarının bir işte çalışan ve çalışmayan üniversite öğrencileri arasında ortalamalar açısından (Çalışan X=62,

Çalışmayan X=69) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç durumları, çalışan ve çalışmayan gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve kadınların erkeklere göre daha suçlu ve utanç duygusuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır. Daha önce kaynak gösterdiğimiz 2000 yılında yapılan İzgiç'in araştırmasına göre gelir düzeyi ile suçluluk ve utanç durumunun ilişkili olduğu bulgulanmıştır. Araştırmanın sonuçları arasında gelir düzeyi arttıkça suçluluk ve utanç durumunun azaldığını, gelir azaldıkça ise suçluluk ve utanç durumunun yükseldiği vurgulanmıştır.

Sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 87'dir. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 74 iken, gözlenen 64'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 74'dür. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 89 iken, gözlenen 92'dir. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde suçluluk durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin suçluluk durumu beklenen değerlerin altındadır.

Sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği, utanç alt boyutu açısından, utanç duygusuna sahip olması beklenen 80 iken gözlenen değer 82'dir. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 71 iken, gözlenen 69'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği utanç alt boyutu açısından, utanç durumuna sahip olması beklenen 78 iken gözlenen değer 73'dür. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 88 iken, gözlenen 93'dür. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde utanç durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin utanç durumu beklenen değerlerin altındadır.

Tablo 4.14 incelendiğinde sosyal anksiyete ile utanç suçluluk puanları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulgulanmıştır ($r=0.217$, $p<0.01$). Utangaç mizaca sahip bireylerin yaşamlarının ilerleyen aşamalarında çeşitli kaygı bozukluklarına sahip olabileceklerini savunan birçok araştırma mevcuttur. Prior, Smart, Season ve Oberklaid'in 2000 yılında yaptığı araştırmada çocukluk dönemi utangaçlığın ergenlik dönemindeki kaygı bozukluğuna sahip olma ile ilişkisi incelenmiştir. Araştırma sonuçlarında çocukluk çağındaki utangaçlığın kaygı bozukluklarını yordamada önemli rolü olduğunu bulgulanmıştır. Aynı araştırma sonuçlarında çocukluk çağı utangaçlık öyküsü bulunan her ergenin kaygı bozukluğu göstermediği ancak kaygı bozukluğu semptomlarına sahip ergenleerin önemli çoğunluğunun çocukluklarında utangaç olarak tanımlandığı saptanmıştır.

Yargı

Suçluluk ve Utanç Bağımlı Değişkeni Analizleri

Suçluluk ve utanç ölçeği açısından çalışan ve çalışmayan üniversite öğrencileri arasında ortalamalar açısından (Çalışan X=62, Çalışmayan X=69) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç durumları, çalışan ve çalışmayan gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve kadınların erkeklere göre daha çok suçluluk ve utanç duygusuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin yaşadıkları konut durumları açısından, suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.017) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç düzeyleri, yaşanılan konut açısından farklılaşmaktadır. Bu duruma göre farklı yaşanılan konut niteliği, üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete durumları açısından farklı olduğu bulgulanmıştır. Yapılan post hoc analizi sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan (X=64) ve tek veya öğrenci evinde kalanlar (X=67) arasında suçluluk ve utanç duyguları arasında anlamlı şekilde fark olduğu bulgulanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek suçluluk ve utanç durumunu göstermektedir. Bu verilerin sonucunda öğrenci yurdunda yaşayan üniversite öğrencilerinin

tek veya öğrenci evinde yaşayanlara göre ortalamalar bakımından daha düşük suçluluk ve utanç duygusuna sahip olduğu bulgulanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve suçluluk ve utanç ölçeği puanları arasında P>.05 düzeyinde (P= 0.262) anlamlı farklılık bulunmamaktadır. Bu veriler ışığında suçluluk ve utanç duygularının, sahip olunan yaş açısından farklılaşmamaktadır. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin suçluluk ve utanç duygularının benzer durumda olduğu bulgulanmıştır.

Suçluluk ve utanç ölçeği ortalamaları açısından (Kadın X=66, erkek X=64) P<.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanmıştır. Suçluluk ve utanç ölçeğinde belirtildiği gibi yüksek puan daha fazla suçluluk ve utanç duygusunu göstermektedir. Verilerin incelenmesi sonucunda suçluluk ve utanç puanları cinsiyet özelinde, gruplar arasında farklılaştığı bulgulanmış ve kadınların erkeklere göre daha suçluluk ve utanç durumuna sahip olduğu ortalamalar bakımından saptanmıştır.

Sosyal Anksiyete Değişkeni Analizleri

Sosyal anksiyete açısından cinsiyet grupları arasında ortalamalar açısından (kadın X=55, erkek X=54) P>.05 düzeyinde anlamlı bir fark saptanamamıştır. Verilerin incelenmesi sonucunda sosyal anksiyete puanları cinsiyet özelinde, gruplar arasında farklılaşmamıştır.

Üniversite öğrencilerinin yaş grupları ve sosyal anksiyete ölçeği puanları arasında P<.05 düzeyinde (P= 0.021) anlamlı farklılık bulunmaktadır. Bu veriler ışığında sosyal anksiyete durumlarının, sahip olunan yaş açısından farklılaşmaktadır. Bu duruma göre farklı yaş gruplarında olan üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete durumları açısından farklı olduğu bulgulanmıştır. Yapılan post hoc analizi sonucunda 17-18 yaşında (17-18 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu bulgulanmıştır. 19-20 yaşında (19-20 X=52) olan üniversite öğrencilerinin, 23-24 yaşında (23-24 X=57) olan üniversite öğrencilerinden sosyal anksiyete açısından anlamlı şekilde farklı olduğu

bulgulanmıştır. Sosyal anksiyete ölçeğinde belirtildiği gibi yükselen puan yüksek sosyal anksiyeteyi göstermektedir. Bu verilerin sonucunda 23-24 yaşında olan üniversite öğrencilerinin 17-18 ve 19-20 yaşında olan üniversite öğrencilerinden ortalamalar bakımından yüksek sosyal anksiyeteye sahiptir.

Sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 87'dir. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 74 iken, gözlenen 64'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği suçluluk alt boyutu açısından, suçluluk durumuna sahip olması beklenen 77 iken gözlenen değer 74'dür. Nötr suçluluk durumuna sahip olması beklenen 89 iken, gözlenen 92'dir. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde suçluluk durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin suçluluk durumu beklenen değerlerin altındadır.

Sosyal anksiyeteye sahip öğrencilerin (N=151) suçluluk ve utanç ölçeği utanç alt boyutu açısından, utanç duygusuna sahip olması beklenen 80 iken gözlenen değer 82'dir. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 71 iken, gözlenen 69'dür. Sosyal anksiyeteye sahip olmayan öğrencilerin (N=166) suçluluk ve utanç ölçeği utanç alt boyutu açısından, utanç durumuna sahip olması beklenen 78 iken gözlenen değer 73'dür. Nötr utanç durumuna sahip olması beklenen 88 iken, gözlenen 93'dür. Bu durum göstermektedir ki sosyal anksiyeteye sahip olan öğrenciler beklenen durumun üstünde utanç durumuna sahip iken sosyal anksiyeteye sahip olmayan üniversite öğrencilerinin utanç durumu beklenen değerlerin altındadır.

Sosyal anksiyete ile utanç suçluluk arasında yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre sosyal anksiyete ile utanç ve suçluluk duyguları arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=0.217$, $p<0.01$). Diğer bir deyişle utanç ve suçluluk puanları yükseldikçe sosyal anksiyete puanları da yükselmektedir.

Araştırma kapsamında yapılan korelasyon ve ki kare sonuçları birlikte düşünüldüğünde çocukluk ve ergenlik dönemlerinde utangaç yada içedönük kişilik örüntüsü geliştiren bireylerin yaşamlarının sonraki dönemlerinde azımsanmayacak ölçüde sosyal anksiyete yaşama risklerinin olduğunu söylemek mümkündür.

Öneriler

Bu araştırma İstanbul'da özel bir üniversite öğrencileriyle yapılmıştır. Yeni araştırmalarda devlet üniversitesindeki öğrenciler ile çalışılabilir.

Araştırmada kullanılan ölçekler klinik ölçekler olması nedeniyle akademik yazınlarda alt boyut açısından zengin bir niteliğe sahip değildir. Bu nedenle yapılacak olan yeni çalışmalarda ölçek seçiminde alt boyutu çeşitlendiren ve ölçek açısından zengin bir literatüre sahip olan seçilmelidir.

Araştırmada kullanılan örneklem sadece bir üniversiteye ait öğrencilerdir. Bu durum sınırlı bir analiz imkânı sunmaktadır. Yapılacak olan yeni çalışmada farklı sosyoekonomik ve nitelikte okullar (devlet ve vakıf üniversitesi gibi) ya da kaygı bozukluğu veya herhangi bir psikopatolojik tanıya sahip kişilerde bu çalışmanın yapılması alan yazınına katkı sağlayacaktır.

EK'LER

EK 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

LÜTFEN BU DÖKÜMANI DİKKATLİCE OKUMAK İÇİN ZAMAN AYIRINIZ

Sizi **Muhammed Salih Kılınçer** tarafından yürütülen "**Üniversite Öğrencilerinin Utanç ve Suçluluk Duygularına Yatkınlıkları İle Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**" başlıklı **araştırmaya** davet ediyoruz. Bu araştırmaya katılıp katılmama kararını vermeden önce, araştırmanın neden ve nasıl yapılacağını bilmeniz gerekmektedir. Bu nedenle bu formun okunup anlaşılması büyük önem taşımaktadır. Eğer anlayamadığınız ve sizin için açık olmayan şeyler varsa, ya da daha fazla bilgi isterseniz bize sorunuz.

Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Çalışmaya **katılmama** veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmadan **çıkma** hakkında sahipsiniz. **Çalışmayı yanıtlamanız, araştırmaya katılım için onam verdiğiniz** biçiminde yorumlanacaktır. Size verilen **formlardaki** soruları yanıtlarken kimsenin baskısı veya telkini altında olmayın. Bu formlardan elde edilecek bilgiler tamamen araştırma amacı ile kullanılacaktır.

Çalışma üç kısımdan oluşmaktadır. Araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz takdirde ilk kısımda sizlerden 7 soruluk sosyo-demografik bilgi formunu doldurmanız istenecektir. Sonrasında 24 sorudan oluşan Lıebowıtz Sosyal Kaygı Ölçeği'ni ve 24 sorudan oluşan Suçluluk Utanç Ölçeği'ni doldurmanız istenecektir. Araştırmaya katılmayı kabul ediyorsanız, ekteki formda istenen bilgileri sağlamanızı rica ediyoruz. İsminiz ve bu bilgiler tamamen gizli tutulacaktır.

Çalışmaya Katılım Onayı:

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya/gönüllüye verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları tamamen anladım. **Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama aşağıda adı belirtilen araştırmacı tarafından yapıldı, soru sorma ve tartışma imkanı buldum ve tatmin edici yanıtlar aldım. Bana, çalışmanın muhtemel riskleri ve faydaları sözlü olarak da anlatıldı.** Bu çalışmayı istediğim zaman ve herhangi bir neden belirtmek zorunda kalmadan bırakabileceğimi ve bıraktığım takdirde herhangi bir olumsuzluk ile karşılaşmayacağımı anladım.

Bu koşullarda söz konusu araştırmaya kendi isteğimle, hiçbir baskı ve zorlama olmaksızın katılmayı kabul ediyorum.

Katılımcının (Kendi el yazısı ile)

Adı-
Soyadı:.....

İmzası:

(Varsa) Velayet veya Vesayet Altında Bulunanlar İçin;

Veli veya Vasisinin (kendi el yazısı ile)

Adı-
Soyadı:.....

İmzası:

EK 2. Sosyo-Demografik Bilgi Formu

Sevgili katılımcı, aşağıda istenen bilgiler araştırmacıya bilgi formunu dolduran katılımcılar hakkında istatistiksel bilgi vermek ve bu grubu tanıyabilme imkanı sağlayacaktır. Lütfen her maddeyi kendinize uygun olan şıkkın yanındaki kutucuğu işaretleyerek yanıtlayınız.

1. Yaş: …….

2. Cinsiyetiniz: ……

3. Hangi düzeyde eğitim almaktasınız?

   ( ) Önlisans ( ) Lisans ( ) Yüksek Lisans

4. Gelir durumunuzu nasıl tanımlarsınız?

   ( ) Düşük ( ) Orta ( ) Yüksek

5. Şu an yaşadığınız konut?

   ( ) Yurt ( ) Aile Yanında Ev ( ) Ayrı Ev (Ögrenci Evi)

6. Çalışıyor musunuz?

   ( ) Evet ( ) Hayır

7. Kendinizi nasıl tanımlarsınız?

   ( ) Girişken ( ) Çekinik ( ) İkisi de değil

EK 3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyunuz.

Sol kolondaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre, 1 ile 4 arasında puan veriniz. Sağ kolonda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır. Bu defa durumlardan kaçınıyorsanız, kaçınmanın şiddetine göre yine 1 ile 4 arasında puan veriniz. Puanlamayı aşağıdaki tariflere göre yapabilirsiniz.

Kaygı	**Kaçınma**
1: Yok ya da çok hafif	1: Kaçınma yok ya da çok ender
2: Hafif	2: Zaman zaman kaçınırım
3: Orta derecede	3: Çoğunlukla kaçınırım
4: Şiddetli	4: Her zaman kaçınırım

Kaygı		**Kaçınma**	
1.Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak		**1.**Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak	
2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak		**2.** Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak	
3. Dikkatleri üzerinde toplamak		**3.** Dikkatleri üzerinde toplamak	
4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak		**4.** Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak	
5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak		**5.** Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak	
6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek		**6.** Başkaları içerdeyken bir odaya girmek	
7.Kendisinden daha yetkili biriyle Konuşmak		**7.**Kendisinden daha yetkili biriyle Konuşmak	

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

EK 4. Suçluluk ve Utanç Ölçeği

Bu ölçeğin amacı bazı duyguların hangi durumlarda ne derece yoğun olarak yaşandığını belirlemektir. Aşağıda bazı olaylar verilmiştir. Bu olaylar sizin başınızdan geçmiş olsaydı, ne kadar rahatsızlık duyardınız. Lütfen her durumu dikkatle okuyup öyle bir durumda ne kadar rahatsızlık duyacağınızı aşağıdaki ölçekten yararlanarak maddelerin yanındaki sayıların üzerine (X) işareti koyarak belirleyiniz.

1. Hiç rahatsızlık duymazdım
2. Biraz rahatsızlık duyardım
3. Oldukça rahatsızlık duyardım
4. Epey rahatsızlık duyardım
5. Çok rahatsızlık duyardım

	Sizi ne kadar rahatsız eder? Az				Çok
1. Bir tartışma sırasında büyük bir hararetle savunduğunuz bir fikrin yanlış olduğunu öğrenmek.	**1**	**2**	**3**	**4**	**5**
2. Evinizin çok dağınık olduğu bir sırada beklenmeyen bazı misafirlerin gelmesi.	1	2	3	4	5
3. Birinin size verdiği bir sırrı istemeyerek başkalarına açıklamak.	1	2	3	4	5
4. Karşı cinsten birinin kalabalık bir yerde herkesin dikkatini çekecek şekilde size açıkça ilgi göstermesi.	1	2	3	4	5
5. Giysinizin, vücudunuzda kapalı tuttuğunuz bir yeri açığa çıkaracak şekilde buruşması ya da kıvrılması.	1	2	3	4	5

6. Bir aşk ilişkisi içinde sadece kendi isteklerinizi elde etmeye çalıştığınızı ve karşı tarafı sömürdüğünüzü fark etmeniz.	1	2	3	4	5
7. Sorumlusu siz olduğunuz halde bir kusur ya da bir yanlış için bir başkasının suçlanmasına seyirci kalmak.	1	2	3	4	5
8. Uzman olmanız gereken bir konuda, bir konuşma yaptıktan sonra dinleyicilerin sizin söylediğinizin yanlış olduğunu göstermesi.	1	2	3	4	5
9. Çok işlek bir iş merkezinin bulunduğu bir köşede herkesin size bakmasına sebep olacak bir olay yaşamak.	1	2	3	4	5
10. Lüks bir restoranda çatal bıçak kullanmanız gereken yerde elle yemek yediğinizin fark edilmesi.	1	2	3	4	5
11. Başkalarını aldatarak ve onları sömürerek büyük kazanç sağlamak.	1	2	3	4	5
12. İşçilerinizin sağlığına zarar vereceğini bildiğiniz halde, bir yönetici olarak çalışma koşullarında bir değişiklik yapmamak.	1	2	3	4	5
13. Sözlü bir sınav sırasında kekelediğiniz ve heyecandan şaşırdığınızda, hocanın sizin bu halinizi kötü bir sınav örneği olarak bütün sınıfa göstermesi.	1	2	3	4	5
14. Tanıdığınız birinin sıkıntıda olduğunu bildiğiniz ve yardım edebileceğiniz halde yardım etmemek.	1	2	3	4	5
15. Bir partide yeni tanıştığınız insanlara açık saçık bir fıkra anlattığınızda birçoğunun bundan rahatsız olması.	1	2	3	4	5

16. Akılsızca, bencilce ya da gereksizce büyük bir harcama yaptıktan sonra ebeveyninizin mali bir sıkıntı içinde olduğunu öğrenmek.	1	2	3	4	5
17. Arkadaşınızdan bir şeyler çaldığınız halde arkadaşınızın hırsızlık yapanın siz olduğunuzu hiçbir zaman anlamaması.	1	2	3	4	5
18. Bir davete ya da toplantıya rahat gündelik giysilerle gidip herkesin resmi giyindiğini görmek.	1	2	3	4	5
19. Bir yemek davetinde bir tabak dolusu yiyeceği yere düşürmek.	1	2	3	4	5
20. Herkesten sakladığınız ve hoş olmayan bir davranışın açığa çıkarılması.	1	2	3	4	5
21. Bir kişiye hak etmediği halde zarar vermek.	1	2	3	4	5
22. Alış-veriş sırasında paranızın üstünü fazla verdikleri halde sesinizi çıkarmamak.	1	2	3	4	5
23. Ailenizin sizden beklediklerini yerine getirememek.	1	2	3	4	5
24. Çeşitli bahaneler bularak yapmanız gereken işlerden kaçmak.	1	2	3	4	5

KAYNAKÇA

Akbağ, M., ve Imamoğlu, S. E. (2010). Cinsiyet ve bağlanma stillerinin utanç, suçluluk ve yalnızlık duygularını yordama gücünün araştırılması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, *1*(3), 145-166.

Akdemir, A., ve Cinemre, B. (1996). Sosyal fobi: Epidemiyoloji, eşlik eden hastalıklar, klinik gidiş, prognoz. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, *4*(1), 11-17.

American Psychiatric Association.(1993). *DSM-IV draft criteria*. Washington: American Psychiatric Pub.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. Washington: American Psychiatric Pub.

American Psychological Association. (2016). Guidelines for the undergraduate psychology major. *The American psychologist*, *71*(2), 102-109.

Amies, P. L., Gelder, M. G., ve Shaw, P. M. (1983). Social phobia: a comparative clinical study. *The British Journal of Psychiatry*, *142*(2), 174-179.

Bacanlı, H. (1999). *Sosyal beceri eğitimi.* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Barnes, C. A. (1952). A statistical study of the Freudian theory of levels of psychosexual development. *Genetic Psychology Monographs*, *41*(6), 19-37.

Bandura, A., Evans, R. I., ve Huberman, B. (1988). Social efficiency. London:Oxford Press.

Bayramkaya, E. (2009). *Sosyal fobi belirtileri, yetişkin bağlanma boyutları ve kişilerarası ilişki biçimleri arasındaki ilişkiler.* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Blum, G. S. (1949). A study of the psychoanalytic theory of psychosexual development. *Genetic Psychology Monographs*, *33*(9), 18-47.

Budak, S. (2003). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara:Bilim ve Sanat Yayınları.

Butler, C. (1985). *Statistics in linguistics.* Cambridge: Cambridge University Press.

Braithwaite, J. (1989). *Crime, shame and reintegration*. Cambridge: Cambridge University Press.

Bronfenbrenner, U. (1992). Contexts of child rearing: problems and prospects. *Child and Youth Care Administrator*, *5*(1), 59-64.

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International encyclopedia of education*, *3*(2), 37-43.

Bronfenbrenner, U. (1995). *Developmental ecology through space and time: A future perspective*. New York: WW Norton & Company.

Bozanoğlu, İ. (2005). Bilişsel davranışçı yaklaşıma dayalı grup rehberliğinin güdülenme, benlik saygısı, başarı ve sınav kaygısı düzeylerine etkisi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, *38*(1), 17-42.

Carmichael, L. (1946). *Manual of child psychology*. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.

Christiansen, S. L., ve Palkovitz, R. (1998). Exploring Erikson's psychosocial theory of development: Generativity and its relationship to paternal identity, intimacy, and involvement in childcare. *The Journal of Men's Studies*, *7*(1), 133-156.

Cömertler, N., ve Muhsin, Kar. (2007). Türkiye'de Suç Oranının Sosyo-Ekonomik Belirleyicileri: Yatay Kesıt Analizi. *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, *62*(2), 037-057.

Deckro, G. R., Ballinger, K. M., Hoyt, M., Wilcher, M., Dusek, J., Myers, P., ... ve Benson, H. (2002). The evaluation of a mind/body intervention to reduce psychological distress and perceived stress in college students. *Journal of American College Health*, *50*(6), 281-287.

Demiralp, M., ve Oflaz, F. (2007). Bilişsel-davranışçı terapi teknikleri ve psikiyatri hemşireliği uygulaması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *8*(1), 132-139.

Demir, G. Ö. (2009). Sosyal fobinin etiyolojisinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmalara genel bir bakış. *Akademik İncelemeler Dergisi*, *4*(1). 146-172.

Deniz, S. (2014). *Ergenlerin problemli mobil telefon kullanımının utangaçlık ve sosyal anksiyete ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Dilbaz, N. (2000). Sosyal anksiyete bozukluğu: tanı, epidemiyoloji, etiyoloji, klinik ve ayırıcıtanı. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, *2*(3), 21-61.

Doğan, T., Sapmaz, F., Tel, F. D., Sapmaz, S., ve Temizel, S. (2012). Meaning in life and subjective well-being among Turkish university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, *55*(3), 612-617.

Doğan, T., Totan, T., ve Sapmaz, F. (2013). The role of self-esteem, psychological well-being, emotional self-efficacy and affect balance on happiness: a path model. *European Scientific Journal*, *9*(20), 341-379.

Durualp, E., Karadut, T., Kul, G., Özen, E., & Gül, D. (2010). Sokakta çalışan çocuklarda depresif belirtiler. *Anadolu Psikiyatri Dergisi, 11*(20), 161-168.

Emmelkamp, P. M., & Mersch, P. P. (1982). Cognition and exposure in vivo in the treatment of agoraphobia: Short-term and delayed effects. *Cognitive Therapy and Research, 6*(1), 77-90.

Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. New York: WW Norton & Company.

Erkan, Z. (2002). Sosyal kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10*(10), 61-84.

Fisher, S., ve Greenberg, R. P, (1978). *The scientific evaluation of Freud's theories and therapy: A book of readings*. London:Karnac Books.

Fonagy, P., ve Moran, G. S. (1991). Understanding psychic change in child psychoanalysis. *The International Journal of Psychoanalysis*. *13*(9), 112-146.

Freud, A. (1992). *The ego and the mechanisms of defence*. London:Karnac Books.

Freud, S., ve Bonaparte, P. M. (1954). The origins of psychoanalysis. London: Imago.

Freud, S., ve Bullitt, W. C. (1967). *Thomas woodrow wilson: twenty-eighth president of the united states; a psychological study*. Boston: Houghton Mifflin, 1967 [c1966].

Freud, S., ve Strachey, J. (1962). *Three essays on the theory of sexuality. Translated and newly edited by james strachey*. London:Hogarth Press.

Geissmann, C. (2005). *A history of child psychoanalysis*. London:Routledge.

Gelder, M. G., Marks, I. M., ve Wolff, H. H. (1966). Desensitization and psychotherapy in the treatment of phobic states: A controlled inquiry. *The British Journal of Psychiatry, 113(494),* 53-73.

Goldberg, S., Muir, R., & Kerr, J. (2013). *Attachment theory: Social, developmental, and clinical perspectives*. London:Routledge.

Gooren, L. (2006). The biology of human psychosexual differentiation. *Hormones and behavior, 50*(4), 589-601.

Greenberg, J. (1978). Equity, equality, and the protestant ethic: allocating rewards following fair and unfair competition. *Journal of Experimental Social Psychology, 14*(2), 217-226.

Greenberg, L. S., ve Watson, J. C. (2006). *Emotion-focused therapy for depression*. Washington:American Psychological Association.

Gültekin, B. K., ve Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *22*(3). 432-517.

Hamachek, D. E. (1988). Evaluating self- concept and ego development within Erikson's psychosocial framework: A formulation. *Journal of Counseling & Development*, *66*(8), 354-360.

Holmes, J. (2014). *John Bowlby and attachment theory*. London:Routledge.

İzgiç, F., Akyüz, G., Dogan, O., ve Kugu, N. (2000). Üniversite ögrencilerinde sosyal fobi yayginligi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, *1*(4), 207-214.

Jaffe, P. D., Pons, F., ve Wicky, H. R. (1997). Children imprisoned with their mothers: Psychological implications. *Advances in psychology and law: International contributions*, *1*(4), 399-407.

Jessor, R. (1987). Problem- behavior theory, psychosocial development, and adolescent problem drinking. *British journal of addiction*, 82*(4),* 331-342.

Karacan, E., Şenol, S., & Şener, Ş. (1996). Çocukluk ve ergenlik çağında sosyal fobi. *3P Dergisi*, *4(1)*, 28-34.

Karasar, N. (2006). *Bilimsel araştırma yöntemi.* Ankara: Nobel Yayınları.

Karataş, Z. (2008). Lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *17*(3). 62-71.

Kendler, K. S., , Neale, M. C., Kessler, R. C., Heath, A. C. ve Eaves, L. J. (1992), "The genetic epidemiology of Phobias in Women: The interrelationship of agoraphobia, social phobia, situational phobia, and simple phobia", *Archives of General Psychiatry, 49(7),* 273-281.

Köksal, F., ve Gençdoğan, B. (2007). Depresif Olanlar İle Olmayanlarin Suçluluk, Utanç ve Öfke Tarzlarinin İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, *9*(1), 153-174.

Kudielka, B. M., Von Känel, R., Gander, M. L., ve Fischer, J. E. (2004). Effort-reward imbalance, overcommitment and sleep in a working population. *Work & Stress*, *18*(2), 167-178.

Küçük, V., ve Acet, M. (2002). Bir Kişilik Özelliği Olarak Suçluluk ve Sporla İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, *11*(7), 63-77.

Klein, M. (1987). *Selected Melanie Klein*. New York: Simon and Schuster.
Leary & Kowalski, (1995), *Social Anxiety,* London: Social asc.

Lederman, R. P. (1996). *Psychosocial adaptation in pregnancy: Assessment of seven dimensions of maternal development*. New York: Springer Publishing Co.

Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic review*, *58*(3), 419-522.

Liebowitz, M. R. (1987). *Social phobia In Anxiety.* London: Karger Publishers.

Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of personality and social psychology*, *3*(5), 551-589.

Markstrom, C. A. (1999). Religious involvement and adolescent psychosocial development. *Journal of Adolescence*, *22*(2), 205-221.

Mercan, N., Oyur, E., Alamur, B., Gül, S., & Bengül, S. (2012). İşyeri yalnızlığı ve sosyal fobi arasındaki ilişkiye yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, *4*(1), 155-191.

Money, J., ve Clopper Jr, R. R. (1974). Psychosocial and psychosexual aspects of errors of pubertal onset and development. *Human biology*, *7*(2),173-181.

Munley, P. H. (1975). Erik Erikson's theory of psychosocial development and vocational behavior. *Journal of Counseling Psychology*, *22*(4), 314-437.

Ochse, R., ve Plug, C. (1986). Cross-cultural investigation of the validity of Erikson's theory of personality development. *Journal of Personality and Social Psychology*, *50*(6), 1240.

Özgüven, H. D., ve Sungur, M. Z. (1998). Sosyal fobi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *9*(2), 128-136.

Öztürk, M. O., ve Uluşahin, A. (2014). *Ruh sağlığı ve bozuklukları*. Ankara:Nobel Tıp Kitabevleri.

Öztürk, M., Sayar, K., Uğurad, I., ve Tüzün, Ü. (2005). Sosyal fobisi olan çocukların annelerinde sosyal fobi yaygınlığı. *Klinik Psikofarmakoloji Bulteni*, *15*(2). 138-173.

Panter-Brick, C. (2002). Street children, human rights, and public health: A critique and future directions. *Annual review of anthropology*, *31*(1), 147-171.

Parker, I. (2007). *Revolution in psychology: Alienation to emancipation*. London:Routledge.

Pearson, G. H. J., ve Belmont, H. S. (Eds.). (1968). *Handbook Child Psychoanalysis*, *13*(3), 173-198.

Phillips, J., ve Stonebridge, L. (1998). *Reading Melanie Klein.* London:Routledge.

Piaget, J. (1964). Part I: Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal of research in science teaching*, *2*(3), 176-186.

Piaget, J. (2013). *The moral judgment of the child*. London: Routledge.

Piaget, J., ve Cook, M. (1952). *The origins of intelligence in children*, New York: International Universities Press.

Piaget, J. (1964). Part I: Cognitive development in children: Piaget development and learning. *Journal of research in science teaching*, *2*(3), 176-186.

Piers, G., ve Singer, M. B. (1953). *Shame and guilt: A psychoanalytic and a cultural study*, London Springfield.

Prior, M., Smart, D., Sanson, A. ve Oberklaid, F. (2000), "Does shy-inhibited temperament in childhood lead to anxiety problems in adolescence?", *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39(4), 461-468.

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

Rieber, R. W., & Wollock, J. (1997). The problem of consciousness. In *The collected works of LS Vygotsky*. Boston:Springer.

Sandler, J., Kennedy, H., & Tyson, R. L. (1980). *Technique of child psychoanalysis: discussions with Anna Freud*. Cambridge:Harvard University Press.

Sayar, K., Solmaz, M., Öztürk, M., Özer, Ö. A., & Arıkan, M. (2000). Yaygın sosyal fobi hastalarında çekingen kişilik bozukluğu ve psikopatolojiye etkileri. *Klinik Psikiyatri, 3(6),* 163-169.

Sayar, K., Guzelhan, Y., Solmaz, M., Ozer, O. A., Ozturk, M., Acar, B., & Arikan, M. (2000). Anger attacks in depressed Turkish outpatients. *Annals of Clinical Psychiatry*, *12*(4), 213-218.

Sayar, K., Solmaz, M., Özer, Ö. A., Öztürk, M., ve Acar, B. (2000). Sosyal fobi hastalarında aleksitimi, umutsuzluk ve depresyon: Kontrollü bir çalışma. *Klinik Psikiyatri*, *3*(4), 235- 241.

Seligman, L. D., ve Ollendick, T. H. (1998). Comorbidity of anxiety and depression in children and adolescents: An integrative review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, *1*(2), 125-144.

Sevinçok, L., Şahin, M., ve Yüksel, N. (1998). Sosyal fobi ve çekingen kişilik bozukluğu: sosyal fobili bir grup hasta üzerinde kavramsal bir tartışma. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *9*(1), 38-42.
Soykan, Ç., Özgüven, H. D., ve Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, *93*(3), 1059-1069.

Sübaşı, G. (2010). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, *32*(14), 3-15.

Sütcü, S. T., Aydın, A., ve Sorias, O. (2010). Ergenlerde öfke ve saldırganlığı azaltmak için bilişsel davranışçı bir grup terapisi programının etkililiği. *Türk Psikoloji Dergisi*, *25*(66), 57-72.

Sungur, M. Z., ve Dilsiz, A. (1995). Sosyal fobi. *Anksiyete Monograflar Serisi*, *5(13)*, 205-215.

Şahin, N. H. (1992). *Suçluluk ve Utanç ölçeği. Bilişsel davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekleri,* Ankara:Nobel.

Şahin, N. H. (1994). *Stresle başa çıkma yolları: olumlu bir yaklaşım*. Türk psikologlar derneği yayınları.

Tangney, J. P. E., ve Fischer, K. W. (1995). Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride. In *The idea for this volume grew out of 2 pivotal conferences. The 1st conference, on emotion and cognition in development, was held in Winter Park, CO, Sum 1985. The 2nd conference, on shame and other self-conscious emotions, was held in Asilomar, CA, Dec 1988.* Guilford Press.

Türkçapar, H., Güriz, O., Özel, A., Işık, B., ve Dönbak Örsel, S. (2004). Antisosyal kişilik bozukluğu olan hastalarda öfke ve depresyonun ilişkisi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, *15*(2), 119-124.

Türkçapar, M. H., ve Sargın, A. E. (2012). Bilişsel davranışçı psikoterapiler: tarihçe ve gelişim. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, *1*, 7-14.

Tyas, S. L., ve Pederson, L. L. (1998). Psychosocial factors related to adolescent smoking: a critical review of the literature. *Tobacco control*, *7*(4), 409-420.

Van Nostrand Reinhold Co. ve Seligman, S. (1998). Child psychoanalysis, adult psychoanalysis, and developmental psychology Introduction to symposium on child analysis, part II. *Psychoanalytic Dialogues*, *8*(1), 79-86.

Vygotsky, L. (1978). Interaction between learning and development. *Readings on the development of children*, *23*(3), 34-41.

Vygotsky, L. S. (1972). The psychology of art. Freud, A. (1992). *The ego and the mechanisms of defence*. Karnac Books.

Vygotsky, L. S. (1980). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge:Harvard university press.
Vygotsky, L. S., Carton, A. S., & Rieber, R. W. (1993). *The collected works of LS Vygotsky. Vol. 2, The fundamentals of defectology (Abnormal psychology and learning disabilities)*. Plenum P.

Vygotsky, L. S. (1981). The instrumental method in psychology. *The concept of activity in Soviet psychology*, *2*(3),135- 143.

Wallien, M. S., & Cohen-Kettenis, P. T. (2008). Psychosexual outcome of gender-dysphoric children. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *47*(12), 1413-1423.

Winnicott, D. W. (2009). *Winnicott on the child*. London:Da Capo Lifelong Books.

Wolman, B. B. (1972). Success and failure in psychoanalysis and psychotherapy. *Behaviour research and therapy*, *35*(8), 12-22.

Zarem, S. (2006). A homage to Helen Block Lewis. In *Symposium on Shame, Committee of Psychoanalytic and Psychotherapeutic Publications and Organizations 17*(9), 37-66.

Zeytinoğlu, S. (1989). Sokakta çalışan çocuklar ve sokak çocukları. *Çocuk İstismarı ve İhmali, Çocukların Kötü Muameleden Korunması Ulusal Kongresi*, 1.