

## Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygıyı Yordayıcı Bazı Değişkenler

### Some Variables For Social Anxiety Prediction in College Students

Güzin SÜBAŞI\*

Gazi Üniversitesi

Öz

Bu araştırmanın temel amacı cinsiyet, akademik başarı, ailelerin sosyoekonomik düzeyi, anne-baba tutumu, yalnızlık, özsaygı ve iletişim becerileri değişkenlerinin üniversite öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerini yordama gücünü belirlemektir. Bu amaçla 346 üniversite öğrencisine Etkileşim Kaygısı Ölçeği, Özsaygı Envanteri, Yalnızlık Ölçeği ve İletişim Becerileri Ölçeği uygulanmıştır. Cinsiyet, akademik başarı, ailenin gelir düzeyi ve anne-baba tutumlarına ilişkin veriler, Kişisel Bilgi Formu ile elde edilmiştir. Aşamalı regresyon analizi sonuçlarına göre, cinsiyet, yalnızlık ve özsaygı değişkenleri, gençlerin sosyal kaygı düzeylerini anlamlı olarak yordamaktadır. Çalışmada sosyal kaygı, yalnızlık ile pozitif, benlik saygısı ile negatif ilişkili bulunmuştur. Öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri yükseldikçe, yalnızlık düzeyleri artmakta, benlik saygısı düzeyleri düştükçe, sosyal kaygı düzeyleri yükselmektedir. Sonuç olarak, benlik saygısı sosyal kaygının en güçlü yordayıcısıdır. Bu nedenle bireyin olumlu benlik saygısı geliştirmesinde en önemli rolü olan aile ve eğitmenler bu konuda bilinçlendirilmelidir.

*Anahtar Sözcükler:* Sosyal kaygı, özsaygı, yalnızlık, sosyal beceri, cinsiyet, akademik başarı, gelir düzeyi, anne-baba tutumu.

*Abstract*

The aim of this study is to find a correlation between social anxiety and variables such as gender, academic achievement, family income, and the attitude of parents, self-esteem, and loneliness and communication skills among young people. The Interaction Anxiousness Scale, The Self-esteem Inventory, The UCLA Loneliness Scale and The Communication Skills Scale were applied to 346 college students. The data related with the variables such as gender, academic achievement, attitude of the parents and family income was gathered by "Personal Data Form". According to the results of the Stepwise Regression Analysis, variables such as self-esteem, loneliness and gender significantly predicted social anxiety. As a result, self-esteem is the most significant predictor for social anxiety. Thus, the parents and educators who have a significant role on the development of self-esteem should be well-informed about this relationship.

*Key Words:* Social anxiety, self-esteem, loneliness, social skills, gender, academic achievement, family income, parental attitude

#### Summary

Social anxiety occurs when people feel doubtful about their particular impressions, real or imaginary, on others. Social anxiety, as denoted by its name, is a situation that arises in social setting as an outcome of interpersonal relationships. What lies in the basis of social anxiety is the fear of being evaluated by others as inadequate.

The literature survey demonstrates that studies conducted on social-evaluative anxiety, shyness, dating anxiety, communication apprehension, social phobia, performance anxiety, and so on, are studies under the title of "social anxiety". Leary and Kowalski (1995) claim that these are not different types of social anxiety: the individual anxiety experience arising in each of

---

\* Doç. Dr. Güzin SÜBAŞI, Gazi Üniversitesi, Mesleki Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü

them is the same; what changes is not the type of anxiety but rather the medium of interpersonal relationship that gives rise to anxiety.

Interaction is an important need for humans as social beings. Happiness and success depend largely on the extent to which this need is fulfilled. Social anxiety is a factor that is likely to impose adverse effects on the life of the individual and distort social interaction, especially in cases where it occurs at a certain frequency, intensity, and severity; therefore, there is a need to take the initiative to recognize and follow up on anxiety. These initiatives are especially important for young people who are getting ready for life of by means of psychological counseling. This study focused on student attending a higher education program and collected evidence by means of self-report regarding their frequency and severity of social anxiety and investigated whether the variables such as gender, family income, parental attitude, academic achievement, self-esteem, loneliness, and communication skills predict social anxiety.

### Method

The participants of this study were students of higher education, 195 females and 151 males. The following instruments were utilized to collect data in this study.

- *Interaction Anxiousness Scale:* This scale is the standardized version of Leary's (1983) scale with Turkish norms. Technical features of the standardized version are as follows: Cronbach alpha, 0.91; concurrent validity coefficient, 0.90; variance related to the first factor in the principal components factor analysis, 36 %.
- *Self-Esteem Inventory:* This scale was developed by Güngör (1989) with the concurrent validity coefficient and the reliability coefficient is 0.76 and 0.82, respectively.
- *Loneliness Scale:* This scale is the standard version of the UCLA Loneliness Scale with Turkish norms developed by Demir (1989). The concurrent validity coefficient and the reliability coefficient, of this scale are 0.77 (Beck Depression Inventory) and 0.94, respectively.
- *Communication Skills Scale:* This scale was developed by Korkut (1996) with Cronbach alpha equal to 0.86 and the concurrent validity coefficient equals to 0.53.
- *Personal Data Form:* Personal Data Form is used to collect data related to independent variables such as gender, family income, academic achievement and parental attitude.
- *Once the data was collected, the responses were scored and statistical analyses were performed utilizing SPSS.*

### Results and Discussions

In this study, linear multiple regression analysis method was utilized in order to investigate in what level the points that the students get from the Interaction Anxiousness Scale are predicted by the independent variables mentioned above. In addition to this, the stepwise regression analysis method was applied for understanding which independent variable gives meaningful contribution to predict the social anxiety level.

When the linear multiple regression analysis was applied to determine how the independent variables such as gender, academic achievement, family income, parental attitude, self-esteem, loneliness, and communication skills predict the social anxiety level, the R and R<sup>2</sup> factors were found as 0.658 and 0.406, respectively. Moreover, it was observed that 40.6% of the total variance at the social anxiety level was explained by the above variables. However, after the step-wise regression analysis, it was understood that the academic achievement, family income, parental attitude, and communication skills were not significant predictors of social anxiety.

According to the results of first subset of the stepwise analysis, the self-esteem explained 33.5% of the variance for social anxiety (R=0.578, R<sup>2</sup>=0.335). Similar results were also obtained by other studies (Sabini et al., 2000; Wenfeng and Zhong, 2000; Yüksel, 2002; Rudich, Sedikies

and Gregg, 2006). At the second regression model, the loneliness variable was added to the model after self-esteem, and this time the variance for social anxiety increased to 39.4% ( $R=0.628$ ,  $R^2=0.394$ ). In other words, the loneliness variable has an additional 6% contribution to the variance. These results were parallel to other studies that found a similar relationship between social anxiety and loneliness (Riggio, Throckmorton and DePaulo, 1990; Leary ve Kowalsky, 1993). As a final step, the gender variable was added to the model in addition to self-esteem and loneliness and this time the variance for social anxiety was increased to 40.1% from 39.4%. These results demonstrated that gender was another predictor for social anxiety, which was also presented in the studies of Polancı & Özbay (2003).

As a result, this study examined various variables for predicting the social anxiety level of university students and self-esteem was found to be the most effective one. As the students having less self-esteem, their social anxiety level increases thus making them feel more lonely.

### Giriş

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

Sosyal kaygı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar, Schlenker ve Leary (1982)' in kuramsal yaklaşımından oldukça etkilenmiştir. Schlenker ve Leary (1982)'e göre eğer birey belirli bir insan ya da grup üzerinde belirli izlenim bırakmaya güdülenmişse gerçek ya da tasarımsal ve bu izlenimi bırakma konusunda kuşkuluyorsa sosyal kaygı oluşmaktadır.

Birçok araştırmacı sosyal kaygının ergenlik döneminde ortaya çıktığı konusunda birleşmektedir. Ergenlik dönemi, arkadaş gruplarınca kabulün en çok önem kazandığı ve bireylerin başkaları üzerinde bıraktıkları izlenimlerin ne kadar önemli olduğunun gerçek anlamda farkına varıldığı bir dönemdir. Bu önem üniversite gençliğinde de sürebilir. Üniversitede kendilerini yeni roller ve yeni ortamlarda bulan gençler bu yeni rol ve ortamlara uyum sağlamaya çalışırken istedikleri izlenimleri bırakma önemini yitirmeyecektir. Yeni bireylerle tanışmaktan utanan, tanıştığı kişilerle anlamlı ilişkiler geliştiremeyen gençlerin sorunları giderek artacaktır. Sosyal kaygı, yalnız gündelik, sıradan yaşantılar ve toplumsal yaşamda odaklanmakla kalmaz, aynı zamanda birçok soruna, hatta normal dışı durumlara neden olur (depresyon, intihar gibi). Erikson'a (1950) göre genç yetişkinlik döneminde kimlik arayışından çıkan genç, kendi kimliğini başkalarınınkiyle kaynaştırmaya istekli ve gönüllü olur, yakınlık kurmaya hazırdır. Ancak genç sosyal kaygılı (social anxiousness) ise, bu evrenin tehlikesi olan yalnız kalma ile karşı karşıya kalacak ve yakınlık kurmayı sağlayacak ilişkilerden kaçınmaya çalışacaktır.

Bu çalışmada sosyal kaygıyı etkilediği düşünülen bazı değişkenler ele alınmış ve alanyazına dayalı olarak tartışılmıştır. Araştırmanın değişkenlerinden biri olan akademik başarı ile sosyal kaygı ilişkisine bakıldığında, sosyal kaygılı bir bireyin sınav kaygılı olma olasılığının yüksek olduğu söylenebilir ve sosyal kaygı, gencin akademik başarısını da olumsuz etkileyebilir. Çünkü, sürekli sosyal kaygı (trait social anxiety) diğer sosyal kaygı formlarıyla ilişkili bulunmuştur (Leary ve Kowalski, 1995). Sosyal kaygıda ortaya konulan belirgin özellik, bireyin başkalarınınca nasıl algılandığı ve değerlendirildiği sorusunun yanıtlanması ile ilgilidir (Buss,1980). Sınav kaygısında birey kendini, izleyenler ya da görünür kişilerarası koşullar olmasa bile, bazı kişilerarası olumsuz sonuç beklentileri içeren başarısızlık korkusu içinde bulur. Sınav kaygılı bireyler olumsuz değerlendirilme kaygıları nedeniyle sınava odaklanamazlar ve anımsamakta güçlük çekerler. Bu durum akademik başarıyı olumsuz etkileyebilir

Sosyal kaygının cinsiyete göre değişip değişmediği sorusunun yanıtı ise kesin değildir. Birçok çalışma sonuçlarına göre; kadınlar utangaçlıklık (Morris, 1982), iletişim kaygısı (McCroskey, 1982), buluşma kaygısı (Arkowitz, 1978), sıkılmanlık (Edelmans, 1987) ve karşı cins kaygısı (Leary ve Dobbins, 1983) ölçümlerinde erkeklere göre daha yüksek, erkekler sosyal kaçınma ve sıkıntı ölçümlerinde (Glass, 1982; Watson ve Friend, 1969) ve utangaçlıkta (Pilkonis, 1977) kadınlardan daha yüksek puan almışlar. Hansford ve Hattie (1982) ise sosyal kaygıda cinsler arasında fark bulamamıştır (Akt: Leary ve Kowalski, 1995).

Feingold (1994), kişilikte cinslik ayrılıklarını incelemek üzere 1940-1992 yılları arasında yapılmış araştırmaları tarayarak meta-analiz uygulamış ve sosyal kaygıda cinsler arası önemli fark bulunmadığı sonucuna ulaşmıştır. Aynı şekilde Patterson ve Ritts (1997) de sosyal kaygı çalışmalarını tarayarak meta-analiz uygulamış ve sosyal kaygının cinsiyete göre değişmediğini bulmuşlardır.

Sosyal kaygılı bireyler başkaları tarafından genellikle ilgisiz, kendini beğenmiş ya da züppece görülmekte ve bu izlenimler onların doğru bir şekilde tanınmamlarına neden olmaktadır (Cheek ve Buss, 1981; Jones ve Carpenter, 1986; Akt: Patterson ve Ritts, 1997). Bu izlenimler sosyal kaygı ile yalnızlık (loneliness) ölçümleri arasındaki olumlu ilişkiyi anlaşılır kılmaktadır. Örneğin, Riggio, Throckmorton ve DePaulo (1990) tarafından yapılan çalışmada, etkileşim kaygısı ve yalnızlık arasındaki korelasyon 0.32 olarak hesaplanmıştır. Benzer şekilde Leary ve Kowalsky (1993) de bu korelasyonu 0.48 olarak bulmuşlardır.

Kimi bireyin süregelen olarak sosyal kaygı yaşamamasının potansiyel bir nedeni, kişilerarası ilişkilerde gerekli sosyal beceri eksikliği olduğu (Curran, 1977) ileri sürülmektedir. Sosyal beceri eksikliği modeli, kaygının bireyin sosyal beceri repertuarındaki eksiklikten kaynaklandığı üzerine temellenir (Halford ve Foddy, 1982). Genellikle, sosyal becerilerin diğer bireylerle etkili iletişim için uygun iletişim yeteneği içerdiği savunulmaktadır (McFall, 1982). Gerçekten de sosyal kaygılı bireylerin kaygılı olmayanlara göre sosyal ilişkilerinin daha az olduğu (Dodge, Heimberg, Nyman ve O'Brian, 1987), daha az atılgan oldukları (Alden ve Phillips, 1990), iletişimlerinde karışıklık sergiledikleri (Cappella, 1985) ve diğer bireyler tarafından sosyal becerileri zayıf olarak algılandıkları (Beidel, Turnel ve Dancu, 1985) araştırmalarla ortaya konmuştur (Akt: Segrin ve Kinney, 1995). Bazı araştırmalar da etkileşim kaygısı ile yetersiz sosyal beceriler arasındaki korelasyonun -0.48 ile -0.58 arasında değiştiğini göstermiştir. (DePaulo, Epotain ve Le May, 1990; Miller 1995; Patterson, Churchill ve Powell, 1991; Riggio, Throckmorton ve DePaula 1990; Segrin 1996). Sosyal beceri eksikliği sosyal kaygıyı doğurabileceği gibi sosyal kaygı, kaygılı bireylerin davranış repertuarında bulunan sosyal becerili davranışların ortaya çıkmasını engelleyebilir.

Araştırmalarda sosyal kaygı ile özsaygı arasında olumsuz ilişki (Cheek ve Buss, 1981; Clark ve Arkowitz, 1975; Geits ve Borecki, 1982; Jones, Briggs ve Smith, 1986; Leary ve Kowalski, 1993; Mc Croskey, 1977) saptanmış ve sosyal kaygının gelişiminde rol oynayan etmenlerin çoğunun da özsaygının gelişiminde rol oynayan etmenler ile aynı (Klonsky, 1990) olduğu bulunmuştur (Akt: Leary ve Kowalski, 1995). Bu konuda yapılan çeşitli araştırmalarda etkileşim kaygısı ve özsaygı arasındaki korelasyonun -0.18 ile -0.58 arasında oynadığı, fakat genel olarak -0.37 civarında olduğu gözlemlenmiştir (Leary ve Kowalsky, 1993; Leary ve Meadow, 1991; Leary, 1986; Riggio ve diğerleri, 1990; Sabini, Siepmann, Stein ve Meyerowitz, 2000; Schlenker ve Weigold, 1990).

Anne-baba tutumları incelendiğinde de araştırma bulguları, anne-babanın reddetme ve aşırı koruma ile birlikte duygusal olamamasının, toplumsal ortamlarda değerlendirilme kaygısını ortaya çıkarabileceğini bulmuştur (Karacan, Şenol ve Şener, 1996).

Sosyal kaygılı bireylerin iş yaşamları da olumsuz etkilenmekte, özellikle başka bireylerle iletişim gerektiren statü yükselmelerinden kaçınmaktadırlar. Kendilerine ilişkin olumsuz düşünce ve yüklemeleri, yeti yıkımlarına neden olmaktadır. Üniversite gençlerinin yaşamlarını sürdürecekleri mesleğe hazırlandıkları, gerçek duygusal ilişkilerin önem kazandığı bu dönemde sosyal kaygıları azaltılmazsa, yaşam kaliteleri istedikleri düzeyde olmayacaktır.

Ayrıca gençlik dönemi birçok zararlı alışkanlığın edinildiği bir dönemdir. Alkolün sosyal kaygıyı azalttığını keşfeden gençte, alkol-madde kötü kullanımını oluşabilecektir.

Yetişkin yaşama hazırlanan üniversite gençlerinin sosyal kaygularının azaltılması için verilecek psikolojik yardımlar, bireyin kendisini geliştirmesine olanak verecek, başarı ve üretkenliğine katkıda bulunacaktır.

Etkileşim kaygısı ile ilgili yapılan bu araştırmanın amacı; cinsiyet, akademik başarı, ailenin gelir durumu, anne-baba tutumu, özsaygı, yalnızlık ve iletişim becerileri değişkenlerinin sosyal kaygıyı yordama gücünü belirlemektir.

Bu çalışmada, sosyal ilişkilerin ve özellikle yakın arkadaşlıkların önem kazandığı genç yetişkinlik döneminde olan üniversite öğrencileri ele alınmıştır. Araştırma sonuçlarının gençlerle çalışan psikolog, psikolojik danışman, sosyal çalışmacı, öğretmen ve araştırmacılara katkı sağlayacağı umulmaktadır.

## Yöntem

### *Çalışma Grubu*

Bu çalışma betimsel bir araştırmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Ankara Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi'ne devam eden tüm öğrenciler oluşturmaktadır. Beş yıllık bir fakülte olan Dış Hekimliği Fakültesi'ne devam eden tüm öğrencilerin sayısı 553' dür. Araştırmada kullanılan ölçekler bir hafta süresince, her sınıfa farklı günlerde, uygulamanın yapıldığı gün derse gelen öğrencilere uygulanmış ve daha sonra ölçekler gözden geçirilerek eksik dolduranlar elenmiştir. Bu nedenle araştırma toplam 346 öğrenciden elde edilen veriler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin 195' i kız, 151' i erkektir. Araştırma çalışma grubunu oluşturan Ankara Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi öğrencileri ile sınırlıdır.

### *Veri Toplama Araçları*

Bu araştırmada, araştırmanın bağımlı değişkeni olan "sosyal kaygı"yı ölçmek için Leary (1983) tarafından geliştirilen "Etkileşim Kaygısı Ölçeği" (Interaction Anxiousness Scale) Türkiye'ye uyarlanarak kullanılmıştır.

Sosyal kaygıyla ilişkili olabilecek bağımsız değişkenlerle ilgili bilgileri toplamak için bir "Kişisel Bilgi Formu" geliştirilmiş, yalnızlık, özsaygı ve iletişim becerisini değerlendiren ölçekler kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan ölçme araçlarına ilişkin aşağıda daha ayrıntılı bilgi verilmiştir.

(a) Etkileşim Kaygısı Ölçeği: Etkileşim Kaygısı Ölçeği'nin araştırmacı tarafından bu araştırma kapsamında yapılan güvenilirlik çalışması için test tekrarı tekniği kullanılmış ve korelasyon katsayısı,  $r = .956$ ; ( $p < 0.001$ ) olarak hesaplanmıştır. Etkileşim Kaygısı Ölçeği maddelerinin yapı geçerliğini çok boyutlu olup olmadığını anlamak amacı ile temel bileşenler faktör analizi uygulanmıştır. Temel bileşenler (principal Component) faktör analizi sonucunda elde edilen scree plot, ölçeğin tek faktörlü bir ölçek olduğuna işaret etmektedir. Ölçekteki toplam varyansın % 35.81' i tek faktör tarafından açıklanmıştır. Maddelerin faktör yükleri 0.33 ile 0.68 arasında değişmektedir. Bu bulgular ölçeğin iletişim kaygısını ölçen, tek boyutlu bir ölçek olduğunu göstermektedir. Faktör analizi sonucunda elde edilen bulgular, iç tutarlık katsayısı (internal consistency); Cronbach Alpha= 0.90 değeri ve 0.29-0.63 arasında değişen madde toplam korelasyonları ile de desteklenmektedir.

Etkileşim Kaygısı Ölçeğinin geçerlik çalışması, benzer ölçekler geçerliği yöntemi ile yapılmış ve Güngör (2000) tarafından geliştirilen Utangaçlık Ölçeği kullanılmıştır. Utangaçlık puanı ile etkileşim kaygısı puanı arasında korelasyon katsayısı  $r = 0.89$ ; ( $p < 0.001$ ), olarak bulunmuştur.

(b) Kişisel Bilgi Formu: "Kişisel Bilgi Formu" ile araştırmanın bağımsız değişkenleri olan etkileşim kaygısı ile ilgili olduğu düşünülen etmenlerle ilgili bilgilerin toplanması

amaçlanmıştır. Bu formda öğrencilerin “cinsiyet”, “akademik başarı algısı”, “ailenin gelir düzeyi” ve “anne-baba tutumu”nu kapsayan sorular yer almıştır.

(c) Özsaygı Envanteri: Özsaygı Envanteri Güngör (1991) tarafından Rosenberg (1965), Coopersmith (1969) ve Shorstrom (1969)’un geliştirmiş oldukları özsaygı ölçütleri temel alınarak geliştirilmiştir. Envanterin benzer ölçekler geçerliği  $r = .76$ , test tekrarı güvenilirlik katsayısı da  $r = .82$  olarak bulunmuştur.

(d) UCLA Yalnızlık Ölçeği: Araştırmada yalnızlık düzeyini belirlemek amacıyla Russell, Peplau ve Ferguson (1978) tarafından geliştirilen ve Russell, Peplau ve Cutrona (1980) tarafından yeniden gözden geçirilerek düzenlenen UCLA Yalnızlık Ölçeği (University of California Los Angeles Loneliness Scale) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye çeviri ve uyarlama çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılmıştır. Demir (1989), benzer ölçekler geçerliğini Beck Depresyon Envanteri için  $.77$  ve Çok Yönlü Depresyon Envanteri’nin “Sosyal İçe Dönüklük” alt ölçeği için  $.82$  olarak bulmuştur. Ayrıca, Demir (1989) ölçeğin güvenilirliğini iç tutarlık ve testin tekrarı yöntemi ile incelemiş, iç tutarlık katsayısı  $.96$ , testin tekrarı yöntemi ile de güvenilirlik katsayısı  $.94$  olarak saptanmıştır.

(e) İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği: Korkut (1996) tarafından bireylerin iletişim becerilerini nasıl değerlendirdiklerini anlamak amacı ile geliştirilen İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Communication Skills Evaluation Scale) 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin test tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısı  $.78$  ( $p < .001$ ) ve iç tutarlık katsayısı olan Alpha değeri üniversite öğrencileri için  $.86$ ’dır. Ölçeğin geçerlik çalışması için benzer ölçekler yöntemi kullanılmış ve geçerlik katsayısı  $.52$  olarak bulunmuştur (Korkut,1999).

### İşlem

Araştırmada elde edilen veriler ayrı ayrı sınıflandırılarak bilgisayara yüklenmiştir. Bütün istatistiksel analizler, bilgisayarda “Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programları” (SPSS 10.0) kullanılarak yapılmıştır.

Araştırmada öğrencilerin Etkileşim Kaygısı Ölçeği’nden aldıkları puanların bağımsız değişkenler tarafından ne ölçüde yordandığını saptamak amacıyla çok yönlü regresyon analizi kullanılmıştır. Bağımsız değişkenlerden hangilerinin kaygı düzeyini yordamada anlamlı bir katkı sağladığını belirlemek amacıyla da aşamalı regresyon (stepwise) yöntemi uygulanmıştır. Aşamalı regresyon yöntemi uygulanarak sosyal kaygı düzeyinin yordanmasında anlamlı katkı sağlayan değişkenler ve bu değişkenlerin her birinin sosyal kaygının yordanmasında açıklanan toplam varyansa katkısı belirlenmiştir.

### Bulgular ve Yorum

Çoklu regresyon analizi için kişisel bilgi formundan elde edilen niteliksel veriler; cinsiyet, akademik başarı, ailenin gelir durumu, anne-baba tutumları sayıya çevrilmiş ve özsaygı, yalnızlık, sosyal beceri puanlarının sosyal kaygı puanlarını yordayıp yordamadığına bakılmıştır (Bkz. Tablo 1 ve Tablo 2).

Tablo 1.  
*Değişkenlerin Sosyal Kaygıyı Yordama Düzeyi*

R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	Yord. Std. Hatası
,638	,406	,394	11,3168

Tablo 2.  
Değişkenlerin B ve Beta Korelasyon Katsayıları ve Anlamlılık Düzeyleri

Yordayıcılar	B	Std. Hata	$\beta$	t	p
Sabit (a)	60,943	10,120		6,022	0,000
Cinsiyet	2,888	1,289	0,099	2,240	0,026
Akademik Başarı	1,032	1,003	0,046	1,028	0,305
Sosyoekonomik Düzey	0,759	1,560	0,021	0,487	0,627
Anne-Baba Tutumu	-1,481	1,255	-0,051	-1,180	0,239
Özsaygı	-0,531	0,080	-0,386	-6,607	0,001
Yalnızlık	0,474	0,086	0,303	5,529	0,001
İletişim Becerileri	-0,022	0,073	-0,015	-0,302	0,763

Doğrusal çoklu regresyon uygulanarak sosyal kaygı düzeyini cinsiyet, akademik başarı, gelir durumu, anne-baba tutumu, özsaygı, yalnızlık, iletişim becerileri değişkenlerinin ne ölçüde yordadığı belirlenmiş ve bu işlemin sonucunda  $R=.638$ ,  $R^2=.406$  olarak bulunmuş, sosyal kaygı düzeyindeki toplam varyansın % 40.6' sının bu değişkenlerce açıklandığı görülmüştür. Ancak, akademik başarı, gelir durumu, anne-baba tutumu ve iletişim becerileri değişkenlerinin sosyal kaygı puanının anlamlı bir yordayıcısı olmadığı anlaşılmaktadır.

Sosyal kaygılı bireylerin gerçekçi olmayan olumsuz bilişleri, yetkinci beklentileri, anımsama zorlukları ve sınıf içi etkileşimden kaçınmaları, akademik başarılarını olumsuz etkileyeceği beklentisini doğurmaktadır. Bazı araştırma sonuçları da bu beklentiye doğrulamaktadır (Örneğin; Ishiyama,1984; McCroskey,Booth-Butterfield ve Payne, 1989; Davidson, Hughes ve George ve Blazer, 1994, Eren,1997; Puklek,1997, Akt; puklek ve Vidmar, 2000; Güngör, 2000; Yüksel,2002). Ancak bir kısım araştırmalarda sosyal kaygı ile akademik başarı arasında anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır (Örneğin: Mc Croskey ve Andersen,1976; Erikson ve Gardner, 1992; Eren, 1997; Sübaşı, 2000). Öğrenci başarısı kısmen öğrencinin sınıf içi iletişime katılma oranından etkilenir. Sınıfta soru soran öğrenci hem etkin olarak konuya odaklanmakta, düşünmekte hem de takıldığı durumlara açıklık getirilmesini sağlayarak öğrenmeyi daha iyi gerçekleştirmektedir.

Öğretmenin soru sorması ise yine öğrencinin düşünmesine, konuya odaklanmasına ve dönüt sayesinde öğrenmenin gerçekleşip gerçekleşmediğinin sınıanmasına yarar. Kısaca, iletişim öğrenmede önemli rol oynamaktadır. Ancak sosyal kaygılı öğrencilerin öğrenci sayısı az olan ve yoğun iletişim gerektiren sınıf ve dersleri yeğlemedikleri, orta ve düşük iletişim kaygılı öğrencilerin ise tam tersini yeğledikleri görülmektedir (McCroskey ve Andersen, 1976). Sosyal kaygılı öğrenciler, kalabalık sınıflarda kendilerini iletişimin azlığı nedeniyle daha rahat hissetmektedirler. Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin ortalama 100 kişilik dersliklerde ders yaptıkları bir fakültede gerçekleştirilmiştir. Kalabalık sınıflarda iletişim kaygısı nedeniyle kendini fazla rahatsız hissetmeyen öğrenciler, bilişlerini ders konusuna odaklayabilecekler, dolayısıyla akademik başarıları olumsuz yönde etkilenmeyecektir. Ayrıca, kalabalık sınıflarda iletişimin azlığının öğrencilerin etkin olmasına izin vermemesi ve öğretmen anlatımının ağırlıklı olması nedeniyle sosyal kaygılı ve kaygısız öğrenciler arasında fark ortadan kalkacaktır.

Ailenin gelir düzeyinin gençlerin sosyal kaygı düzeylerine ilişkin yordayıcı rolünü belirlemek amacıyla yapılan regresyon analizi sonucunda anlamlı etki bulunmamıştır (Bkz. Tablo.3 ve Tablo.4). Sosyal fobi ile öğrenim düzeyi ve sosyoekonomik düzey arasında ilişki olup olmadığını inceleyen klinik araştırmaların sayısı fazla değildir. Bu konuda yapılmış bazı araştırmaların (Aimes, Gelder ve Shaw,1983; Solyom, Lelwidge ve Solyom, 1986; Güz ve Dilbaz, 2003) sonucuna göre, yüksek düzeyde eğitimi olan ve yüksek gelir düzeyine sahip kişilerde sosyal fobi daha sıktır. Heimberg ve diğ. (1993) ise genellenmiş sosyal fobisi olanların toplum önünde konuşma fobisi olanlara göre daha düşük öğrenim ve gelir düzeyine sahip olduklarını bulmuşlardır (Akt: Akdemir ve Cinemre, 1996). Bazı klinik örneklem üzerinde yapılan çalışmalarda da alt sosyoekonomik düzey ortaya çıkmaktadır (Örneğin; Solmaz, Gökalp ve





Sosyal kaygı ile sosyal beceri arasında ilişki bir kısım araştırmalarla desteklenmekteyse de (Örneğin; Curran, Wallender ve Fischetti, 1990; Halford ve Foddy, 1982; Pisaruk, Clark ve Solano, 1992; Segrin, 1996) incelemelerin büyük bölümü laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle, gerçek toplumsal etkileşimlere genellemek doğru olmayabilir. Sosyal kaygılı bireylerin değerlendirilme kaygıları yüksektir ve izlenilmekten rahatsız olurlar. Oysa, sosyal kaygı ve sosyal beceriler arasındaki ilişki üzerinde var olan bilginin büyük çoğunluğu, katılanların toplumsal davranışlarının değerlendirileceğinin ayırdımında oldukları çalışmalara dayanmaktadır. Araştırmaya katılanların toplumsal davranışlarının gözlenmesi, videoya kaydedilmesi ya da değerlendirileceklerine ilişkin bilgileri, bireylerin benlik imajları üzerinde bilgiyi artıracaktır. Ayrıca, birey gözlendiğini bilirse doğal davranamaz. Bu nedenle bu tür çalışmalar bireylerin özsunum amaçlarını ve sosyal kaygılarını artırabilir.

Bazı araştırmalarda da sosyal kaygı ile sosyal beceri arasında ilişki bulunmamıştır. Segrin ve Kinney (1995) araştırmalarında, sosyal kaygı sosyal beceri ile değil, yalnızlık ile ilişkili çıkmıştır. Vanderputte ve arkadaşlarının (1999) yaptığı çalışmada sosyal kaygı, yaş ile birlikte sosyal beceri varyansının yalnızca %4'ünü yordamaktadır. Snell (1989) ise sosyal kaygı ile kendini açma davranışı arasında erkeklerde ilişki bulmamıştır. Bu çalışma bireylerin toplumsal durumlarda gösterdikleri davranışların gözlenmesine değil, bireylerin algısına dayandığı için sosyal kaygıyı yordayıcı bir değişken olarak çıkmamış olabilir.

Araştırmada ele alınan bağımsız değişkenlerden hangilerinin sosyal kaygı düzeyini yordamada anlamlı bir katkı sağladığını belirlemek amacıyla aşamalı regresyon (stepwise) yöntemi uygulanmıştır. Aşamalı regresyon analizinde bağımlı değişkenle en yüksek korelasyona sahip bağımsız değişken ilk olarak modele alınmaktadır. Tablo 3'te araştırmada incelenen değişkenler arası ilişkiler gösterilmektedir.

Tablo 3'te görüldüğü gibi araştırmada ele alınan değişkenlerin sosyal kaygı ile korelasyon katsayıları  $r = -.94$  ile  $r = -.578$  arasında değişmektedir. Tablo 3'den de anlaşıldığı gibi sosyal kaygı ile en yüksek korelasyon ( $r = -.578$ ;  $p < .001$ ) özsaygı arasındadır. Aşamalı regresyon yöntemi uygulanarak sosyal kaygı düzeyinin yordanmasında anlamlı katkı sağlayan değişkenler ve bu değişkenlerin her birinin sosyal kaygının yordanmasında açıklanan toplam varyansa katkısı belirlenmiştir. Bu yöntemin uygulanmasında üç aşama (model) sonunda sosyal kaygıda açıklanan toplam varyansa erişilmiştir (Bkz. Tablo 4 ve Tablo 5).

Tablo 4.

*Sosyal Kaygının Yordayıcılarına İlişkin Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları*

Model	R	R <sup>2</sup>	Düzeltilmiş R <sup>2</sup>	Yord. Std. Hatası
1	,578	,335	,333	11,8764
2	,628	,394	,391	11,3496
3	,633	,401	,396	11,3020

Tablo 5.

*Değişkenlerin B ve Beta Korelasyon Katsayıları ve Anlamlılık Düzeyleri*

Model	Yordayıcılar	B	Std. Hata	$\beta$	t	p
1	(Sabit)	96,165	3,335		28,834	,001
	Özsaygı	-,797	,061	-,578	-13,154	,001
2	(Sabit)	65,876	6,115		10,772	,001
	Özsaygı	-,535	,073	-,388	-7,279	,001
	Yalnızlık	,484	,083	,309	5,803	,001
	(Sabit)	62,421	6,337		9,851	,001
3	Özsaygı	-,530	,073	-,384	-7,236	,001
	Yalnızlık	,474	,083	,303	5,707	,001
	Cinsiyet	2,430	1,232	,083	1,973	,049

Birinci modelde (Bkz. Tablo 4 ve Tablo 5) özsaygı regresyon eşitliğine girilmiş ve sosyal kaygıdaki varyansın %33.5'i özsaygı değişkenince açıklanmıştır ( $R=.578$ ,  $R^2=.335$ ). Diğer bir ifade ile sosyal kaygı değişkeninin en güçlü yordayıcısı özsaygı değişkeni olarak belirlenmiştir. Beta değerinin yönünün negatif (-) olması, özsaygı ile sosyal kaygı arasında ters yönlü bir ilişki olduğunu; özsaygı puanı yükseldikçe sosyal kaygı puanının düştüğünü göstermektedir. Elde edilen bu sonuç birçok araştırma sonuçlarıyla paraleldir (Örneğin; Sabini ve diğ.,2000; Wenfeng ve Zhong, 2000; Yüksel, 2002; Rudich, Sedikies ve Gregg,2006). Ancak Gümüş (2006) sosyal kaygı ile düşük benlik saygısı arasında ilişki bulamamıştır.

Özsaygı, benlik kavramının bir boyutu olarak bireyin kendi benliğine değer biçmesidir. Kendilerini olumlu olarak değerlendirenlerin özsaygı düzeyleri yüksek, olumsuz olarak değerlendirenlerin de özsaygı düzeyleri düşük olmaktadır. Sosyal kaygılı bireylerin kendilerine ilişkin olumsuz düşüncelere sahip olmaları, başkalarından gelen olumlu dönütleri önemsemeyip seçici şekilde olumsuz dönütleri anımsamaları, özsaygılarının düşük olmasına yol açabilir. Ayrıca, sosyal kaygılı bireyler genellikle yetkincidirler. Gerçekçi olmayan yüksek standartlar, bireyin kendine ilişkin bilgiyi kısıtlar, seçenekleri azaltır. Oysa gerçekçi standartlar bireyi çaba harcamaya güdüler ve standartlara ulaşıldığında özsaygı artabilir.

İkinci regresyon modelinde özsaygı değişkeninden sonra yalnızlık değişkeni modele eklenmiş ve bu değişkenin modele eklenmesi ile sosyal kaygı puanında açıklanan varyans %33.5'ten %39.4'e çıkmıştır ( $R=.628$ ,  $R^2=.394$ ). Diğer bir ifade ile yalnızlık değişkeninin açıklanan varyansa yaklaşık %6'lık bir katkısı görülmektedir. Yalnızlık değişkenine ait Beta değeri (0.309), yalnızlık ile sosyal kaygı puanı arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu, yalnızlık arttıkça kaygı düzeyinin de arttığını göstermektedir.

Araştırmacılar sosyal kaygı ile yalnızlık arasındaki ilişkiyi birkaç nedene bağlamaktadırlar. Birincisi, sosyal kaygılı bireyler diğer insanlarla daha az iletişime girmektedirler. Bu bireylerin kişilerarası ilişki kurma ve sürdürmede sıkıntı yaşamaları, toplumsal ilişki düzeyi arasında bir ayrılığa neden olur. Örneğin; yalnızlık. İkincisi, eğer sosyal kaygılı bireyler zayıf sosyal beceriler sergiliyorlarsa, diğer bireyler beğenmeme ve reddetme tepkisi gösterebilirler. Sosyal kaygılı bireylerin yeterli kişilerarası ilişki kurma ve sürdürme çabaları aynı derecede yıkıcı olabilir. Bu neden, sosyal kaygılı bireylerin, kaygılı olmayanlardan daha çok yalnızlık hissetmelerinin mantıksal sonucudur.

Üçüncü regresyon modelinde özsaygı ve yalnızlık değişkenlerinden sonra cinsiyet değişkeni modele eklenmiş ve bu değişkenin modele eklenmesi ile sosyal kaygı puanında açıklanan varyans %39.4'ten %40.1'e yükselmiştir. Burada cinsiyet değişkeninin açıklanan varyansa katkısı anlamlı olmakla birlikte, %0.07'lik bir katkı oldukça düşük olarak değerlendirilebilir. Cinsiyet değişkeninde "Kız=1 ve Erkek=2" olarak kodlanmıştır. Bu durumda, Beta değerinin  $\beta = 0.083$  olması erkek öğrencilerde kaygı düzeyinin daha yüksek olduğunu göstermektedir.

Sosyal kaygı ile cinsiyet ilişkisi, araştırmalarda farklı sonuçlarla ortaya çıkmaktadır. Bazı araştırmalarda kızlar erkeklere göre daha fazla sosyal kaygılı bulunurken, bazı araştırmalarda tam tersi sonuç elde edilmiş, bazı araştırmalarda da fark çıkmamıştır. Bu araştırmanın cinsiyete ilişkin sonucu, cinsiyeti sosyal kaygıyı yordayıcı bir değişken olarak bulan Palancı ve Özbay (2003)'in araştırmalarıyla paralel çıkmıştır.

Cinsiyet farklılıklarına ilişkin araştırmaların çelişen sonuçlarını Leary ve Kowalski (1995) özsunum açısından irdelemişler ve bu tür farklı sonuçların sürpriz olmadığı kanısına varmışlardır. Onlara göre, kadın ve erkek farklı sosyal yeterliliklerle donanarak toplumsallaşmakta ve insanlara karşı farklı imajlar çizmeye güdülenmektedirler. Bu nedenle kadın ya da erkeğin yaşadığı sosyal kaygı, içinde buldukları toplumsal ortamdan aldıkları tepkilere ve özsunumlara bağlıdır. Araştırmada erkeklerin daha kaygılı çıkması bu bağlamda irdelenirse, öncelikle erkeklerin toplumsallaşma süreçlerine bakmak gerekir. Toplumumuzda kızların utangaç ve çekingen olmaları sorun olarak görülmemekte, hatta desteklenmekte olduğu söylenebilir. Bu durumda kızların erkeklere göre toplumsal anlamda kendilerini baskı altında hissetmedikleri ve sorun olarak yaşamadıkları söylenebilir.

Üçüncü modelden sonra akademik başarı, ailenin gelir düzeyi, anne-baba tutumu ve iletişim becerileri değişkenleri regresyon modelinde sosyal kaygıyı yordamaya anlamlı bir katkı sağlamadıkları için modelin dışında bırakılmıştır.

### Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma ile üniversite öğrencilerinin sosyal kaygılarını yordayıcı bazı değişkenler incelenmiş ve en etkili yordayıcı değişken olarak özsaygı bulunmuştur. Öğrencilerin özsaygı düzeyleri düştükçe, sosyal kaygıları artmakta ve sosyal kaygı düzeyleri yükseldikçe, kendilerini daha yalnız hissetmektedirler. Özsaygıları düşük olan sosyal kaygılı bireyler kendilerini olumsuz değerlendirirler ve toplumsal yeteneklerini olumsuz algırlar. Sosyal kaygılı bireylerin daha fazla gergin, kaygılı ve sınırlı olmaları, düşük özsaygı nedeniyle kendilerine daha az güven duyma ve yeterli olmama duyguları, kişilerarası iletişimde güçlükler yol açacak ve daha fazla yalnızlık hissedeceklerdir.

Araştırma bulgularına dayalı olarak psikolojik danışmanlara, ailelere, eğitimcilere ve yeni yapılacak araştırmalara yönelik şu önerilerde bulunulabilir:

1. Sosyal kaygılı bireyler olumsuz değerlendirilme korkusu ile yardım isteme davranışı göstermeyebilirler. Yüksek öğrenimde de psikolojik danışmanlar tarafından sosyal kaygılı öğrencileri saptamak için tarama çalışmaları yapılmalı ve öğretim elemanları psikolojik danışmana başvurmaları için sosyal kaygılı öğrencileri desteklemelidirler.
2. Sosyal kaygının özgüven, mükemmeliyetçilik, özyeterlik gibi değişkenlerle de ilişkisi araştırılmalıdır.
3. Üniversitede sosyal kaygının en önemli yordayıcısı olarak öne çıkan özsaygıyı geliştirici ve sosyal kaygıyı azaltıcı sağaltım çalışmalarına yer verilmelidir.
4. Sosyal kaygı gelişimi için risk etkenlerinin belirlenmesi, önlemlerin alınabilmesi ve uzun dönemde gidişin saptanabilmesi için uzunlamasına epidemiyolojik araştırmalar yapılmalıdır.

### Kaynakça

- Akdemir, A. ve Cinemre, B. (1996). Sosyal fobi: Epidemiyoloji, eşlik eden hastalıklar, klinik gidiş, prognoz. *3 P Dergisi*, 4 (Ek.I), 11-17.
- Amies, P.L., Gelder, M.G. ve Shaw, P.M. (1983). Social phobia: A comparative clinical study. *British Journal of Psychiatry*, 142, 174-179.
- Buss, A.H. (1980). *Self-Consciousness and Social Anxiety*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Curran, J.P. (1977). Skills training as an approach to the treatment of heterosexual-social anxiety. *Psychological Bulletin*, 84, 140-157.
- Curran, J.P., Wallender, L.J. ve Fischetti, M. (1980). The importance of behavioral and cognitive factors in heterosexual-social anxiety. *Journal of Personality*, 43 (3), 285-292.
- Davidson, J.T., Hughes, D.C., George, L.K. ve Blazer, D.G. (1994). The boundary of social phobia: Exploring the threshold. *Arch Gen Psychiatry*, 51, 975-983.
- Demir, A. (1989). UCLA yalnızlık ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliği. *Psikoloji Dergisi*, 7 (23), 14-18.
- DePaulo, B. M., Epstein, J. A. ve LeMay, C. S. (1990). Responses of the socially anxious to the prospect of interpersonal evaluation. *Journal of Personality*, 58 (4), 623-640.
- Eren, A. (1997). *Üniversite gençlerinin sosyal kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erkan, Z. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri, ana-baba tutumları ve ailede görülen risk faktörleri üzerinde bir çalışma. Çukurova Üniversitesi Eğitim Bilimleri. Doktora Tezi.
- Ericson, E. (1950). *Childhood and Society*, W.W. Norton, New York.
- Ericson, M.P. ve Gardner, J.W. (1992). Two longitudinal studies of communication apprehension and its effects on college students' success. *Communication Quarterly*, 40, 127-137.

- Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116 (3), 429-456.
- Gümüş, A.E. (2006). Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, III (26), 63-75.
- Güngör, A. (2000). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. Araştırma Raporu. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Gürkaynak, İ. (1979). *Sosyoekonomik Düzey ve Çocuk*. Ankara: Kelaynak Yayınevi.
- Güz, H. Ve Dilbaz, N. (2003). Sosyal kaygı bozukluğunda cinsiyet farklılıkları. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 6(1), 32-38.
- Halford, K. ve Foddy, M. (1982). Cognitive and social skills correlates of social anxiety. *British Journal of Clinical Psychology*, 21, 17-28.
- Ishiyama, I.F. (1984). Shyness; anxious social sensitivity and self-isolating tendency. *Adolescence*, 19 (76), 903-911.
- Karacan, E., Şenol, S. ve Şener, Ş. (1996). Çocukluk ve ergenlik çağında sosyal fobi. *3 P Dergisi*, 4 (Ek:1), 28-34.
- Kashdan, B.T. (2007). Social anxiety spectrum and diminished positive experiences: Theoretical synthesis and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 27, 348-365.
- Korkut, F. (1996). İletişim becerilerini değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7(2), 18-23.
- Korkut, F. (1999). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *4. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri*. Anadolu Üniversitesi Yayınları: No:1076. Eğitim Fakültesi Yayınları: No: 51. 208-218. Eskişehir.
- Leary, R.M. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47(1), 66-75
- Leary, R.M. (1986). The impact of interactional impediments on social anxiety and self-presentation. *Journal of Experimental Social Psychology*, 22, 122-135.
- Leary, R.M. (1990). Responses to social exclusion: Social anxiety, jealousy, loneliness, depression, and low self-esteem. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 9 (2), 221-229.
- Leary, M.R. ve Meadows, S. (1991). Predictors, elicitors, and concomitants of social blushing. *Personality Processes and Individual Differences*, 60 (22), 254-262.
- Leary, M.R. ve Kowalski, R. M. (1993). The Interaction anxiousness scale: construct and criterion-related validity. *Journal of Personality Assessment*, 61 (1), 136-146.
- Leary, R.M. ve Kowalski, N.R. (1995). *Social Anxiety*. New York: The Guilford Press.
- McCroskey, J.C. ve Andersen, J.F. (1976). The relationship between communication apprehension and academic achievement among college student. *Human Communication Research*, 3 (1), 73-81.
- McCroskey, J.C., Booth-Butterfield, S. ve Payne, S.K. (1989). The impact of communication apprehension on college student retention and success. *Communication Quarterly*, 37, 100-107.
- McFall, R.M. (1982). A review and reformulation of the concept of social skills. *Behavioral Assessment*, 4, 1-33.
- Miller, R. S. (1995). On the nature of embarrassability: shyness, social evaluation and social skill. *Journal of Personality*, 63 (2), 315-339
- Palancı, P. Ve Özbay, Y. (2003). Üniversite öğrencilerinde sosyal ansiyetenin kontrol algısı sosyal yeterlik incinebilirlik ve başa çıkma davranışları ile yordanabilirliği. VII. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi. *Bildiri Özetleri Kitabı*. S, 58.
- Patterson, M. L., Churchill, M.E. ve Powell, L.J. (1991). Interpersonal expectancies and social anxiety in anticipating interaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 10 (4), 414-423.
- Patterson, C.M. ve Ritts, V. (1997). Social and communicate anxiety, a review and meta analysis. *Communication Yearbook* 20.
- Pisaruk, I.H., Clark, L.M. ve Solano, H.C. (1992). Correlates of loneliness in midadolecence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21 (2), 151-167.
- Puklek, M. Ve Vidmar, G. (2000). Social anxiety in Slovene adolescents: Psychometric properties of a new measure, age differences and relations with self-consciousness and perceived incompetence. *European Review of Applied Psychology*, 50 (2), 249-258.
- Riggio, R.E., Throckmorton, B ve DePaulo, S. (1990). Social skills and self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 11 (8), 799-804.

- Rudich, A.E., Sedikides, C. ve Gregg, P.A. (2006). Self-esteem moderates preferences for accepting versus rejecting interaction partners. *European journal of Social Psychology*, (basılacak) DOI. 10.1002/0jsp.408.
- Sabini, J., Siepmann, M., Stein, J ve Meyerowitz, M.. (2000). Who is embarrassed by what. *Cognition and Emotion*, 14 (2), 213-240.
- Schlenker, B.R. ve Leary, M.R. (1982). Social anxiety and self-presentation: a conceptualization and model. *Psychological Bulletin*, 92, 641-669.
- Schlenker, B. R.ve Weigold, M. F. (1990). Self-consciousness and self-presentation : Being autonomous versus appearing autonomous. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59 (4), 820-828.
- Segrin, C. (1996). The relationship between social skills deficits and psychological problems *Communication Research*, 23(4), 425-450.
- Segrin, C. ve Kinney, T. (1995). Social skills deficits among the socially anxious: rejection from others and loneliness. *Motivation and Emotion*, 19 (1) 1-24.
- Snell, E.W. (1989). Willingness to self-disclose to female and male friends as a function of social anxiety and gender. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 15(1), 113-125.
- Solmaz, D. Gökalp, P. Babaoğlu, A. (1999). Sosyal fobide klinik özellikler ve eşanı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 10(3); 207-214.
- Solyom, I. Ledwidge, ve B. Solyom, C. (1986) Delineating social phobia. *British Journal of Psychiatry*, 149:461-470.
- Sübaşı, G. (2000). Sınav kaygısı, özsaygı ve denetim odağının akademik başarıyı yordalama gücü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 6(23), 473-480.
- Vanderputte, D.D., Kemper, S., Hummert, L.M., Kemtes, A.K., Shaner, J. ve Segrin, C. (1999). Social skills of older people; conversations in same and mixed age dylands. *Discourse Processes*, 27(1), 55-76. Lawrence Erlbaum Associates Inc.
- Wenfeng, G. Ve Zhong, G. (2000). Relationship of social anxiety to self-esteem and self-acceptance in college student. *Health Psychology Journal*, 8 (3), 276-278.
- Yüksel, G. (2002). Üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini etkileyen faktörler. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 22 (3),37-57.

Makale Geliş: 24 Haziran 2005

İncelemeye Sevk: 7 Nisan 2006

Düzeltilme: 09 Haziran 2007

Kabul: 28 Haziran 2007