

İSTANBUL BİLİM ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Ana Bilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı

**BİREYLERİN ANNE BABA TUTUMLARININ ÖZGÜVEN VE SOSYAL  
FOBİYE OLAN İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ**

Halil Sağat

Yüksek Lisans Tezi



İstanbul, 2016



BİREYLERİN ANNE BABA TUTUMLARININ ÖZ GÜVEN VE SOSYAL  
FOBİYE OLAN İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Halil Sağat

İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü  
Psikoloji Ana Bilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Yüksek Lisans Programı

Tez Danışmanı:

Yard. Doç. Bayhan Üge

Yüksek Lisans Tezi

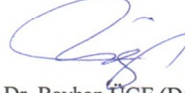
İstanbul 2016

## KABUL VE ONAY

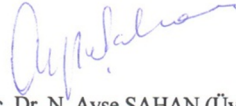
Halil SAĞAT tarafından hazırlanan "Bireylerin Anne Baba Tutumlarının Özgüven ve Sosyal Fobiye Olan İlişkisinin İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 30.09.2016 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Betül AYDIN (Başkan)



Yard. Doç. Dr. Bayhan ÜGE (Danışman)



Yard. Doç. Dr. N. Ayşe ŞAHAN (Üye)

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.



Yard. Doç. Dr. İrem ANLI

Enstitü Müdürü

## BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezin/raporumun kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Bilim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi bildiririm:

Tezin / Raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

Tezim / Raporum sadece İstanbul Bilim Üniversitesi'nden erişime açılabilir.

x Tezin / Raporumun 3 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezin / raporumun tamamı her yerden erişime açılabilir.

30.09.2016



Halil SAĞAT

## ÖZET\*

SAGAT Halil , Bireylerin Anne Baba Tutumlarının Özgüven ve Sosyal Fobiye Olan İlişkisinin İncelenmesi ,Yüksek Lisans Tezi , İstanbul, 2016

Bu çalışma da 18 yaş alt sınır olmak üzere bireylerin anne baba tutumlarının özgüven ve sosyal fobi ile olan ilişkisi incelenmiştir. Örneklem Denizli ili ile sınırlı tutularak veri toplama işlemi yapılmıştır. Araştırma toplam da 275 kişinin katılımı ile yapılmıştır.

Çalışma da kullanılan veri toplama araçları demografik bilgi formu , anne baba tutumları ölçeği, özgüven ölçeği ve Liebowitz sosyal kaygı ölçekleridir.

Araştırmada SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı kullanılarak elde edilen veriler analiz edilmiştir. Veriler değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotlar (Sayı, Yüzde, Ortalama, Standart sapma) kullanılmıştır.

Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı t-testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplar arası karşılaştırmalarında Tek Yönlü (One way) Anova testi ve farklılığa neden olan grubun tespitinde Tukey Post-Hoc testi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkiyi Pearson Korelasyon, etki ise regresyon analizi ile test edilmiştir.

Araştırma sonucuna göre hipotezlerden biri ile uyumlu bir şekilde Demokratik anne baba tutumu algılamış bireylerin kendi içinde verdikleri kararlarda sergiledikleri özgüvenli tutum ile dış çevrelerine karşı sergiledikleri özgüvenli tutum arasında anlamlılık bulunmuştur. Bireyler demokratik anne baba tutumu ile yetiştirildiklerinde özgüvenli bir birey olarak yetişmektedir. Öte yandan bir diğer bulunan sonuç ise; koruyucu anne baba tutumu arttıkça bireyin sahip olduğu kaygıda artmaktadır.

Bireylerin çocukluğunda anne babasından algıladığı anne baba tutumunun “ Koruyucu Tutum” olması bireyin şu anda özgüvenli olup olmadığını etkilemediği sonucuna erişilmiştir.

Bireylerin çocukluğunda anne babasından algıladığı anne baba tutumunun “ Otoriter Tutum” olması bireyin şu anda özgüvenli olup olmadığını etkilemediği sonucu ortaya çıkmaktadır.

Bireylerin çocukluğunda anne babasından algıladığı anne baba tutumunun “ Demokratik Tutum” olması sosyal fobiye sebep olduğu ile ilgili bir sonuca ulaşılamamaktadır.

Bireylerin çocukluğunda anne babasından algıladığı anne baba tutumunun “ Koruyucu Tutum” olmasının sosyal fobiye sebep olduğu şeklinde bir bulguya rastlanmamıştır.

Bireylerin çocukluğunda anne babasından algıladığı anne baba tutumunun “ Otoriter Tutum” olmasının sosyal fobiye sebep olduğu şeklinde bir sonuca erişilememektedir.

**Anahtar kelimeler:** Anne Baba Tutumları ,Özgüven,Sosyal Fobi

## ABSTRACT\*

SAGAT, Halil. The investigation of the relationship of individuals parental attitudes with self-confidence and social phobia, Master's Thesis, İstanbul, 2016

In this study, the relationship between the parental attitudes of individuals and self-confidence and social phobia was investigated, with the lower limit of age was 18. The data collection was limited to the Denizli province, and there were 275 participants.

The data collection tools included demographic information forms, parental attitude scale, self-confidence scale, and Liebowitz social anxiety scale.

In the study, the data, collected through SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 Program, was analysed. Descriptive statistics methods (Frequency, percentages, mean, and standard deviation) were used during the evaluation of the data.

T-Test was used while comparing the quantitative data to determine the differences between two groups. In the case of more than two groups, (One Way) Anove Test was used while comparing the intergroup parameters. To determine the group that caused discrepancy, Turkey Post-Hoc Test was used.

The relationship between the dependent and independent variables of the study was tested through Pearson correlation. The effect was tested through regression analysis.

The results of the study revealed that, in accordance with one of the hypothesis of the study, a significance was identified between inner attitudes of confidence of individuals that perceived democratic parental attitude and their attitudes of confidence towards external environment. When individuals are raised by democratic parental attitude, they grow up as self-confident individuals. Another result of the study revealed that the more there is protective parental attitude, the more anxiety individuals have.

The conclusion was reached that when individuals perceived protective parental attitude during their childhood, this situation has no effect on whether these individuals are self-confident now.



The conclusion appeared that when individuals perceived authoritarian parental attitude during that childhood, this situation has no effect on whether these individuals are self confident now.

The conclusion can't be reached that when individuals perceived democratic parental attitude during these child hood, this situation caused social phobia.

No findings were reached that when individuals perceived protective parental attitude during these child hood, this situation caused social phobia.

The conclusion can't be reached that when individuals perceived authoritarian parental attitude during these childhood this caused social phobia.

**Key Words:** Parental Attitudes, Self-Confidence, Social Phobia

## KISALTMALAR DİZİNİ

Statistical Package for Social Sciences-SPSS

The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-DSM

World Health Organisation-WHO

Açımlayıcı faktör analizi-AFA

Doğrulamalı faktör analizi-DFA

İyilik Uyum İndeksi (Goodness of Fit Index)-GFI

Normleştirilmiş Uyum İndeksi (Normed Fit Index)-NFI

Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index)-CFI

Görelilik Uyum İndeksi (Relative Fit Index)-RFI

Fazlalık Uyum İndeksi (Incremental Fit Index)-IFI

Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals)-RMR

Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation)-RMSEA

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği-LSKÖ

## ŞEKİLLER DİZİNİ

Cronbach Alpa-  $\alpha$



## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY SAYFASI.....	i
BİLDİRİM SAYFASI.....	ii
ÖZET .....	iii
ABSTRACT.....	v
KISALTMALAR DİZİNİ .....	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	viii
İÇİNDEKİLER.....	xi
TABLolar LİSTESİ .....	ix
<b>Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı</b>	
<b>Tablo 2. Özgüven Ölçeği Faktör Yükleri</b>	
<b>Tablo 3. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 4. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 5. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 6. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 7 Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 8. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 9. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları</b>	
<b>Tablo 10. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Babasının Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları</b>	

**Tablo 11. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 12. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

**Tablo 13. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları**

**Tablo 14. Araştırmaya Katılan Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları**

**Tablo 15. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları**

**Tablo 16. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 17. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Babasının Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 18. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 19. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

**Tablo 20. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları**

**Tablo 21. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları**

**Tablo 22. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları**

**Tablo 23. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 24. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Babasının Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 25. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

**Tablo 26. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

**Tablo 27. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeyleri ile Özgüven Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi ile İncelenmesi**

**Tablo 28. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeyleri ile Sosyal Fobi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi ile İncelenmesi**

**Tablo 29. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin İç Özgüven Üzerine Etkisi**

**Tablo 30. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Dış Özgüven Üzerine Etkisi**

**Tablo 31. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Özgüven Üzerine Etkisi**

**Tablo 32. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaygı Üzerine Etkisi**

**Tablo 33. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaçınma Üzerine Etkisi**

**Tablo 34. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Sosyal Fobi Üzerine Etkisi**

<b>1.GİRİŞ .....</b>	<b>1</b>
1.1. Anne Baba Tutumları.....	1
1.1.1. Baskıcı ve Otoriter Anne Baba Tutumu.....	3
1.1.2. Aşırı Koruyucu Anne Baba Tutumu .....	4
1.1.3. İzin Verici(Gevşek) Anne Baba Tutumu-Çocuk Merkezci Aile .....	6
1.1.4. Tutarsız (Dengesiz ve Kararsız) Anne Baba Tutumu .....	8
1.1.5. Mükemmeliyetçi Anne Baba Tutumu.....	8
1.1.6. Reddedici Anne Baba Tutumu .....	9

1.1.7. Demokratik Anne Baba Tutumu.....	10
1.2. Anne Baba Tutumlarını Etkileyen Faktörler.....	12
1.2.1. Anne Babanın Ruh Sağlığı.....	12
1.2.2. Anne Babanın Eğitim Durumu.....	13
1.2.3. Annenin Çalışma Durumu.....	13
1.2.4. Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumu.....	13
1.2.5. Anne Babanın Kendi Yetiştirme Biçimi.....	15
1.2.6. Kültürel Değerler.....	15
1.2.7. Çocuğun Doğum Sırası ve Yaşı.....	16
1.3. Anne Baba Tutumları İle İlgili Modeller.....	17
1.3.1. Organizmik Model.....	18
1.3.2. Psikodinamik Model.....	18
1.3.3. Bilişsel Gelişim Kuramı.....	19
1.3.4. Sosyal Öğrenme Kuramı.....	19
1.3.5. Baumrind'in Sınıflaması.....	20
1.3.6. Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Açıklaması.....	21
1.4. Özgüven.....	22
1.4.1. Özgüvenin Oluşumu.....	22
1.4.2. Özgüven Eksikliğinin Sebepleri.....	23
1.4.2.1. Bebeklik Yaşamı.....	23
1.4.2.2. İhmal Edilme.....	24
1.4.2.3. Aile İçi Roller ve Etkileşimler.....	24
1.4.2.4. Baskı.....	25

1.4.2.5. Aşırı Koruma .....	25
1.4.2.6. Cinsellik .....	25
1.4.2.7. Dış Çevre .....	26
1.4.2.8. Okul.....	26
1.4.2.9. Arkadaşlık .....	27
1.4.2.10. Diğer Nedenler.....	27
1.4.3. Özgüven Kavramına Yönelik Görüşler.....	28
1.4.4. Toplumsal Olayların Özgüven Oluşumuna Etkisi.....	31
1.4.5.Özgüven ve Anne Baba Tutumları .....	34
1.5. Sosyal Fobi.....	34
1.5.1. Sosyal Fobisi Olan (Sosyal Fobik)Kişilerin Özellikleri .....	36
1.5.1.1. Fizyolojik belirtiler(Bedende ortaya çıkan) .....	37
1.5.1.2. Bilişsel Belirtiler(Sosyal ortamda nasıl olmanız gerektiği ve kendisi ile ilgili düşünceler).....	37
1.5.2. Sosyal Fobinin Kuramsal Açıklamaları .....	38
1.5.2.1 Bilişsel Kuram .....	38
1.5.2.2. Psikoanalitik Kuram.....	39
1.5.3. Sosyal Kaygı (Sosyal Fobi) İçin ICD-10 Ölçütleri.....	40
1.5.4. DSM V'e Göre Sosyal Fobi Tanı Ölçütleri.....	40
1.5.5. Anne Baba Tutumları ve Sosyal Fobi .....	41
1.6. Araştırmanın Amacı.....	42
1.7. Araştırmanın Önemi .....	43



<b>2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ .....</b>	<b>44</b>
2.1. Araştırmanın Modeli.....	44
2.2. Evren ve Örneklem .....	44
2.2.1. Katılımcılar.....	45
2.2.1.1. Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı .....	45
2.3. Veri Toplama Araçları.....	46
2.3.1. Bilgi Toplama Formu.....	47
2.3.2. Anne Baba Tutumları Ölçeği .....	47
2.3.3. Özgüven Ölçeği .....	48
2.3.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.....	54
2.4. İşlem.....	55
2.4.1. Veri Çözümleme Yöntemleri .....	56
<b>3. Bulgular .....</b>	<b>57</b>
3.1. Ölçeklere Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	57
3.1.1. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları .....	58
3.1.2. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları ..	63
3.1.3. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları .....	69
3.1.4. Korelasyon Analizleri .....	75
3.2. Regresyon Analizleri .....	77

3.2.1. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Özgüven Düzeyleri Üzerine Etkisinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi .....	77
3.2.2. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Sosyal Fobi Düzeyleri Üzerine Etkisinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi .....	80
<b>4. Tartışma .....</b>	<b>83</b>
4.1. Sınırlılıklar .....	92
<b>KAYNAKÇA .....</b>	<b>93</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>101</b>

## 1. GİRİŞ

Anne babalar çocukları doğduklarından itibaren onlara bakım verirler. Aynı zamanda da çocuklarının hayatlarında, onların geleceklerini şekillendirebilmeleri için önemli bir yer tutarlar. Çocuklar hayatlarında ilk olarak anne ve babalarını örnek alırlar. Dolayısıyla anne ve babaların çocukların gelişimine katkıları yadsınamayacak derecede önemlidir. Anne babalar çocuklarına karşı belli bir davranışta bulunur iken, kimi zaman demokratik bir yol izlerken kimi zaman otoriter ya da koruyucu olabilmektedirler. Kimi anne babalar ise çocuklarının belli bir statüye gelmesi için çabalarken onların özgüven gelişimlerini göz ardı ederler. Bu göz ardı sebebiyle geleceklerinde özgüven problemi yaşayan bireyler yetişmektedir. Bu bireyler topluluk önünde kendini ifade edemediği gibi kimi zaman da kendi içlerinde özgüvensiz bir tutum yaşayabilmektedirler. Sosyal fobinin en belirgin özellikleri utanılabilecek toplumsal durumlardan (toplum önünde konuşmak gibi) ya da eylemin toplum önünde gerçekleştirildiği (toplum önünde yemek yemek gibi) durumlardan belirgin ve sürekli korku duymaktır. Özgüven probleminin de etkisiyle kendilerini toplum önünde ifade edemeyen veya ifade etmekten çekinen bireyler ortaya çıkmaktadır.

Bu bağlamda bireylerin anne baba tutumlarının sosyal fobi ve özgüven üzerine etkisi araştırılmıştır. Bireylerin demokratik ,koruyucu/istekçi ve otoriter anne baba tutumlarının özgüven ve sosyal fobi arasında bir ilişki var mıdır ? sorusuna cevap aranmıştır.

### 1.1. Anne Baba Tutumları:

Tutum kişinin belli bir insana ,gruba ,nesneye, olaya vb. yönelik olumlu veya olumsuz bir şekilde düşünmesine ,hissetmesine veya davranım göstermesine yol açan oldukça istikrarlı bir eğilimdir (Budak 2000). Bu düşünce his ve davranımların ardından bireyin içinde bulunduğu sosyal destek ağı ,kişinin gelişimi, toplumla bütünleşmesi ,karşılaştığı sorun ve güçlüklerin başarı ile üstesinden gelebilmesi için büyük bir öneme sahiptir (Çaylar 2010).

Anne, baba ve çocuk arasındaki ilişki temel olarak anne ve babanın tutum ve davranışlarına bağlıdır. Çocuklarını yetiştirirken anne babaların tutum ve davranışları çocuğun davranışlarını etkilediği gibi aynı zamanda bu tutum ve davranışlar bir özdeşim modelini de oluşturmaktadır (Zöhrap,2004). Oluşan bu özdeşim modeli neticesinde orantılı şekilde çocukların ileride sergileyecekleri davranış ve tutum örüntüleri de bu yönde oluşmaya başlamaktadır.

Anne babanın ve aile içindeki diğer bireylerin çocuk ile olan etkileşimi, çocuğun aile içindeki yerini önemli bir şekilde belirlemede büyük öneme sahiptir. Aile çocuğun ilk sosyal deneyimlerini edindiği yer olmasından kaynaklı olarak önemlidir. Çocuğa yöneltilen davranış ve ona karşı takınılan tavır, ilk yaşantıların oluşmasında büyük önem taşır. Anne-baba tutumları, çocuğun kişiliğinin oluşumunda ve karakterinin biçimlenmesinde büyük öneme sahiptir. Anne-baba tutumu, gelişmekte olan çocuğa örnek model oluşturacağından çocuğun kişilik oluşumunu olumlu veya olumsuz biçimde etkiler ve özdeşim modellerinden edindiği benzer tutumları göstermesi ile ortaya koyar. Uyumlu ve özgür bir aile ortamı içinde, tutarlı ve sağlıklı ilişkiler içinde yetişen çocuk, özerkliğini kazanmış bir birey olarak yetişkin yaşamına ulaşabilir (Yavuzer, 2014). Aile içinde iletişiminin sağlıklı olduğu bir ortamda büyüyen çocukların pozitif karakter yapılarının davranışlarına yansıdıkları açıkça görülebilmektedir (Tiryaki,2014). Bu sağlıklı ortam daha geniş açıdan tanımlanacak olur ise ailenin çocuğu değerli özel ve biricik görmesi ,çocukların gelişim evrelerine göre ,irade güçlerine destek vermesi ,iletişim ve anne babanın ve aile içindeki diğer bireylerin sağlıklı etkileşimi çocuğun aile içindeki yerini belirlemede en büyük etkendir.

Anne-çocuk ilişkisi, diğer insanlarla birlikte yaşama duygusunun oluşmasına neden olur. Annenin çocuğu besleme yöntemi ile kurulan ilişki, çocuğun güven duygusu kazanmasında çok önemli bir faktördür. Onu gelecekteki görevlerine hazırlar ve diğer aile bireyelerine ilgi duymasını, yakın olmasını, aile içine girmesini sağlar. Bu durum çocuğun küçük topluluğa aktif olarak katılma cesaretini kazandırır (Özdoğan, 2000).

Anne baba tutumları bu araştırmada demokratik tutum ,koruyucu-istekçi tutum ve otoriter tutum olarak üç başlık altında ele alınmıştır. Bizim aldığımız bu üç başlıkla yakınlık gösteren toplamda yedi anne baba tutumu maddesi aşağıda detaylı bir şekilde açıklanmıştır.

Anne baba tutumları şu başlıklar altında incelenmektedir:

1. Baskıcı ve Otoriter Tutum
2. Aşırı Koruyucu Tutum
3. İzin Verici(Gevşek) Tutum
4. Tutarsız(Dengesiz ve Kararsız) Tutum
5. Mükemmeliyetçi Tutum

## 6. Reddedici Tutum

## 7. Demokratik Tutum

### 1.1.1. Baskıcı ve Otoriter Anne Baba Tutumu

Bu tutumu benimseyen anne babalar, çocuklarını kendilerinden farklı bir birey olarak görmezler. Bu tutumun temel niteliği çocuğa karşı gösterilmiş ve halende gösterilmekte olan baskıdır. Anne baba çocuklarına net bir şekilde hakim olduklarına inanırlar. Hiçbir açıklama yapmaksızın konulan kurallar ve kanunlar vardır. Çocuklar anne babalarının koydukları bu kurallara koşulsuz uymalı ve itaat etmeli görüşü hakimdir (Şendil,2003). Otoriter anne baba, sevgisini çocukta istenilen davranışların oluşması için bir pekiştireç olarak kullanır. Eğer çocuk anne babanın istediği şekilde davranırsa sevgilerini gösterirler, çocuklarını ödüllendirirler. İstedikleri şekilde davranmazlar ise çocuklarını sevgilerinden mahrum bırakırlar. Kendilerini toplumsal otoritenin temsilcisi olarak görürler ve çocuktan mutlak uyumlu davranımlar beklerler (Cüceloğlu,1997).

Otoriter davranan ana ve baba için esas önemli olan çocuklarının onlara itaat etmesi koşulsuz kurallara uymalarıdır. Burada çocuğun isteklerinin hiçbir ehemmiyeti yoktur. Anne ve baba çocuğu dinlemeye çalışmadıkları gibi onu anlamaya da çalışmazlar. Bunun yerine ise onu sürekli eleştirirler ve baskı yolu ile kontrol etmeye çalışırlar. Asıl önemli olan anne ve babanın isteklerinin yerine getirilmesidir. Çeşitli emir ve katı kurallar yolu ile çocuğa istediklerini yaptırmaya ve ona istedikleri kalıba sokmaya çalışırlar. Bu tür anne ve babalar sıcaklıktan ve şefkatten yoksundurlar. Onlar için esas olan kendi istekleridir. Ceza gibi disiplin yöntemleri çok sık olarak kullanılır. Bu tür anne ve babaya göre çocuk için en önemli davranım anne ve babaya itaat ve onların dediklerinin yapılmasıdır (Kulaksızoğlu,1998). Bu tür anne ve babalar çocuklarını baskı altında tutmak ve onları itaat ettirmek için çocuğa karşı utandırma, ayıplama, aşağılama, ve dalga geçme gibi olumsuz davranışları sık olarak kullanırlar (Aydın, 2002) . Bu tür baskı altında tutulmak ise çocuk için olumsuz neticeler oluşturacaktır. Çocuk anne ve babasına veya farklı kişilere duygularını ifade edemez, gösteremez ve korkarlar. Ürkek ve pasif ,içe dönük olurlar. Bu tür çocuklar anne ve baba baskısından korktuklarından onlara itaat etme yolunu seçmişlerdir. Boyun eğmediklerinde dışlanacaklarını ve cezalandırılacaklarını bilirler ve bundan çekinirler. Bu tür çocuklar anne ve babasına sevgi yerine öfke ve nefret gibi bir takım olumsuz duygular duyabilirler. Benlik saygıları sık sık cezalandırılmaktan ötürü düşüktür. Dolayısıyla bu tür çocukların özgüvenleri de olumsuz olarak etkilenir (Aydın, 2002).

Aşırı otoriter tavır içindeki ailelerde çocuğun benliğine ilişkin olumsuz yargılamaları, kendine güvensizliği, yapabileceği işlere “ben yapamam” düşüncesiyle girişmemesi,

düşüncelerini diğer insanlara ifade etmekte çekingen davranması gibi bir takım olumsuz davranış kalıpları görülmektedir (Aslan,1992 Akt Durmuş,2006). Bu tür ailelerde yetişen çocuklarda pasif saldırganlık egemen olan bir davranıştır. Ev içinde yok sayılan ezilen ve aşırı cezaya maruz kalan bu çocuklar ev dışında saldırgan tavırlar sergilemektedirler. Güçlü olan tarafın diğerini ezeceğine ilişkin düşünce kalıpları oluşur ve onlarda o şekilde sosyal çevrelerinde o şekilde davranırlar. Bu tür çocuklar otoriteye karşı itaatkar olurlar ve ondan çekinirler ancak otorite baskısı kalktığı anda isyankar davranışlar gösterebilirler. Kendinden bekleneni her zaman fazlası ile yerine getirmeye çalışırlar ve kendinden güçsüzlere karşı baskı uygulama ve onları ezme eğilimi gösterirler (Kulaksızoğlu,1998). Çocuklar yetişme koşullarındaki sertlik ve baskı sebebi ile esneklikten yoksundurlar. Olayları siyah ya da beyaz diye görürler ve ara değerlendirmeleri mevcut değildir. Bu tür çocuklar çevrelerine uyum sorunları da yaşarlar ve iyi ilişkiler kuramazlar. Onlar için önemli olan güçlü olmak ve karşısındakileri ezme olur. Bu tür baskıcı ve otoriter ailelerde eşler arasında da problemler mevcuttur. Anne ve baba iyi ve sağlıklı bir biçimde iletişime geçmezler ve aralarında sorunlar mevcuttur. Bu sorunlar anne ve baba iletişimini ve etkileşimini olduğu kadar çocuk ile olan ilişkilerini de olumsuz anlamda etkilemektedir (Aydın, 2002).

### **1.1.2. Aşırı Koruyucu Ana Baba Tutumu**

Koruyucu tutum ülkemizde sıklıkla karşılaştığımız bir yaklaşım biçimidir. Çocuğun yakınında bulunan anne, baba, büyük anne, büyük baba gibi yetişkinler çocuğun yapması gereken birçok şeyi, çocuk üzülmesin, yorulmasın, zorlanmasın düşüncesiyle kendileri yapmaya çalışırlar. Ancak bu tutumu gösteren yetişkinler çocuğun gelecekteki yaşamına ne gibi zararlar verdiklerini ne yazık ki tahmin edememektedirler (Tuzcuoğlu,2004).

Koruma güdüsü, ana babaların çocukları için taşıdıkları önemli örüntülerden birisidir. Anne ve babanın en temel görevlerinden biri öncelikle çocuklarının temel ihtiyaçlarını karşılamak ve ardından da onları çevreden gelecek tehlikelere karşı korumaktır. Ancak bazı anne ve babalar bu durumu biraz abartırlar ve çocuklarına sürekli himayeye muhtaçmış gibi davranımlarda bulunmaktadırlar. Çocukları ergenlik çağına gelmiş olsa bile bu tür anne ve babalar müdahaleci ve korumacı tutumlarından vazgeçmezler. Bu tip aileler çocukları hep düşman bir çevre içindeymiş gibi davranırlar ya da çocuklarının kendi başına bir şeyler başarabileceğinden endişe ederler ve bu sebeple de çocuklarına karşı aşırı düşkünlük gösterirler. Çocuk ergen yaşa gelmiş olsa bile çocuğa kendi kararlarını alma konusunda destek olunmaz fakat çocuklar yerine karar alınır. Ana ve baba çocuk yerine karar almaya hakları olduğunu savunurlar ve bu şekilde de davranırlar (Aydın, 2002). Anne ve baba çocuğu

için her türlü fedakarlığı yapmaktadır ve bu konuda çocuktan da ailesine şükran duyması beklenir. Bu tür anne ve babalar çocuklarının en küçük tepkilerine karşı dahi duyarlıdırlar. Çocuklarının ağlamasına dayanamadıkları gibi çocukları hep yanlarında olsun isterler, çocuk oyun oynarken bile onu uzaktan izlerler ya da sık sık çocuğunun sağlığından endişe ederek doktora götürürler. Bu durum ise çocukta kendine güvensizlik duygusu açığa çıkmasına sebep olur. Bu tür aşırı korumacı davranışlarla çocuğa sürekli olarak sen yapamazsın mesajı verilmektedir ki bu da çocuğu olumsuz yönde etkiler ve kendini geliştirmesini engeller. Bu tür bir tutumla yetişmiş olan çocuklar yeterince girişimci olamazlar ve kendi başlarına kararlar alıp bağımsız davranamazlar. Bu tür çocuklar ileriki yaşlarında bile kendilerini koruyacak ve himayesi altına alacak birilerini aramaktadırlar. Bu tür çocuklar diğer çocuklara göre daha az aktiflerdir, kas becerileri daha az gelişmiştir ve sosyal yönleri de daha zayıftır (Kulaksızoğlu,1998).

Daha önce de belirtildiği gibi koruma normal bir anne baba davranışıdır ve her anne baba çocuğunu tehlikelerden ve çevredeki diğer olumsuz etmenlerden korur ancak bunu aşırıya kaçırarak ve çocuğun kendi davranışlarını etkileyecek kadar ileri götürmek olumsuz sonuçlar doğurmaktadır. Anne ve baba çocuklarını korurken onların düşünce ve davranışlarını engellememelidirler. Faaliyetleri engellenmiş olan çocuk sosyal çevre içerisine girerek arkadaş edinemez, sosyalleşemez ve sorumluluklarını alamaz. Bu ise çocuğun ileriki yıllarda yalnız kalmasına ve bencil olmasına sebep olur. Bu bakımdan aşırı korumacı anne baba tutumu çocuk için son derece olumsuz ve çocuğun gelişmesini engelleyici bir tavrıdır. Çocuk kendine özgü bir davranım ve karar alma biçimi geliştiremez. Bunun yerine ana ve babasının ona zorlamasını bekler. Anne ve baba çocuğa her adımda ne yapması gerektiğini nasıl yapması gerektiğini söylemektedirler. Bu durum ise çocuğun sorumluluk almasını engellemektedir. Çocuk ileriki yaşlarına geldiğinde bile sorumluluk almaktan kaçınır ya da hiç sorumluluk alamaz. Bu tür çocukların ergenlik çağına geçişlerinde de büyük problemler gün yüzüne çıkmaktadır. Çocuk ailesinden uzun süre ayrı kalmaz. Örneğin askerlik görevi esnasında uzun süre ailesinden ayrı kalması gereken aşırı koruyucu anne baba tutumu ile yetişmiş bir çocuk büyük sorunlar yaşar. Bazı ailelerde aşırı müdahaleci tutum erken yaşlarda ortaya çıkar ve ileriki yaşlara kadar devam eder. Bunun yanında himayeci tutumun uzun süre sürmesi bireyin kişiliğini de olumsuz yönde etkiler ve silik kişilikli bireyler ortaya çıkmasına sebep olur. Aşırı koruyucu ana baba tutumu çocuğun ergenlikte bireyleşmesine, kendi ayakları üzerinde durmasına engel olur. Çocuğa aile dışı dünya hakkında abartılı ve çarpıtılmış bilgiler verilir. Burada amaç ise çocuğun dış dünyaya açılmasını kendi başına bireyleşmesini engellemektir. Çocuk eve bağlanmaya çalışılır. Aileden ayrılmasını diye

çocuğa telkinde bulunulur ve hatta çocukta suçluluk duygusu oluşturulur. Bu durum ise olumsuz sonuçlar ortaya çıkarır. Çocuk ergenleşmeye başladığında evden ayrılıp gerçek kendiliğini oluşturamaz, aksine eve bağlanır ve anne ve babasının kanatlarına sığınır (Kulaksızoğlu,1998).

Aşırı müdahaleci anne ve babalar çocuklarını kendi duygusal ihtiyaçlarını gidermek için kullanmaktadırlar. Bu tür aşırı müdahalecilik ve himayecilik duygusal yönden sağlıklı ana babalarda görülmemektedir. Ruhsal bakımdan herhangi bir problemi olmayan anne ve babalar çocuklarının ergenleşmesini ve bu evrede ayrı bir birey olmalarını olumlu karşılarlar ve desteklerler. Bu durum ise himayeci anne ve babalarda görülmemektedir. Bu tür anne ve babaya göre çocukta olması gereken davranım anne ve babasına bağımlı olmaktır. Bu bakımdan kız çocuğu olan ailelerde anne ve baba himayeciliği daha fazla görülmektedir. Kız çocuklarına erkek çocuklarına oranla daha az hareket alanı verilmektedir. Anne ve baba daha çok korumacı olmakta ve bu da kız çocuklarının bireyleşmesini ve kendi kararlarını vermelerini daha fazla engellemektedir. Anne ve babaların aşırı korumacı ve müdahaleci olmasının belli sebepleri de vardır ve bu sebeplerden en önemlileri şu şekilde sıralanabilir. Çocuğun ölen bir kardeşinin ardından doğması, tehlikeli bir hastalık geçirmiş olması, eşler arasında meydana gelen çatışmalar, ve anne ve babanın kendi çocukluklarında yeterince sevgi görmemiş olması ve sağlıksız ortamlarda büyümüş olmaları gibi sebepler sıralanabilir (Şendil, 2003). Aile ortamının çocuğa kendi kendiliğini inşa etme olanağını vermemesi, onun, ailenin istediği yönde bağımlı bir kişi olarak gelişmesine neden olur. Böylelikle psiko-sosyal olgunlaşması engellenmiş olur (Yavuzer,1997).

### **1.1.3. İzin Verici (Gevşek) Anne Baba Tutumu – Çocuk Merkezci Aile**

Bu tür tutumun en önemli özelliği ebeveynlerin çocuğun yaptıklarına hiç karışmayışlarıdır. Çocuğun her yaptığı hoş karşılanarak onaylanır. Bu tür ailelerin çocukları ile olan ilişkileri ve iletişimleri zayıftır. Çocuğa karşı bazen ise ilgisizdirler ve duygusal bağları zayıftır ,bazen ise tam aksine sıcak ve yakındırlar. Çocuk hiçbir şekilde denetim altında değildir. Bu bakımdan çocuklar bir çeşit aile otoritesi eksikliği çekmektedirler ( Mansager ve Volk, 2004, Akt Durmuş 2006). Çocuk ise aile ile birlikte iken ne isterse onu yapmaktadır. Ne zaman isterse o zaman yemek yer, ne zaman isterse o zaman ders çalışır ve ne zaman isterse o zaman uyur. Çocuğun her davranışı tamamı ile kendi isteklerine göredir. Bu tür çocuklar kendi arzu ve isteklerini denetlenmesini ve kontrol edilmesini pek öğrenemezler ve bu bakımdan dış dünyada çeşitli problemlerle karşılaşmaları kaçınılmazdır. Dolayısıyla bu tür anne baba tutumuna sahip çocuklar evlerinden ayrıldıklarında ya da sosyal



yaşama katıldıklarında çeşitli sorunlarla karşılaşır. Çocuğun hayatındaki en büyük sorun ise evdeki izin verici tutumun dış dünyada bulunamayışıdır. Bu bakımdan bu şekilde izin verici bir tutum ile yetişmiş olan bu çocuklar evinin dışındaki dünyada hayal kırıklığına uğrarlar. Bu tip çocuklar kendi arzularını ve isteklerini denetleme yeteneğinden yoksundurlar ve bu bakımdan özellikle sebat, sabır ve konsantrasyon gerektiren bir takım işlerde başarılı olamazlar. Bu çocuklar hep kendi isteklerine göre yaşamaya alışmışlardır ve bu bakımdan da okul hayatında ya da iş hayatında başarılı olamazlar (Şendil, 2003). Aileler için ise çocukların bu başarısızlıklarını anlamak ve kendi davranışlarını değiştirmek çok güç olmaktadır. Aile çocuğa her istediğini yapması konusunda izin verdiği halde nasıl olup da başarısız olduğunu anlamamaktadır. Bu sorunun cevabı ise oldukça basittir. Çocuk kendini denetlemeyi öğrenemez ve bu bakımdan kendini denetleme ve zamanını iyi kullanmayı öğrenmenin şart olduğu okul ve iş hayatı içerisinde çocuk başarısız olmaktadır. Bu tür izin verici bir tutumla yetişmiş olan çocuklarda okul hayatının başlangıcı ile birlikte çeşitli problemlerde görülmeye başlar. Öncelikle çocuğun her istediğini karşılamaya alışkın olan ailesi giderek artan ve zorlaşan istekler karşısında ne yapacağını bilemez duruma düşmektedir. Buna ek olarak çocuk okul hayatında da yeterince başarı sağlayamamaktadır. Bu konumda ise çocuk engellenme ve tatminsizlik duyguları yaşamaya başlar. Tatminsizlik duygusu sebebi ile çocuğun psikolojisi bozulur ve çocuk çeşitli kötü alışkanlıklara yönelebilir. Bu kötü alışkanlıkların örnek olarak ise alkol, sigara, uyuşturucu ya da araba yarışı merakı gibi aşırı tutkular gelmektedir. Bu tür kötü alışkanlıklar ve okulda başarısız olmanın ardından çocuğun ailesi ile olan ilişkisi de bozulur. Kendisinden daha önce hiç istekte bulunmamış olan ailesi de çocuktan okul ve günlük yaşamı için bir takım isteklerde bulunur ya da çocuğu maddi yönden kısıtlarlar. Ayrıca çocuk kötü alışkanlıkları ve başarısızlıkları sebebi ile suçlanmaya ve aşağılanmaya başlar. Bu bakımdan izin verici tutum çocuğun kişilik yapısı üzerinde kötü ve negatif bir etki yapmaktadır. Bu tür yetişmiş çocuklar ergenlik yaşlarına kadar rahat ve disiplinden yoksun olarak yetiştikleri için sonrasında ise bu şekilde bir disipline alışamazlar ve hayal kırıklığına uğrarlar. İzin veren ana baba tutumu bir yere kadar normaldir ancak aşırı olduğu zaman çeşitli problemlere sebebiyet verebilir. Şu üç tipte anne baba aşırı izin verici olma eğilimi gösterirler: 1) İyi olma ihtiyacı hissedenler, 2) Barış yapıcılar, 3) Kendini aşağılık ve eşit olmayan olarak hissedenler (Manaster,2000, Akt Durmuş 2006).

Çocuk merkezci aileye, genel olarak orta yaşın üzerinde çocuk sahibi olan ailelerde yada çocuğun kalabalık yetişkinler grubu içinde tek çocuk olması durumunda sıklıkla rastlanır. Böyle bir ortamda çocuk, ailede inisiyatif sahibi tek kişidir ve onun isteklerini diğer aile bireyleri kayıtsız şartsız kabul ederler (Yavuzer,1997).

#### **1.1.4. Tutarsız (Dengesiz ve Kararsız) Anne Baba Tutumu**

Bu tip anne baba tutumu çok sık görülen kusurlu tutumlardan biridir. Anne ve baba çocuğa çelişen mesajlar vermektedirler. Ebeveynlerden birisinin evet deyip onay verdiği bir davranışa bir diğer ebeveyn hayır demektedir. Ayrıca çocuğu disipline ederken hoşgörü ile karışık olarak cezalandırmada kullanılmaktadır ve bu çocuğun zihninde çelişik bir durum oluşturmaktadır. Bazı zamanlarda ise aynı davranışa farklı zamanlarda farklı ve zıt tepkiler verilmektedir. Anne ve babanın çocuğun eğitimi konusunda birbirleriyle örtüşmeyen görüşleri vardır bu da çocuğun disiplini konusunda farklı davranışlar ortaya koymalarına sebep olmaktadır (Aydın, 2002). Evde tam olarak çerçevesi çizilmemiş ve ne zaman nerede uygulanacağı belli olmayan bir disiplin vardır (Örgün, 2000). Bu durumda ise çocuk yaptığı davranışları konusunda emin olamamaktadır ve davranışını anne babasının durumuna göre ayarlamak zorunda kalır. Çocuk düşünce ve davranışlarını anne babasının keyifli yada öfkeli oluşuna göre ayarlamaya çalışır (Yörükoğlu, 1985). Ancak bu tür anne baba tutumu diğer tutumlara göre daha fazla zarar olumsuzluk oluşturan bir tutumdur. Çocuk anne ve babasının davranış ve tepkilerinden tam olarak emin olmadığı için kendisine has bir kişilik geliştirmekte zorlanır.

#### **1.1.5. Mükemmeliyetçi Anne Baba Tutumu**

Bu tutumdaki anne babaların çocuklarından çok başarılı olmaları ve toplum içinde en başarılı olmaları gibi beklentileri vardır. Bu anne babalar genel olarak kendi çocukluk dönemlerinde zor şartlar altında büyümüş veya sonradan iyi bir statü veya ekonomik düzeye gelmiş ya da rekabetçi ve kıyaslayıcı bir çevresi bulunan ebeveynlerdir. Bazı anne babalar ise kendileri isteyip de bazı engeller nedeniyle ulaşamadıkları hedeflere çocuklarının ulaşmasını isterler. Çocuklarını onların ihtiyaçları çerçevesinde değil de , kendi istek ve beklentileri doğrultusunda yetiştirirler. Bu anne babaları memnun etmek zordur. Genellikle çocuklarını başka çocuklarla kıyaslarlar. Kendi önerdikleri faaliyetlere çocukları ilgi göstermeyince demoralize olurlar. Yiyeceği şeylere hatta kimlerle arkadaşlık edeceklerine sürekli eleştirel ve aşırı sorgulayan bir tarzda yaklaşır (Aydın,2002).

Bu tip ebeveynlerin kendilerinin yada çocuklarının mükemmel olamaması gibi korkuları vardır. Mükemmeliyetçilik kişinin ruh sağlığı üzerinde olumsuz etkileri olabilen bir kişilik özelliğidir. Mükemmeliyetçi ebeveyn kendini de çocuğunu da yüksek standartlara ulaşmaya zorlar. Bu bakımdan endişeli ve aşırı korumacı özellikler de sergilerler. Çocuktan sıklıkla olabilecek hatalara ve bu hatalara çocuğun hayatını gelecekte etkilemesine dikkat

etmesi istenir ve bu hataların başkaları tarafından nasıl olumsuz biçimde değerlendireceği de hatırlatılır. Bu tip ebeveyn modeli hatalardan çekinmeyi ve onlara dikkat etmeyi içerir (Flett ve Hewitt,2002 Akt Durmuş 2006).

Bu tutumla yetişen çocuklar koşullu sevgiye odaklanırlar. İyi olduklarında anne babaları onları sevecek, başarısız olduklarında ise sevmeyeceklerini düşünürler. Onlar da bu sevgi biçimini benimserler. İnsanlara koşullu bir sevgi biçimiyle yaklaşır. Genellikle bu çocuklar da mükemmeliyetçi düşünce davranışlar gösterirler ve hata kabul etmezler. Okul ve iş hayatlarında başarıyı yakalamış olsalar dahi insan ilişkilerinde zorlanırlar. Hayatlarının mükemmel olmasını isterler ama hayatın farklı ve acımasız yüzüyle karşılaştıklarında mutsuz olurlar (Öz, 2005).

#### **1.1.6. Reddedici Anne Baba Tutumu**

Bu tip anne baba tutumu daha çok çocuğun istenmediği durumlarda ortaya çıkmaktadır. Bu ise evlilik dışı bir ilişkide, istenmeyen bir gebelikte görülebilmektedir. Bunun haricinde anne ve baba kaynaklı başka sorunlarda bu tür reddedici bir tavrın ortaya çıkmasına sebebiyet verebilmektedir. Bu tür bir tutumla yetiştirilen çocuklar anne ve babasından alması gereken sevgi ve ilgiden yoksundurlar. Anne ve baba tarafından çocuğa sıklıkla istenmediği düşüncesi ve duygusu hissettirilmektedir. Bu tür tavırlar çok farklı biçimlerde gösterilebilmektedir. Çocuk hakarete maruz bırakılabilir ya da terk edilerek yalnız bırakılabilir. Bu davranımın ardından ise çocuk çok yoğun bir güvensizlik hisseder ve dış dünyada ki insanlara karşı güvensiz olur. Çocuk anne ve babasından herhangi bir şekilde sevgi görmediği için kendisi de başkalarını sevemez. Bu tür çocuklar insanlarla iletişim kurarken güçlük çekerler ve çoğunlukla da iyi ve kaliteli ilişkiler kuramazlar. Bunun yanı sıra sürekli bir şeyi ya da sahip olduklarını kaybetme korkusu içerisine girebilirler. (Tuzcuoğlu,2004).

Reddedilmiş çocuk belki bir süre fark edilmek adına olumlu davranışlar gösterebilir ancak gerekli miktarda ilgiyi bulamadığında bu davranışlarından vazgeçerek başka olumsuz tepkilerde bulunabilir. Kendi içine kapanıp, ailesi ile olan iletişimini en aza indirgeyebilir yada ailesinin ilgisini çekmek adına olumsuz ve saldırgan davranışlarda bulunup kabul edilmeyecek davranışlar sergileyebilir (Aydın,2010).

Annelerin reddedici olmalarında çeşitli sebepler bulunmaktadır. Bu sebepler aşağıdaki şekilde sıralanabilir:

- Annenin evlilik dışı bir çocuğunun olması, toplum bu tür bir ilişkiyi olumlu kabul etmez ve hoş karşılamaz. Bu bakımdan annede çocuğu kabullenemez.

- Zorunlu bir evliliğinin olması. Anne evlilikten önce hamile kalmıştır ve bu sebeple de zorunlu olarak istemediği halde evlenmek zorunda kalmıştır.
- Anne isteyerek çocuk doğurmuştur ancak çocuk düşündüğü çocuk olmaz. Örneğin anne erkek çocuk istemektedir ancak kızı olmuştur. Bu durumda kız çocuk istenmez ve reddedilir.
- Anne ve babanın iletişimleri bozuktur. Kadın eşi ile ilişkilerin düzelmesi ve babanın eve bağlanması için anne çocuk yapar ancak istenen iletişimdeki düzelme elde edilemez ve anne ile babanın ilişkileri düzelmez. Bu durumda çocuk yine reddedilecektir.
- Anne kariyerini geliştirebileceği bir meslek sahibidir. Ancak çocuk doğurur ve bu sebeple istemediği halde meslek yaşamının dışında kalmak zorunda olur. Bu durumda anne yine çocuğu istemeyecektir.
- Annenin kişilik yapısı problemlidir. Anne olgulaşamamaktadır. Hareketleri ve tavırları yaşına göre çocuk gibidir ve bu bakımdan çocuk anne için istenilmeyen olacaktır (Özdoğan, 2000).

#### **1.1.7. Demokratik Anne Baba Tutumu**

Demokratik anne ve babaların çocukların davranışlarını daha mantıklıca yönlendirdikleri söylenmektedir (Kulaksızoğlu, 1998). Demokratik anne ve babalar çocuklarını ayrı bir birey olarak kabul etmektedirler. Çocuklarına değer verirler ve onların özerk ve bağımsız bir birey olmalarına destek olurlar.

Bu tip aileler çocuklarına karşı hoşgörüdürler, ona insan olarak saygı gösterirler. Çocuklarını çok az kısıtlama davranışına giderler. Çocukların arzularını ve isteklerini diledikleri gibi gerçekleştirmelerine izin verirler. Çocuğun sevilme ve onaylanma isteklerini göz ardı etmezler. Çocuğun kendine has kişilik gelişimine destek olurlar. Bu tür aileler çocuklarının kendilerini gerçekleştirmesine izin verirler. Bunu gerçekleştirirken her bireyin kendine has ve özel olduğunu unutmaz ve göz ardı etmezler. Bu bakımdan çocuk anne babasından yeterince hoşgörü görmektedir. Bu da çocuğun kendine güvenen biri olması ve topluma entegre olabilen bir birey olmasına büyük oranda yardım eder (Kulaksızoğlu, 1998). Çocuk belli sınırlar çerçevesi içinde özgürdür. Söz hakkı vardır ve duygu ve görüşlerine saygı duyularak önemsenir. Çocuk ailesinden sevgi ve saygıyı hissetmektedir. Söyledikleri ve yaptıkları yetişkinler tarafından dinlenmekte ve önemli görülmektedir. İçinde bulunduğu bu ortamdan faydalanan çocuk girişimci tutumlar sergiler, özgüveni tam olur ve kendi kararlarını kendi verip bu kararların sorumluluklarını almasını öğrenir.

Demokratik aileler çocuğun sadece beslenme ve barınma gibi fiziki ihtiyaçlarını değil aynı zamanda sevgi ve diğer manevi ihtiyaçlarını da karşılarlar (Örgün, 2000). Ailenin göstermiş olduğu sevgi karşılıksızdır ve herhangi bir koşula bağlı değildir.

Demokratik bir ortamda çocuk üzerinde açık ve sınırları belirlemiş olan bir denetim vardır. Anne babalar bu tür sınırlamaların mantıklı nedenlerini açıkladıklarında, çocuklarına karşı olan davranışları tutarsız bir biçimde olmaktan çıkıp çocukları tarafından kabul edilebilir hale gelir (Oskay,1990).

Aile içindeki eşitlikçi ve demokratik tavır tüm aile fertlerini kapsamaktadır. Anne ve babanın ilişkisinde ve iletişimde de demokratik tutumlar hakimdir. Ebeveynler de çocuklarına göstermiş oldukları gibi birbirlerine sevgi ve saygı göstermektedirler.

Hatalara odaklanmak yerine başarılar ön plana çıkarılır ve bu sayede çocukların olumlu bir kişilik yapısı geliştirmelerine yardımcı olunur. Hataların cezalandırılması yoluna gitmek yerine başarıların ödüllendirilmesi daha olumlu bir tutumdur. Bu durumda çocuklar kendi olumlu ve başarılı yönlerine odaklanmaktadır. Takdir edilip önemsendikçe şevkleri artmaktadır ve böylelikle daha başarılı olmayı arzulamaktadırlar. Ancak hataların cezalandırılması çocukların şevklerini kırarak olumsuz etkilemektedir. Demokratik anne babalık stilinde fiziksel ceza ve şiddet uygulanmamaktadır ancak bunun yerine daha küçük kısıtlama türü cezalar vardır (Şendil, 2003). Ceza çok eski ancak problemleri bir eğitim metodudur. Ceza genel olarak uyulmayan sosyal kurallar içinde olduğunda verilir. Eğer ceza ille de uygulanacaksa bunun belli bir ölçüsü ve sınırı olmalıdır. Bu ölçü şu şekilde verilebilir:

- Ceza saldırgan ve korkuya sürükleyici bir biçimde olmamalı,
- Çocuğun kişiliğini görmezden gelici bir biçimde olmamalı,
- Çocuğa detaylı açıklama yapılmalı,
- Suça uygun bir ceza verilmeli,
- Ceza suçun hemen ardından olmalı,
- İstenen davranış çocuğa yaşına uygun olarak açıklanmalıdır (Özdoğan, 2000).

Demokratik ailelerde genellikle bu yukarıda tarif edilmiş ceza koşullarına uyulmaktadır. Örnek olarak çocuğa izleyeceği çizgi filmi izlememe cezası verilebilir ya da gezmeye çıkmama cezası verilebilir. Ancak demokratik ailelerde genel olarak daha ağır ve daha saldırganca cezalar görülebilmektedir ve ceza konusunda ise çocuğa açıklama yapılmaktadır. Demokratik tutumlu ailelerde yetişen çocuklarda akademik başarı oranlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun haricinde yine bu tipte ailelerde yetişenler duygusal ve sosyal olarak daha olgundurlar, ve izin verici ve otoriter ailelerde yetişenlere göre daha az olarak alkol ve uyuşturucu madde kullanırlar (Gfroerer ve arkadaşları, 2004,Akt Durmuş

2006). Bu tutumlardan başka araştırmacılar daha farklı sınıflandırmalarda da bulunmuşlardır. Buna bir örnek de Devereux ve arkadaşlarının geliştirdiği sınıflandırmadır. Buna göre ana baba tutumları şu dört farklı kategoride ele alınmışlardır:

**Destekleyici Tutum:** Çocuğa ilgi ve şekfat gösterilir ve disiplin yöntemlerinde tutarlı bir çerçeve izlenir.

**Aşırı İstekleri olan Tutum:** Çocuğa başarılı olması için aşırı miktarda baskı yapılır.

**Denetleyen Tutum:** Burada kontrol ve koruyuculuk hakimdir.

**Cezalandıran Tutum:** Bu tutumda hem duygusal hem de fiziksel cezalar hakimdir. Çocuklara ayrıcalık tanınmaz (Zöhrap, 2004).

## 1.2. Anne Baba Tutumlarını Etkileyen Faktörler

Çocuk yetiştirme biçimlerini yani anne baba tutumlarını birçok değişken etkilemektedir. Anne babanın kişiliği, ruhsal sağlıkları, ekonomik gelir düzeyleri, eğitim seviyeleri, çocukların dünyaya geliş sıraları ve biçimleri, anne babanın kendi yetiştirilme biçimi anne baba tutumlarını etkileyen faktörlerin başında sayılabilir.

### 1.2.1. Anne Babanın Ruh Sağlığı

Annenin çocuğa karşı aşırı koruyuculuğu, direkt olarak annedeki ruhsal bozukluğun bir sonucundan dolayı olabilir, şizofren bir annenin, düşünce ve ruhsal fonksiyonlarının bozukluğu ve aşırı şüpheleri nedeniyle çocuğuna aşırı düşkün olması gibi sebepler görülebilmektedir (Ekşi, 1990).

Yapılan araştırmalar sürekli mutsuz çocukluk anıları olanların kendi evlilik yaşamlarında ciddi aile problemlerine, çocukları hırpalamaya, boşanma gibi evlilik yaşantısı olumsuzluklarına zemin hazırladığı ortaya çıkmıştır. Olayları uzun dönem izleyen araştırmalar içerisinde, sevgisiz çocukluk yaşamış ana babaların, planlama ve sorunlarla başa çıkma becerilerinde eksik kaldıklarını, çocuklarının gereksinimlerine daha az duyarlı olduklarını ve çabucak öfkelenip tepkisel davrandıklarını göstermiştir. Anne babalarında depresyon, anksiyete gibi ruhsal bozukluklar bulunan çocuklar ileride kendileri anne baba oldukları zaman benzeri belirgin bozukluklar ortaya çıkmış, bu çocuklar depresif, endişeli anne babalar haline gelmişlerdir. Ana babaların davranış örüntüleri gerek içinde yaşadığı aile, gerek daha geniş sosyal çevreden büyük oranda etkilenir (Ekşi, 1990).

Anne babanın ruh sağlığının öneminden bahseden Levy'e göre ise; annedeki bastırılmış bilinçdışı düşmanlık-itme gibi duygular çocuğa yönelik tutumları oluşturabilir.

Anne kendi hoş olmayan duygularını tanıma gerçeği ile karşı karşıya geldiği, ancak bu duygularla yüzleşmek istemediği zaman bu duygular bilinçdışında bastırma savunma mekanizmasıyla bastırılır. Bastırılan bu duygular bilinçdışında tamamen başka şekilde ödünleyici duygularla yer değiştirir. Bu “reaksiyon formasyon” denilen psikolojik bir savunma mekanizmasıdır. Anneler bilinçdışı olarak çocuklarından birine karşı kendi içlerindeki olumsuz bir duyguyla çatışırken, böyle bir duyguyu bastırmaya, itmeye ve belirginleşmesine çalışırken, aşırı koruyucu, aşırı şımartıcı bir davranış içine girebilir. Bu aşırı düşkün davranış sanki çocukların gerçekte ne kadar sevdiklerini kendilerine göstermek içindir. Bu özellikle sevgi ve nefret duygularının beraber olduğu ve bu kişilerin sevdikleri bir kimseden aynı zamanda nefret de edebileceklerini kabul etmedikleri zaman ortaya çıkar (Akt. Ekşi, 1990).

### **1.2.2. Anne Babanın Eğitim Durumu**

İlköğrenim durumuna sahip olan annelerin orta ve yüksek öğrenime sahip olanlara göre daha aşırı koruyucu, rolünü reddetmesi, geçimsizlik ve sıkı disiplin tutum boyutuna sahip oldukları ortaya konulmuştur. Dolayısıyla az eğitim durumuna sahip olan annelerin daha olumsuz tutumları benimsedikleri söylenebilir (Demiriz ve Öğretir, 2007).

### **1.2.3. Annenin Çalışma Durumu**

Çalışma, annenin sosyal destek kaynaklarından biridir. Çalışan anne geleneksel çocuk yetiştirme biçimlerinden uzaklaşmakta ve demokratik tutum göstermektedir. Bunun haricinde ise annenin işinden memnun olmadığı ve iş yerinde stres yaşadığı durumlarda çocuğu ile ilişkisi olumsuz etkilenebilir. Çalışan anne çocuğunu ihmal ettiğini düşünerek kendini suçlayabilir. Bu suçluluktan kendini kurtarabilmek için çocuğuna aşırı izin verici ya da aşırı koruyucu davranabilir (Şanlı, 2007).

Yavuzer (2001)'e göre annenin çalışması, annenin olmadığı saatlerde çocuğun bakımı, işinden yorgun ve gergin gelen annenin çocukla sağlıklı iletişim kuramaması ve ona az zaman ayırması anlamına gelmektedir. Bu durum da yadsınamaz olarak anneyi çocuğa karşı aşırı şımartma ve aşırı hoşgörölü yaklaşıma götürmektedir (Yavuzer, 2001).

### **1.2.4. Ailenin Sosyo-Ekonomik Durumu**

Yapılan araştırmalar alt ve üst sosyo-ekonomik durumdaki anne babaların çocuklarına karşı değerler açısından da farklı bir tutum içinde olduklarını göstermektedir. Sosyo-ekonomik yönden üst seviyelerde yer alan anababalar, alt kategoridekilere oranla, otoriteye

daha az değer vermekte; eşitliği, bağımsızlığı, merakı, yaratıcılığı, başarıyı ve sorun çözücü olmayı daha önemsemektedirler. Çocukların doğuştan iyi olduklarına ve birbirlerinden farklı kişilikleri olabileceklerine inanmaktadırlar. Çocuklarıyla sık sık ve detaylı konuşmakta, çocuğu daha az yatırım aracı olarak görmekte, cinsiyetiyle ilintili düşüncelerinde de az farklılık belirlemektedir (Dönmezer,1999).

Luster, Rhoades ve Haas (1989), yaptıkları araştırma sonucuna göre, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki annelerin çocuklarının büyükleri ve toplumun isteklerine uymalarına, yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki annelerin ise çocuğun kendi kendisini yönetmesine önem verdiklerini bulmuşlardır. Bu değerlerle tutarlı bir biçimde, düşük sosyo-ekonomik düzeydeki anne babalar çocuklarını şımartmaktan uzak durup onları kısıtlamış, çocuğu aşırı düzeyde denetim altına alarak cezalandırmışlardır. Yüksek sosyo-ekonomik düzeydeki anneler ise çocuklarını şımartmaktan korkmayıp özgür bırakmışlar, düşük düzeyde denetim ve ceza uygulamışlardır (Hortaçsu, 2003).

Sosyoekonomik yönden üst düzeyde olan anne babalar, alt düzeydekilere oranla otoriteye daha az önem vermekte, eşitliği, bağımsızlığı, girişimciliği daha önemli görmektedirler. Bunun yanı sıra çocuklarıyla sözel iletişim kurmaktadırlar. Olanakların kısıtlı olduğu çevrede ise çocuğa karşı daha olumsuz bir şekilde yaklaşılmaktadır (Şanlı, 2007).

ABD’de yapılan araştırmalarda, alt sosyo-ekonomik seviyelerdeki ailelerde ki ana-babanın çocukları ile ilişkisinin katı ve otoriteye dayalı olduğu bulunmuştur. Buna karşılık orta sınıf ailelerde anne-baba çocuklarına karşı daha açık, esnek ve eşitlik ilkesi ile orantılı şekilde davranmaktadır. Alt sosyo-ekonomik seviyedeki ailelerde çocuk, ebeveynin otoritesinden ve kızgınlığını ifade etmesinden yoğun bir korku duymaktadır. Ailenin sosyo-ekonomik seviyesi yükseldikçe ergenin aileye duyduğu güven artmış olmasına rağmen, alt sosyo-ekonomik seviyedeki ebeveyn, yanlış davranışta çocuğunu daha şiddetli cezalandırmakta ve çok nadiren çocuğuna övgü ile yaklaşmaktadır. (Akt. Kulaksızoğlu, 2000).

Demiriz ve Öğretir (2007)’in yaptıkları araştırmada alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarını incelemişlerdir. Alt sosyo-ekonomik düzeydeki annelerin daha koruyucu, annelik rolünü daha fazla reddeden, aile içinde daha geçimsiz ve daha sıkı disiplin uyguladıkları görülmektedir. Çalışmayan annelerin çalışan ve emekli olan annelere oranla daha aşırı koruyucu ve sıkı disiplin tutum boyutuna sahip oldukları belirlenmiştir. Emekli olan annelerin çalışan ve çalışmayan annelere göre rolünü daha fazla önemsizleştirmesi ve geçimsizlik davranışlarına sahip oldukları belirlenmiştir. Annelerin



sahip oldukları öğrenim durumuna göre aşırı koruyucu, rolünü reddetmesi, geçimsizlik ve sıkı disiplin boyutlarında anlamlı farkın olduğu bulunmuştur (Demiriz ve Öğretir, 2007).

### **1.2.5. Anne Babanın Kendi Yetiştirme Biçimi**

Ekşi (1990)'ye göre, annenin tutumunun belirleyicisi kendi çocukluğundaki aile yaşantısıdır. Anne eğer sevgi ve sıcaklıktan yoksun bir aile ortamında büyümüşse, kendi çocukluklarında yoksun kaldıkları şeyleri kendi çocuklarına aşırı şekilde vermektedirler. Anne ve babalar, kendi anne ve babalarından gözlemledikleri, öğrendikleri, model aldıkları davranışları, farklı bir seçeneği görememişlerse, kendi çocuklarına yansıtabilirler. (Akt. Dönmezer, 1999).

Kendi çocukluk yıllarında engellenmiş olan bireyler, gelecekte anne-baba olduklarında, eskiden kendilerine tanınmamış olan özgürlüklere çocuklarının sahip olmalarına karşı, bilinç dışı olarak kıskançlık geliştirirler. Bu nedenle çok defa kendi anne babalarından gördükleri davranışlarla çocuklarını dizginleme, suçlama, aşağılama yollarını uygularlar. Böylelikle kendi uğradıkları paniği ve anksiyeteyi denetim altında tutmaya çalışırlar. Anne ve babanın aşırı baskı altında yetişmiş olması, bazı durumlarda da çocuğuna karşı aşırı gevşek ve yumuşak bir tutum içinde bulunmalarına sebep olabilir. (Yavuzer, 2001).

Goleman (1998)'e göre kişiler çocukluklarında ebeveynlerinin keyfi olarak ve insafsız bir şiddetle göstermiş oldukları terbiyeyi, kendileri anne baba olduklarında aynı şekilde tekrarlarlar. Bu çocukların annesi mi yoksa babayı mı saldırgan olarak tanımladıkları hiç önemli değildir. Küçükken öfkeli olan kızlar anne olduklarında, öfkeli erkekler ise baba olduklarında, aynı şekilde dürtüsel ve sert davranırlar. Bu anne babalar aşırı şiddetli cezalandırmanın yanı sıra , çocuklarının hayatlarıyla çok az ilgilidirler. Bu tür ebeveynler kesin bir kötü ruhlu ya da çocuklarının iyiliğini istemeyen bireyler değildir; sadece, kendi anne-babalarının örnek olduğu ebeveynlik tarzlarını yinelerler (Goleman, 2001).

### **1.2.6. Kültürel Değerler**

Ana babaların çocuklarına karşı tutumları, içinde yaşadıkları kültürden büyük ölçüde olumlu veya olumsuz şekilde etkilenmektedir. Örneğin, Amerika ve, Japonya'da yani Doğu ve Batı toplumlarında annelerin çocuklarına karşı tutumları farklılık göstermektedir (Dönmezer, 1999).

Çocuk yetiştirme tutumları toplumdan topluma, kültürden kültüre farklılık gösterdiği gibi, o toplumdaki aileler arasında da farklılıklar gösterebilir. Bir toplumun, her sosyo-ekonomik grubun kendi kültürüne hayat felsefesine ve kendi değer sistemine sahip olduğu

bilinmekte, farklı sosyal sınıflar içerisindeki ebeveynin farklı çocuk yetiştirme tutumu, farklı ödül ve ceza anlayışı ile çocuklarını yetiştirdikleri söylenebilmektedir (Akt. Kulaksızoğlu, 2000).

Kağıtçıbaşı (1984)'e göre, Türkiye'de anne babalar, çocuğun bağımsız olmasını değil, söz tutmasını istemektedirler. Başka bir ifadeyle, çocuk yetiştirmedeki yaygın tutumlar birey olmayı değil, karşılıklı desteği içeren topluluk değerlerini özendirici bir şekildedir. Oysa gelişmiş toplumlarda çocukların bağımsızlığına önem verilmekte, ana babalar çocuklarının kendilerine bağımlı olmalarını istememektedirler. Ancak, Türkiye'de ise ailelerin sosyo-ekonomik düzeyi yükseldikçe çocuğun ekonomik değeri azalmakta, psikolojik değerinin ise arttığı görülmektedir. Buna bağlı olarak da çocuğun daha özerk bir kişilik geliştirmesine izin verilmektedir (Akt. Dönmezer, 1999).

### **1.2.7. Çocuğun Doğum Sırası Ve Yaşı**

Yapılan araştırmalarda anne-baba-çocuk etkileşiminde çocukların cinsiyetinin ve bulunduğu konumunun çok etkili değişkenler olduğu ortaya konmaktadır. Thoman ve arkadaşları (1972) annelerin daha çok ilk doğan kızlara gülümsediğini ve onlarla konuştuğunu ifade etmektedir. Babaların ise daha çok ilk doğan erkek çocuklarla konuşmakta olduklarını ve onlara dokunduklarını ifade etmişlerdir (Parke ve Sawin, 1975). Ana babalar disiplin açısından genellikle ilk doğan çocuklarına daha sık bedensel ceza uygulamaktadırlar ve daha sonrasında doğanlara ise uyguladıkları disiplinde daha tutarlı olma eğilimindedirler. Şüphesiz, bu tutumların bazıları kolay bir iş olmayan anne baba olmayı öğrenmenin bir neticesidir (Akt: Gander ve Gardiner, 1998).

Anne babalar çocuklarını yetiştirme esnasında büyük tecrübe kazanırlar, çok şey öğrenirler. Hatta yine araştırmalar göstermektedir ki, annelerin ilk doğan bebeklerine ve son doğan bebeklerine karşı davranışları genellikle farklılık içerir (Ekşi, 1990).

Ayyıldız, vd. (2005)'e göre ailenin ilk çocuktan beklentileri daha yüksek olmaktadır. Bu nedenle ilk çocuk daha olgun yetiştirilmekte, ona yetişkinmiş gibi davranılmaktadır. Küçük çocuklara ise daha az otonomi ve sorumluluk verilmektedir. Anne baba küçük çocuğa karşı hoşgörülü ve onaylayan bir tutum sergilerken, büyük çocuğa daha denetleyici davranışlarda bulunmaktadır. Çocuk sayısı arttıkça aile çocuk yetiştirme konusunda daha geniş deneyime sahip olmaktadır. Çocuk büyüdükçe kişiliği daha belirgin hale gelmekte ve ilişkiye daha aktif katılmaktadır. Bu durum ise annenin tutumlarını etkileyebilmektedir (Akt. Şanlı, 2007).

Güneysu ve Bilir (1988), yaptıkları bir araştırmaya göre, çok kardeşi olan gençlerde hem anne hem de baba tutumlarının demokratik olmaktan uzaklaştığı ve buna bağlı olarak gençlerin kendini kabul düzeylerinin düştüğü ortaya konulmuştur. Kardeş sayısına göre kendini kabul düzeyine bakıldığında 4 ve daha fazla sayıda (çok kardeş) kardeşi olan gençlerin kendini kabul düzeyinin ailenin tek veya 2-3 kardeşi olan gençlere göre daha düşük olduğu belirtilmiştir (Güneysu ve Bilir, 1991). Falbo'nun (1976) araştırması, ilk doğanların daha sonra doğanlardan daha iyi toplumsal anlamda (kişisel değilse de) uyum sağladıklarını göstermektedir. Sonrakiler, önce anne babaları, daha sonra öğretmenleri tarafından sık sık büyük kardeşleriyle karşılaştırılırlar ve bu da çoğu zaman aşağılık duygusu duymasına neden olur. "Ablan matematikte iyi, sen neden değilsin?" gibi konuşmalar çok sık duyulur (Akt: Gander ve Gardiner, 1998).

Anne baba tutumu konusunda anne babanın çocuğa gösterdiği sevgi kadar, çocuğun davranışlarına uyguladığı denetim ve disiplinin niteliği de önemli bir işlev kazanmaktadır (Ekşi 1990). Aile içerisinde ki sosyalleşme süreçleri üzerine yapılan çalışmalar, belirli ebeveyn davranışlarının çocuklardaki olumlu sonuçlarla ilişkili olduğuna dair tutarlı kanıtlar ortaya koymuştur. Örneğin, yüksek düzeyde güvenlik ve yeterli kontrol sağlayan ailelerin çocuklarının yüksek düzeyde üniversiteye uyum, sosyal yeterlilik ve akademik başarı gösterdikleri ortaya konmuştur (Marsıgla 2007 Akt. Satılmış 2010).

Bu problemlerle etkin şekilde başa çıkmak çocuğun özgüvenli, uyumlu ve sağlıklı bir birey olarak yetişmesini sağlayacak çocuk yetiştirme tutumlarını oluşturmada büyük önem taşımaktadır. Ebeveynin yetişkin rollerini sergileyerek çocuğuna model olduğu düşünüldüğünde ise; çocuk yetiştirme biçimlerinin, alışkanlıkların, karar verme, stres ve olumsuz durumlarla karşılaştığında kullandığı stratejilerin önem taşıdığı gözlenmektedir. Bu doğrultuda kişiliğin oluşumunu etkileyen ve aile ortamına ilişkin en önemli değişken çocuk yetiştirme tutumları olmaktadır. Anne babaların çocuk yetiştirme ile ilgili tutum, inanç, davranış ve beklentileri olarak tanımlanan anne baba tutumları kavramı, ebeveynlerin çocuğun sosyal hayata katılma sürecindeki rolünü anlamak ve bu rolün çocuğun psikososyal gelişimine etkilerini incelemek amacıyla ortaya atılmış bir kavramdır (Steinberg 1993 Akt. Satılmış 2010).

### **1.3. Anne Baba Tutumları İle İlgili Modeller**

Gelişim psikolojisinde çocuk yetiştirme tutumlarıyla ilgili yapılan çalışmalar çok eski tarihlere dayanmaktadır. Bu bölümde anne baba tutumu kavramı, Psikodinamik ve

Davranışçı Model, Baumrind'in Sınıflaması ve Maccoby ve Martin'in Modeli ile birlikte incelenmiştir (Yılmaz, 2000 Akt.Satılmış 2010).

### 1.3.1. Organizmik Model

Organizmik modelde, insan gelişimi, organizmanın birbiriyle niteliksel farklılık gösteren gelişim basamaklarından geçerek, en yüksek gelişmişlik seviyesine ulaşması şeklinde açıklanır. Bu geçişin organizmanın doğuştan getirdiği potansiyelle gerçekleştiği kabul edilmektedir. Freud'un psikoanalitik kuramı ve Piaget'in bilişsel gelişim kuramı bu model içerisinde tanımlanmaktadır.

Gelişim kuramları incelendiğinde ailelerin herhangi bir çocuk yetiştirme tutumuna eğilim göstermesinin nedenlerini açıklamaya yönelik doğrudan ifadeler bulunamamaktadır. Bunun yanı sıra, bu tutumlara etki edebileceği düşünülen faktörleri destekler nitelikte bazı görüşler de dikkat çekmektedir (Mızrakçı, 1994).

### 1.3.2. Psikodinamik Model

Freud, psikoanalitik kuramında kişilik gelişiminin anne babayla kurulan özdeşim sonucu olduğu fikrini savunur. İşlevsel psikologlar da bu görüşü destekleyerek, kişilik gelişiminde içselleştirme kavramının önemine ayrıca vurguda bulunurlar. Anne babanın tutum ve değerlerinin küçük yaşlardan itibaren benimsenmesi sonucu kişiler ileriki yıllarda kendi çocuklarına karşı benzer tutum ve davranışlarda bulunabilmektedirler. Freud'a göre özdeşim, çocuk için duygusal önem taşıyan bir kişinin pek çok davranışının, değer yargılarının, ilgi alanlarının oldukça geniş bir şekilde benimsenmesi, kendine mal edilmesi durumudur. Anne babayla özdeşim iki şekilde gerçekleşmektedir. Analitik ve rakiple özdeşim kavramları şu şekilde açıklanmaktadır (Doğan, 1999, Akt. Şanlı, 2007).

Freud'a göre yeni doğmuş bebek tüm libido enerjisini kendi fizyolojik gereksinimlerini karşılamak ve rahatlığını sürdürebilmek amacı içerisinde kullanır. Giderek kendisinin bakımını ve gereksinimlerini sağlayan bir diğer insanın, yani annesinin varlığını fark etmeye başlayan bebek öz sever libidosunu annesine yöneltir. Böylece yaşamın ilk aylarındaki libido, nesne ilişkileri kuramında açıklandığı nesneye yönelik libidoya dönüşerek, bireyin kendi varlığının dışındaki insanlara ve nesnelere yönelmeye başlar. Özsever libido ve nesneye yönelik libido arasındaki uyumlu bir denge, bireyin sağlıklı gelişimi ve özellikle özsaygı duygusunun sürdürülebilmesi yönünden büyük önem taşır (Geçtan, 1988).

Analitik özdeşim, çocuğun bağlandığı kişiyle özdeşim kurmasını gösterir. Freud'a göre, oral dönemde başlayan ve yaşam boyu devam eden ilk sevgi nesnesi anneye kurulan

özdeşimdir. Çocuk anneden hem fiziksel hem de sevgi gereksinimi anlamında doyum bulur. Bebeklikte sevgi nesnesi yanında değilken, bebek onun bazı hareketlerini canlandırarak aynı doyumunu yaşamaya çalışır. Yetişkinlikte de, özellikle kaygı durumlarında anne veya baba gibi davranmanın kişiye güven verebileceği ifade edilmektedir (Doğan, 1999; Ekşi, 1999; Akt: Şanlı, 2007).

### **1.3.3. Bilişsel Gelişim Kuramı**

Piaget, bilişsel gelişim kuramında organizmanın çevresine aktif adaptasyonundan bahsetmektedir. Gelişimin organizmanın doğuştan getirdiği potansiyelle gerçekleşmesi görüşü odak noktası olarak organizmayı incelemektedir. Sosyal çevrenin etkisini, çocukta varolan potansiyelin gerçekleşmesinde oynadığı yavaşlatıcı hatta inhibe edici şekilde sınırlı tutmaktadır. Piaget anne baba tutumlarına ve bunun çocuklar üzerindeki etkilerine değinmemiştir. Ancak gelişimin basamaklar halinde olduğu ve çocuğun mevcut gelişim düzeyinde belirli bazı yetenek ve sınırlılıklara sahip olduğu görüşü bazı araştırmacıların anne baba tutum, davranış ve beklentileriyle çocuğun mevcut gelişim düzeyi arasında uyuma olup olmadığı konusunda incelemeler yapmasına sebep olmuştur (Doğan, 1999; Gander, Gardiner, 2001; Akt: Şanlı, 2007).

Yapılan araştırma sonuçları, ailelerin çocuktan aşırı beklentilerinin ceza şekli ve sıklığıyla ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Horowitz, 1975). Ayrıca Türkiye’de yapılan bazı araştırmalarda da ailelerin çocuktan, yaşına uygun olmayan bir takım taleplerde buldukları saptanmıştır (Kağıtçıbaşı, 1981; Akt: Şanlı, 2007). Aşırı beklentiler kadar çocuğun ihtiyacı olan yaşa uygun uyarıların verilmemesi de gelişimi olumsuz şekilde etkileyerek, aşırı durumlarda çocuk ihmali hatta istismarına yol açabilir. Bu sebeple, ailelerin çocuk gelişim basamakları konusundaki bilgi düzeylerinin, çocuklarına karşı tutumlarını etkileyeceği düşünülmektedir (Mızrakçı, 1996; Akt: Şanlı, 2007).

### **1.3.4. Sosyal Öğrenme Kuramı**

Bandura, insan davranışının incelenirken insanın kendi yaşadığı ortam içinde değerlendirilmesi gerektiğini ifade eder. Öğrenme sürecine, sosyal ortam içinde göz atıldığında gözlem yoluyla öğrenme öncelik kazanır. Çocuk çevresindeki kişileri gözler ve onların davranışlarını taklit eder. Bu tür öğrenmeye, model alarak öğrenme denilmektedir. Çocuğun gözlediği davranışı taklit etmesi için modelin bazı özelliklere sahip olması gerekmektedir. (Doğan, 1999; Gander, Gardiner, 2001; Mızrakçı, 1996; Akt: Şanlı, 2007).

Anne babaların yukarıda sayılan özelliklerden hemen hepsine sahip olmaları sonucu, çocuklar anne babalarını özellikle de aynı cins ebeveyni model olarak alırlar. İleriki yaşlarda

onlara benzer tutum, davranış ve değer yargıları gösterirler. Bu durum biraz da anne babaların ve çocukların aynı çevre içerisinde yaşamaları sonucu meydana gelmektedir. Bireyler çoğunlukla anne babaları kadar o çevreye ait diğer kişilere de benzemektedirler. Kişilik gelişiminin önemli bölümünün küçük yaşlarda oluşturulduğu varsayıldığında bu görüşlerin geçerliliği daha yüksek olabilir. Oysa çocuk büyüdükçe taklit açısından seçici davranmaya başlar. Anne babanın model alınması, çocuğun onlar gibi olmak isteyip istemediğine bağlı olarak değişiklik gösterir. Bu bağlamda, kişilerin anne babalarından gördükleri çocuk yetiştirme tutumlarının, kendi tutumlarına etkisinin, anne babalarını bu konuda onaylayıp onaylamamalarına bağlı olduğu tahayyül edilmektedir (Keskin, 2005; Mızrakçı, 1994; Akt. Şanlı, 2007).

### 1.3.5. Baumrind'in Sınıflaması

Bunlar ebeveynin kontrollü (parental control), ebeveyn-çocuk iletişiminde açıklık (clarity of parent-child communication), olgunluk beklentisi (maturity demand) ve bakım-destektir (nurturance). *Ebeveyn kontrolü* boyutu, ebeveynler tarafından konulan kurallara çocukların hangi oranda uymak zorunda olduklarını gösterir. *Ebeveyn-çocuk iletişiminde açıklık* boyutu, anne ve babaların verilecek kararlarda çocuklarının fikirlerine ve düşüncelerine ne derece önem gösterdiklerini, bu konuda çocuklarını ne derece teşvik ettiklerini ve ebeveynlerin çocukların davranışlarına sınırlar getiriyorlarsa bunun nedenlerini hangi oranda açıkladıklarını gösterir. *Olgunluk beklentisi* boyutu ise, anne ve babaların çocukların zihinsel, sosyal ve duygusal anlamda başarılı olmaları için ne derece teşvik ettiklerini gösterir. Örneğin olgunluk beklentisi boyutunda yüksek olan anne-babalar çocuklarına "kendi yetenek ve çabalarıyla yaşamayı öğrenmelisin" mesajını iletirler. *Bakım-destek* boyutu, anne ve babaların çocuklarına bakarken ve onlarla ilişki kurarken ne derece yakın, sevecen ve sıcak davrandıklarını gösterir. Baumrind (1971) anılan dört boyutun kombinasyonlarına bağlı olarak üç temel anne-baba tutumu ortaya atmıştır. Bunlar otoriter, demokratik ve izin verici anne-baba tutumlarıdır .

**Otoriter ebeveynler**, koydukları kurallara çocuklarının uymasını ve koşulsuz itaat etmesini beklemektedirler. Bu tür ailelerde çocuklar kurallara uymadığında ceza uygulanır ve ebeveynler çocuklarıyla çok fazla görüş alışverişinde bulunmazlar, daha çok çocuklarından söylediği her şeyi sorgulamadan kabul etmesini ve uygulamasını beklerler.**Demokratik ebeveynler** çocuklarından olgun davranış beklerler ve aynı zamanda gerekli olduğu zamanlarda kurallara uymasını isterler. Sıcak ve ilgilidirler, sabırlı ve duyarlı bir şekilde çocuklarını dinlerler, aile içinde verilecek olan kararlarda çocuklarının düşüncelerini alırlar.

Bu tür ailelerde çocuk yetiştirmede akılcı ve demokratik bir tutum izlenir, hem ebeveynin hem de çocuğun hakları önemsenir. **İzin verici ebeveynler** çocuklarına çok fazla özgürlük verirler, çocuklarını hiçbir şekilde kontrol etmezler ve bazen de ihmale varan bir hoşgörü ile yaklaşır. Aynı zamanda çocuklarına karşı sıcak ve sevecendirler ve çocuklarının bütün konularda kararlarını kendilerinin vermelerine engel getirmezler. Bu tür ebeveynlerin çocukları yemek yeme, yatma, televizyon izleme ve oynamak için dışarı çıkma gibi konularda karar vermede özgürdürler (Yılmaz, 2000).

### 1.3.6. Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Açıklaması

Maccoby ve Martin, Baumrind'in çalışmalarında sınıfladıkları “izin verici” ana baba tutumunu ikiye ayırmışlardır. Bunlar *izin verici-müsamahakâr* (hoşgörü) ve *izin verici-ihmalkâr* ana baba tutumlarıdır. Demokratik ebeveynler hem kontrol/talepte hem de kabul/ilgi de yüksektirler. Otoriter ebeveynler ise kontrol/talepte yüksek, kabul/ilgi de düşüktürler. Otoriter ve demokratik ebeveynlerin çocuklarının gelişimindeki farklılıklar ebeveynin ilgisindeki farklılıklardan kaynaklanmaktadır. Çünkü Maccoby ve Martin'in sınıflamasındaki her iki anne baba tutumunda kontrol/talep beklentisi yüksektir. İzin verici-müsamahakâr ebeveynler kabul/ilgide yüksek, kontrol/talepte düşüktürler. İzin verici-ihmalkâr ebeveynler ise hem kabul/ilgi de hem de kontrol/talepte düşüktürler. Buna göre her iki izin verici ana baba tutumunda kontrol boyutu düşükken, izin verici ebeveynler arasındaki farklılık anne-babanın göstermiş olduğu ilgiden kaynaklanmaktadır. İzin verici-müsamahakâr ebeveynler çocuklarına karşı oldukça hoşgörüli davranırlar, davranışlarına herhangi bir sınırlama getirmezler. Ancak bu tür anne-babalar çocuklarına karşı sıcak ve ilgili davranırlar, onlara sevgi gösterirler. İzin verici ihmalkâr ebeveynler ise çocuklarını hiçbir şekilde denetlemedikleri, davranışlarına sınır getirmedikleri gibi çocuklarıyla da hiç ilgilenmezler ve sevgi göstermezler (Yılmaz, 2000).

Yapılan araştırmalarda ebeveynin ilgisi ile çocukların kişilik gelişimi arasında ilişki bulunmuş ve çocuğuyla ilgilenmeyen, çocuğuna uzak olan ebeveynlerin çocuklarının saldırganlık eğilimi yüksek, okulda başarısız, içki ve sigara içmeye erken yaşlarda başlayan, duygusal kontrolü zayıf, uzun süreli hedefleri olmayan çocuklar olduğu gözlemlenmiştir. Maccoby ve Martin'e (1983) göre eğer ebeveynin çocuğuna karşı olan bu tutumu çok erken yaşlarda başlarsa, çocuğun bilişsel ve sosyal gelişiminde gerilikler gözlenebilmektedir. Anılan araştırmacı çalışmasında, duygusal olarak ilgisiz ve depresyonlu annelerin bebeklerinde zihinsel gerileme, duygusal açıdan bağlanmada zorluklar, sinirli ve bağımlı davranışlar gibi psikolojik fonksiyonların çoğunda gerileme olduğunu ortaya koymuştur (Akt. Yılmaz, 2000).

## 1.4. Özgüven

Kişinin kendi değeri hakkındaki subjektif değerlendirmesi; kişinin kendi becerilerinin ne ölçüde olumlu ya da olumsuz olduğu hakkındaki yorumudur (Kasatura, 2000).

### 1.4.1. Özgüvenin Oluşumu

Çocuğun psikososyal gelişim evrelerinde doğumla başlayan ve bir yaşına kadar devam eden dönem “temel güven duygusunun” olduğu dönem olarak gösterilir. Bu dönemde verilen sevginin ve ilginin tutarlı, yeterli ve devamlı olması özgüvenin oluşmasında önemli bir etken olarak karşımıza çıkar. Özellikle bebeğin annesine veya ona bakan kişiye güvenmesi çok önem kazanmaktadır (Akagündüz,2006; Uluğ, 1997). Aydın (2010), çocukların bebeklik döneminde annesi veya onun yerini alan kişi ile oluşturduğu güvenli bağıllık duygusunun olumlu benlik anlayışı geliştirmesini, çevreyi araştırıp değerlendirmesini ve kendini yeterli görmesini sağlayacağını ifade etmektedir.

Çocuğun kendine ait farkındalık düzeyi üç yaşına kadar yeterince gelişmemiş olduğundan, kendisiyle ilgili algısında, anne-babanın ve çevresindeki kişilerin tutumları ön plandadır. İhtiyaçlarının yeterli bir biçimde karşılanması sonucu çocuk, kendi benliğini değerli bir varlık olarak algılar. Çevresini de değer veren, güvenilir bir çevre olarak değerlendirir. Böylelikle güven duygusunun temeli atılmış olur. İki yaşından itibaren çocuk, çevresini keşfetmek ve çevre üzerinde denetim gücü kazanmak amacıyla her şeye karşı derin bir sorgulama ve öğrenme eğilimi gösterir. Sorduğu sorular karşısında çocuğun çevresinden alacağı tepkiler özgüven gelişimi için önemli bir etkendir (Yavuzer, 1998).

Üç-altı yaş arasındaki oyun döneminde ise çocuğun en önemli uğraşı oyundur. Oyun çocuğun özgürlük ve yaratıcılık ortamı aynı zamanda sosyal ilişkilerini başlatıp geliştirdiği ortamdır. Toplu oyunlar içerisinde çocuklar kendilerini oynayıp ifade ettikleri gibi başka kişileri de canlandırırılar. Dolayısıyla toplumsal ilişkileri de öğrenirler. Bu nedenle bu dönemde sevgiden sonra gelen en önemli ihtiyaç, oyun ve dolaylı olarak oyunun sağladığı arkadaşlık ilişkileridir. Arkadaşlık ilişkisine bu dönemde izin verilmeyen çocuklar ileriki yıllarda çekingen ve güvensiz olurlar (Yörükoğlu, 1985). Oyun döneminin sonuna doğru çocuğun kendi kendini denetleme ve yönetme becerisi gelişir. Çocuk, güven duygusu gelişmesi ve olgunlaşmaya başlamasıyla beklemeyi, tepkilerini dizginlemeyi ve önündeki engelleri birer birer aşmayı öğrenir.



Lindenfield'in ifade ettiğine göre özgüven; iç güven ve dış güven olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. İç güven; bireyin kendisinden memnun ve kendisiyle barışık olduğuna dair duygu ve düşünce yapılarıdır. İç güveni oluşturan unsurlar kendini sevme, kendini tanıma, belirgin hedefler koyma ve olumlu düşünme olarak belirtilebilmektedir. Kendini tanımak kendini sevmekle başlar. Kendini seven kişiler kendilerine güven duyarlar ve kendileriyle barışıktırlar. Kendilerine güvenli kişilerin ise her zaman belli hedefleri vardır. Dış güven ise; bireyin çevresine kendisinden hoşnut ve emin olduğuna dair göstermiş olduğu tavır ve davranışlarıdır. Dış güveni oluşturan unsurlar iletişim ve duygularını kontrol edebilmedir.

Her birey kendi içinde üstün yeteneklere ve farklı zeka seviyelerine sahiptir. Bu durumda genlerin ve hamilelik sırasında olan bazı etkenlerin kişi üzerinde önemli bir etkisi vardır. Ancak hiçbir insan özgüvene sahip olarak ya da tam tersi özgüvensiz bir insan olarak dünyaya gelmez. İnsanın geçmiş yaşantıları ve özellikle çocukluk çağlarındaki deneyimleri ve öğrenmeleri neticesinde özgüven kavramı güçlü ya da zayıf olarak şekillenir. Özgüvenin oluşumunu tek bir çerçeve altında belirlemek ve tek bir sebebe indirgemek doğru değildir. Bu sebeple bireylerdeki özgüven eksikliğinin sebebini birkaç başlık altında incelemek gerekmektedir.

#### **1.4.2. Özgüven Eksikliğinin Sebepleri**

Gökner (2014)'a göre özgüven eksikliğinin tek bir sebebi yoktur. Gökner (2014) özgüven eksikliğinin sebebini tek bir başlığa indirgemek yerine aşağıda sunulan başlıklar altında incelemektedir.

##### **1.4.2.1. Bebeklik Yaşamı**

İnsanda güven duygusu bebeklik yaşamı ile başlamaktadır. Erickson'a göre ilk evre temel güven evresidir. Bu evrede anne bebek için evreninin tamamıdır. Bundan dolayıdır ki psikososyal ve duygusal gelişimi büyük ölçüde onunla olan etkileşimine bağlıdır. Bebeklik döneminde annenin bebeği ile etkileşimde sevgi ve şefkatini açıkça dile getirmesi ,bebeğin gereksinimlerine daha duyarlı olması, onunla konuşması ,oynaması ve ilgilenmesi güven duygusunu arttırır. Hayatın ilk yılında bebeğin psikososyal görevi güvenmeyi öğrenmektir. Bebekle anne arasında kurulan güven duygusu bireyin ileride kuracağı ilişkilerin temelini oluşturmaktadır. Kendisine güvenen kişiler başkalarının gözünde değer taşıdıklarını bilirler. Dolayısıyla rahattırlar. Severler ve sevilirler. Bebeklerinde bu güveni oluşturamayan anneler kendisine güveni olmayan bireyler yetiştirirler.

Erickson'a göre bir-üç yaşları arasındaki evre özerkliğe ihtiyacın olduğu evredir. Bu evrede çocuklar bağımsızlığa gereksinim duyarlar. Ve bunun karşılanması içinde özerk olmayı beklerler. Eğer bu evrede çocuklar sürekli cezalandırılır ,aşağılanırlarsa ya da aşırı korunarak anneye bağımlı olarak yetiştirilirse bu baskının ezikliğini, kızgınlığını ve utancını yaşamaya başlarlar. Utanç duygusu çocuğa yerleştikten sonra ise çocuklar yaptığı seçimlerin doğruluğu konusunda sürekli şüpheye kapılırlar ve haklarını savunamazlar.(Gökner,2014)

#### **1.4.2.2.İhmal Edilme**

Ebeveynlerin çocuklarını kucaklayarak beden temasını sağlamaları çocuğun kabul edildiği anlamına gelir. Bu da çocuğa sevildiği ,sayıldığı ve değerli olduğu mesajını yansıtır. Sevildiğini hisseden ve kişiliğine saygı gösterilen çocuk da başkalarını sever ve onlara saygı gösterir. Ancak sevilmediği hissine kapılırsa bu da kendini eksik ve değersiz bir varlık olarak görür.

Kendisini değerli gören ve sevildiğini hisseden çocuk zaman içerisinde güven duygusu geliştirmeye başlar.

Sevgi bakımından anne sıcaklığına ve sevgisine ihtiyaç varsa o düzlemde de babaya da güven bakımından ihtiyaç vardır diyebiliriz. Yerine göre çocuğu ile bir arkadaş gibi konuşabilen bir baba çocuğunun kendisine güvenen ,dinamik bir kişiliğinin oluşmasında önemli bir rol oynar. Bu nedenle anne ve babadan yeterli sevgiyi alamayan, istekleri sürekli duyarsız ve ilgisiz bırakılan ihmal edilmiş çocuklar kendilerine gerekli güven duygusunu elde edemezler.

#### **1.4.2.3.Aile İçi Roller Ve Etkileşimler**

Çocuğun kişiliğinin yapılanması ve gelişimi önce ailede başlar.Çocuk doğruyu yanlış ,toplum içerisindeki işlevselliğini, toplumun değer yargılarına göre hareket edebilmeyi ailesinden öğrenir.Ailede çocuk için en önemli olan anne baba ve onların varlıklarıdır.Bunun dışında da teyze, hala, amca, dayı, dede ,babaanne ,anneanne ,bakıcı gibi kişiler de aile sistemini oluşturur.Aile içerisinde bireyler etkileşim içindedirler.Bu etkileşime göre de her bireyin kendine özgü rolleri vardır.Bu da çocuk için büyük öneme sahiptir.Çünkü çocuğun gelişimini büyük oranla bu roller belirler.Çocuk anne ve babasını kendisine bir özdeşim modeli olarak görür. Anne babanın rollerini öncelikle oyunlarına ardından da yaşamlarına taşırlar. Bazı durumlar da ise çocuk kendisine rol model olarak amca teyze ,dayı ,bakıcı gibi bir takım kişileri özdeşim modeli olarak alırlar. Ancak önemli olan nokta şudur ki eğer

özdeşim modeli olarak alınan kişi kendi kararlarını kendisi alamayan biri ise bunun neticesinde, özgüvene sahip olmayan kişi ile özdeşim kuran çocukta özgüvensiz olmayı öğrenecektir.

#### **1.4.2.4.Baskı**

Her ebeveyn çocuklarını disiplin altına almak için bazı yöntemlere başvururlar. Bu yöntemlere göre de çocuk, disiplin metodunun etkilerini hayat boyu büyük ölçüde taşır. Eğer bu yöntemler çocuğun psikolojik gelişimine olumlu katkı yapacak yöntemler ise çocuk olumlu bir yapılanma içerisine girecek ve toplumla entegrasyonunda problem olmayan özgüvenli bir birey haline gelecektir. Bunun tersi şeklinde yöntemlere maruz kalan çocuklar ise özgüvene haiz olmayan bireyler haline gelecekler ve toplum önünde kendini ifade edemeyen bireyleşemeyen bireyler ortaya çıkacaktır. Baskıcı yöntemlere başvuran anne ve babalar fiziksel ceza, mükemmeliyetçilik, sürekli eleştiri ve yergi yöntemlerine başvurarak çocuklarının özgüvensiz birer birey olmalarına sebep olmaktadır.

#### **1.4.2.5.Aşırı Koruma**

Çocukluğunda gereğinden fazla ilgi gören ve her ihtiyacı aile tarafından anında karşılanan insanlar genel olarak bağımlı bir kişilik geliştirirler. Çocuğuna aşırı düşkün anne baba, onun hayatı öğrenmesinde ve hayatla mücadele etmesinde kendi inisiyatifini kullanmasına fırsat vermeden yaşına uygun ve yapabileceği işleri, sorumlulukları kendileri üstlendiği takdirde ,çocuğun mücadele azminden yoksun bağımlı bir birey olarak yetişmesi önlenemez. Bu yüzden ki ebeveynlerin aşırı korumaları da çocuğun özgüvensiz bir birey olmalarına sebep olmaktadır.

#### **1.4.2.6.Cinsellik**

İnsanın cinsel konularla ilgili bilgisizliği, eksik ya da yanlış bilgi edinmesi ve bu nedenle cinsel yaşamında bazı sorunlar yaşaması gerçek yaşamındaki mutluluk payını ve özgüvenini önemli ölçüde etkilemektedir. Cinsellik insanın hemen öyle bir anda kazandığı ve öğrendiği bir olgu değildir. Bu olgunun öğrenimi çocukluk dönemine kadar uzanır. Özellikle ilk çocukluk (okul öncesi) ve ergenlik döneminde doğru cinsel bilgi alması önemlidir. Ancak toplumumuzda bu bilgiler aileler tarafından çocuklara verilmemekte hatta ayıp, sorulması uygun değil gibi kavramlarla karşılanarak çocuğun merak duygusu bastırılmaktadır. Kızlar kimi zaman annelerinden cinsellikle ilgili bilgileri alabilmekte ancak erkek çocuklar babalarının bu konuda ki açıklamaları ve bilgilendirmeleri olmadığından dolayı cinsellikle ilgili bilgileri çevreden arkadaşlarından hatta internet üzerinden öğrenme yoluna

gitmektedirler. Edindikleri bilgilerde sağlıklı olmadığından dolayı sağlıklı bir cinsel öğrenmeye sahip olurlar. Bu yanlış cinsel öğrenmenin neticesinde bireyler de ilişkilerinde cinsel problemler oluşur. Geçmişte edinilen yanlış bilgi neticesinde kadınlarda cinsel soğukluk, erkeklerde erken boşalma gibi pek çok cinsel sorun olabilmektedir. Cinsellikte yaşanan bu sorunlar kişiyi bazen utangaçlığa, suçluluğa bazen de yetersizlik ve aşağılık duygularına sürüklediğinden dolayı cinsellik şüphesiz özgüvenini önemli ölçüde zedeleyen bir etken olabilmektedir.

#### **1.4.2.7.Dış Çevre**

İnsan yaşamını olumlu veya olumsuz yönde en çok etkileyen ailedir. Aileden sonra ise okul yaşamı, öğretmen, arkadaş ,ilişkileri ve daha sonra da etkileşim içinde bulunduğu dış çevredir. Psikolojik gelişim süreci içinde insan özgüvenini kazanırken başta okul yaşamı olmak üzere dış çevrenin etkisi yadsınamayacak ölçüde fazladır. Bu durum bireyin dış çevreyle etkileşimine göre özgüven oluşumunu etkiler.

Özellikle ergenlik çağında çocuğa sorumluluk verilmelidir. Bu sorumluluklar kimi zaman okulda bir kol başkanlığı ya da aile içerisinde bir sorumluluk olabilir. Kendi düzlemine göre sorumluluk verilen ve ardından bu sorumluluğu yerine getiren bireyler hayata karşı daha özgüven dolu olabilmektedirler. Ancak çevredeki bazı problemlerli davranışlardan dolayı çevre ile ilişki kuramamış bir insan özgüven problemi yaşayabilmektedir.

#### **1.4.2.8.Okul**

Bireyin aile kurumundan sonra en çok vakit geçirdiği yer olan okul ve öğretmen bireyin kişiliğinin şekillenmesini ve biçimlenmesini sağlayan en önemli olgulardan bir tanesidir. Okula yeni başlayan bir çocuk ebeveynlerinden sonra öğretmeni kendine rol model olarak alır. Arkadaşları arasında da kendi yerini bulmaya çalışarak ,kendini tanımaya çalışır. Öğretmeni ile ilişkisinde çocuğun hayal kırıklığına uğraması ,öğretmenin anlaşılabilir kompleksli bir kişi olması ya da arkadaşlarıyla kaynaşmada uyum sağlayamayarak sorunlar yaşaması ve bu nedenle kendini suçlaması da özgüven eksikliğinin derinleşmesine ve giderek pekişmesine yol açan etkenler arasında gösterilebilir.

#### **1.4.2.9.Arkadaşlık**

Toplumsal yaşamın en önemli ilişkilerinden biri de arkadaşlıktır. Arkadaşlık ilişkisi bebeklik dönemine kadar gider. Çocuklar 3-5 yaş civarındayken henüz birbirlerinin adını dahi bilmeden kolayca kaynaşarak oyun oynamaya başlarlar. Onları birbirlerine yakınlaştıran en önemli şey ise oyundur. Bununla beraber gelişimsel yapıları itibariyle bu evrede çocukların dünyayı keşfetme ve öğrenme ilgilerinin yüksek oluşu nedeniyle birbirlerini izleyip ilişki kurmaları kolay olur.

Bu evrede çocuğun dünyayı keşfetmek için bitmez tükenmez sorular sormaları gayet normaldir. Ancak bu sorulara büyüklerin kayıtsız kalması ,ciddiye almaması ,tatmin edici cevaplar vermemesi gibi durumlar hevesi ve umudu kırılan çocukları giderek kendine karşı güvensizliğe iter.

Okul öncesi evrede güvensizlik oluşturmuş olan çocuklar arkadaşlarıyla da ilişki kurmaktan uzak dururlar ve çekinirler. Ancak arkadaşlık ilişkileri çocuğu daha sosyal yapar ve sosyal yaşantı için gerekli uyum ve işbirliğini öğretir. Çocuk karşılıklı saygı ve paylaşmayı arkadaş ilişkilerinde bulur. Liderlik, yönetme ,yönetilme ,gruba katılma ve sorumluluk alma gibi yetenekleri özellikle arkadaş ilişkilerinde kazanır ve geliştirir. Onun içindir ki çeşitli nedenlerden dolayı arkadaşlık ilişkilerini yeterince yaşayamayan ,arkadaş gruplarından uzak kalarak büyüyen çocuklar yetişkin olsalar da özgüveni yeterli ,olgun bir birey olarak hayata bakamazlar.

#### **1.4.2.10. Diğer Nedenler**

Üst kısımda anlatılanlara göre özgüven eksikliğinin büyük bir çoğunluğunun kaynağını çocukluk dönemi oluşturmaktadır. Çocuklukların bu dönemde kendini diğer çocuklarla sık sık karşılaştırdığı görülür. Onların beden hareketlerini yapıp yapamadığını kontrol eder ve kıyaslar. Bu değerlendirmeler sonucunda bedenini ve hareketlerini yeterli düzeyde görüyorlarsa benlik duygusu da gelişecektir. Ancak çok uzun boylu çok kısa boylu cılız veya çok kilolu olan çocukların benlik duygusu arkadaşlarının hareketlerini yapamayacak ölçüde ise arkadaşları tarafından dalga konusu olabildiğinden dolayı olumsuz etkilenecektir. Böyle olunca da çocuklar kendilerini yetersiz ve eksik görebilirler. Ölüm çocukların hayatlarında büyük bir travmadır. Ölümün anlamını bilmeyen ve daha çok kendilerine bakan olmayacağı şeklinde ölüme bakan çocuklar bir ebeveyninin ölümü ile karşılaştıklarında özgüven problemlerine gidebilecek şekilde problem yaşarlar. Ailenin boşanma sonucunda parçalanması ile bireyde oluşturduğu ne olacağını ne yapacağını bilememekten

korkması neticesinde oluşan durum kişiyi güvensizliğe ve çaresizliğe iter. Engelli insanlar da kendilerine olan acıma içerikli bakışlardan dolayı kendilerini yetersiz hissederler. Bunun neticesinde de engelli kişilerde özgüven problemi yaşayabilmektedir.

### 1.4.3. Özgüven Kavramına Yönelik Görüşler

Erikson, normal gelişimi sekiz evre halinde açıklamış, her evrede benliğin karşılaştığı bir olumlu benlik, bir de bunun karşıtını belirtmiştir. Bu evreler: Bebeklik, küçük çocukluk, ilk çocukluk, orta çocukluk, ergenlik, genç yetişkinlik, orta yetişkinlik ve ileri yetişkinlik.

Erikson'a göre bebeklik evresi; doğumdan ortalama birinci yaş sonuna kadar devam eden temel güven duygusunun geliştiği bir evredir. Çocuk, doğduğu andan itibaren, içinde bulunduğu toplumla karşılıklı bir alışveriş içine girmiştir. İlişki kurduğu en önemli kişi anne veya anne yerine geçen bakım veren kişidir. Bu dönemde bebeğin biyolojik gereksinimleri verilince örneğin beslenince vb. haz, karşılanmayınca acı duyar. Yani alıcı yapısına karşı annenin verici olabilmesi, karşılıklı işleyen bir bütünü oluşturur. Bebek için anne ile dengeli ve uyumlu bir beraberlik sağlanırsa bebekte "iyi olma", "kendini iyi hissetme" duygusu gelişebilir. Çünkü O'nu anlayan, seven ve rahatlatan bir varlık var demektir. Bu varlıkla düzenli ve tutarlı bir alma-verme ilişkisi ve bu ilişkiyi sağlayan değişmeyen (aynı) kişi olması neticesinde bebekte güven duygusu gelişir. Erikson'a göre anne-çocuk ilişkisindeki bu süreklilik, tutarlılık ve aynılık çocukta temel güven duygusunun temelini oluşturur. Böylece çocuk önce kendisini seven, koruyan anneye güvenir, sonra kendini annenin sevgi ve güvenine değer bulur. Yani kendisine güvenmeye başlar. Artık çocuk benliğinde sağlıklı bir kişiliğin gelişmesi için gerekli olan temel güven duygusu gelişmektedir. Bu çocuğun kendine ve dış dünyaya güvenebilmesi anlamına gelmektedir. Anneyle veya anne yerine geçen kişiyle ilişkinin sağlıklı veya sağlıksız kurulmasına göre, bebeğin temel güven duygusu da sağlıklı veya sağlıksız gelişir. Çünkü bu dönemde elde edilen güven duygusunun niceliği, bebeğe verilen besinlerin ya da sevgi gösterilerinin niceliğine değil, daha çok anne-çocuk ilişkisinin niteliği ile ilişkilidir. Ve çocukluğunda temel güven duygusu sağlıklı gelişen insan gelecek yıllarda da hem kendine güvenir, böylece karşılaştığı güçlüklerle başa çıkabilecek güçte olduğu inancındadır; hem dış dünyaya güvenir, çevresi tarafından terk edilecekmiş gibi her an tetikte hissetmeden kendini güvenli hisseder. Bu güvenli kişiler ileriki yaşamlarında genellikle alışkanlıklara ve kuşkulara daha az kapılırlar, kendilerini yeterli bulur ve gelecek konusunda iyimserlik duygusu taşırlar. Sever ve sevilirler. Temel güven duygusu olumlu ve sağlıklı gelişmeyen kişilerde ise gelecek yıllarda şizoid ya da depresif türde içe kapanma görülebilir, alkol veya uyuşturucu madde alışkanlığı daha kolay gelişebilir. Bu kişiler daha

şüpheli ve alıngandırlar (Ekşi,1990; Öztürk, 1997). Erikson bu evredeki gereksinmelerin karşılanmaması durumunda çocuğun diğer evrelere geçemeyebileceğini ifade etmiştir (Yavuzer, 1982).

A.Adler'e göre, çocuğun erişkinlerin oluşturduğu bir çevre içinde dünyaya gözlerini açması, kendisini küçük, güçsüz, eksikliklerle dolu ve yetersiz bulmaya iter. Bu güçsüz durumdan çıkıp hedeflerine varma başarısı veya başarısızlığı, özgüven oluşumunu olumlu veya olumsuz etkiler. Anne ve babanın çocuğun bu çabasına destek olmaları çok önemlidir. Bu desteği bulamayan çocuklar veya anne-babanın aşırı koruyucu tutumu özgüveni zedeleyebilir (Akt.Başoğlu,2007).

S.Freud, özgüven kavramı yerine genellikle kendinden nefret etme, kendini mahkum etme gibi güçlü duyguları açıklamıştır .

Sullivan'a göre, birey özgüvenini kaybetmemek için sürekli bir uğraş içerisinde. Özgüveni yitirmek kaygıya dönüşebilen bir huzursuzluğa sebep olabilir. Sullivan'ın özgüven oluşumunu insanlar arası ilişkilere bağlaması, ebeveyn ve kardeşlerin özgüven oluşumundaki rollerini vurgulaması ve özgüvenin gelişmesini sağlayan yöntemlere ağırlık vermesi özgüven konusundaki katkılarıdır (Akt.Başoğlu,2007).

S.Coopersmith, özgüveni kişinin tavır ve davranışlarını belirleyen, kendi hakkındaki değerlemeler olarak tanımlar. Yaptığı araştırmalar sonucunda çocuğun anne ve babası tarafından kabul edilmesinin, çocuğun kendisine tutarlı ve iyi tanımlanmış özgürlük sınırlarının uygulanmasının, çocuğa inisiyatif içerisinde hareket edebilme olanağı sağlanmasının, çocuğun yüksek özgüvenli yetişmesinin üç temel koşulu olduğunu saptamıştır (Akt.Başoğlu 2007).

Rosenberg, özellikle ergenlik dönemindeki kişilerde yüksek özgüvenin oluşmasına neden olan etkenleri araştırmış, yaptığı ölçümlerle sosyal çevrenin ve aile ortamının da önemi vurgulanarak ergenlik döneminin değişik yaşlarının özgüvende oluşturduğu farklılaşmaları belirtmiştir (Akt.Başoğlu 2007).

E.Fromm'a göre, her şeyi sevmenin ön şartı, kişinin kendisini sevmesidir. Kendini sevmek ve özgüven kavramları eş anlamlı olup sevebilme, güvenme, yaratıcılık ve kendini ifade edebilme özellikleri, özgüvenin yansımalarıdır. Bu özellikler kabul edilme, ilgi, ifade özgürlüğü gibi toplumsal olguların bir ürünüdür ve ilk oluşumları aile içi ilişkilere dayanır. Kişinin kendini sevmemesi, özgüvenden yoksun olması, başkalarına karşı güvensiz ve düşmanca bir davranışa sebebiyet verir (Başoğlu 2007).

Mead'e göre bireyin başkalarınca nasıl değerlendirildiğine dair algılarının yanı sıra başkalarının görüşlerini benimsemesi de özgüveni etkiler. Başkalarınca etiketlenmiş kişiler

olumsuz değerlendirmelerin farkında olurlar ve bu olumsuz yaklaşımları kendileri de benimseyerek özgüvenlerinin azalmasına sebep olurlar (Akt. Merey 2010).

Mead (1935), başkalarının düşünce ve davranışlarının benimsenmesiyle ortaya “bilinen benliğin” çıkacağını ve bu nedenle kişinin özgüveninin başkalarının değerlendirmeleriyle şekilleneceğini savunur. Bu görüşe göre, bireyin kendisiyle ilgili olumlu ve olumsuz yargıları, yaşantısı boyunca karşılaştığı olumlu ya da olumsuz geri bildirimlerin yoğunluğu sonucu ortaya çıkmıştır. Mead de ailede var olan kabullenici tutumların çocuklarda özgüveni geliştireceğini, reddedici tutumların ise düşük özgüven oluşumuna sebep olacağı görüşünü desteklemektedir (Akt. Merey 2010).

K.Horney, çaresizlik ve yalnızlık hislerini oluşturan nedenleri araştırır, ”Temel kaygı” (basic anxiety) ismini verdiği bu hislerin mutsuzluğa, kişisel etkinliğin ve verimin azalmasına yol açtığına inanır. Horney’e göre kaygıyı doğuran sebepler; kişinin baskı altında olması, takdir edilmemesi, horlanması, ilgi ve saygı görmemesi gibi bir takım çevresel davranış örüntüleridir. Bu tavırlar ise ebeveyn ile çocuk arasındaki uyumsuz bir ilişkinin simgesidir. Çocuk, çevresindeki dünyayı kendisine düşman gibi hissederse, ”Temel kaygı”nın içine düşer. Horney’e göre bu his, güvenlik hissinden yoksun olmanın bir sonucu niteliğindedir. Güvenlik hissi, özgüven kavramı ile bağlantılıdır (Başoğlu 2007).

W.James, insan davranışının anlaşılabilmesinde özgüven kavramının önemini altını çizerek özgüvenin oluşumundaki etkenlere yönelik genel öneriler ortaya atar. James’e göre eğer kişinin başarıları isteklerine yaklaşıyor ve onları karşılayabiliyorsa sonuç olarak ortaya yüksek özgüven çıkar. Bireyin özgüveni, yapabildiğini iddia ettiği şeylere göre yapabildiklerini kıyaslamasıyla şekillenir (Akt. Bilgin,2001). James, bu yaklaşımını bir denklem olarak da ifade etmektedir (Steffenhagen, Burns,1987).

James , hedefte varılan başarı ile varılmak istenen hedefin uyumu neticesinde özgüvene erişilebileceğini söylemektedir.

James, hedeflenen başarıya ulaşma oranının yüksek veya düşük özgüveni ortaya çıkaracağını ifade etmektedir. Ancak bu noktada başarının salt olarak ele alınması dışında, kişinin beklentilerinin de sonuç karşısında ne derece karşılandığı önemli bir etkidir. Birey bu karşılaştırmada sadece kendini ele aldığı kadar, kendisini toplumdaki diğer insanların başarıları ile de kıyaslar. Beden, soy, şöhret gibi kişilik uzantılarına verilen değerler de özgüven üzerinde olumlu ya da olumsuz bir etki oluşturur. Aynı zamanda kişinin başkaları tarafından kabul edilmesi, özellikle de çocuklar için en önemli noktada olan anne baba



tarafından benimsenme özgüven oluşumuna olumlu katkı da bulunur (Heidbreder,1933 Akt.Merey 2010).

Özgüvenin oluşmasında bireyin önem verdiği alanlardaki becerileri de James'in vurguladığı noktalar arasında gösterilebilir. Buna göre; özgüveni fazla olan kişi sahip olmadığı veya olamadığı beceri ya da özelliği önemsemez ancak buna karşın düşük özgüvenli kişiler eksikliklerini oldukça önemserler. James'e göre düşük özgüveni arttırmak için bireyin başarısız olduğu alanları göz ardı ederek, başarılı olduğu alanlara yönelmesi gerekmektedir (Akt.Merey 2010).

Maslow, insanın temel ihtiyaçlarını sıralamış ve tabandan tepeye doğru bir piramit şekillendirmiştir. İlk önce doyuma ulaştırılması gereken temel ihtiyaçlar sırasıyla;fizyolojik ihtiyaçlar, güven ihtiyacı, sevgi ve ait olma ihtiyacı, değer-saygı ihtiyacı ve kendini gerçekleştirme gibi ihtiyaçlardır. Bu sistem içinde kendini değerlendirme ihtiyaçlarının tatmini bireyin kendine güvenmesini (özgüvenini), kendini değerli güçlü- yeterli ve gerekli bir kişi olarak hissetmesini sağlayacaktır (Arık,1996).

#### **1.4.4. Toplumsal Olayların Özgüven Oluşumuna Etkisi**

Psikolojik anlamda sağlıklı, hasta insanlar, sağlıklı hasta bir kültürün sonuçlarıdır. Sağlıklı insanlar ise ancak sağlıklı bir kültürde yetişebilir. Bununla birlikte, hasta insanların, yaşadığı kültürü daha da bozduğu, sağlıklı insanların ise daha sağlıklı bir kültür yarattığı da su götürmez bir gerçektir (Özdoğan, 2005). Aile bireyleri arasındaki iletişimin iyi olması gencin aile içindeki ilişkilerinden doyum alması, arkadaşlık ilişkilerini de olumlu etkilemektedir (Kasatura, 1998). Anne babaları ile sağlıklı iletişim kurabilen, onlara güven duyan ve sorunları paylaşabilen, tartışabilen gençler, arkadaşlık ilişkileri içinde karşılaştıkları sorunları daha kolay çözüme kavuşturabilmektedirler. Özellikle karşı cinsle olan duygusal ilişkilerinde bir kırıklık yasayan gençler, eğer bunu ailesi ile paylaşabiliyor ve anlaşıldıklarını hissediyorlarsa, ailesi ile anlaşmayan gençlere oranla, bu durumu daha çabuk atlatabilmektedirler. Aile içinde büyük sorunlar yaşanıyor, genç de bu problemleri çevreyi kabul edemiyorsa, arkadaşlık arayışları daha fazla olmaktadır. Ayrıca bu döneme kadar belirli değerleri gelişmemişse, ihtiyaç duyduğu arkadaşların ve grupların standartlarını körü körüne kabul edebilmektedir. Gelecek tercihi, bir meslek ve iş seçimi gibi önemli pek çok karar gencin ilişkide bulunduğu arkadaşlara göre yön değiştirmektedir (Kasatura, 1998).

Başkalarına güven konusu, hayatın birçok evresinde; aile içinde, arkadaşlıklarda ve dostluklarda, tanıdığımız ve tanımadığımız insanlarla olan ilişkilerimizde şaşırtıcı biçimde karşımıza çıkar. Kime nasıl davranılacağı, ne yapılacağı ve kime nasıl güven duyulabileceği

gibi konularda karar verme ve başarılı olma yine özgüvenle ilişkili bir konudur. Özgüveni gelişmiş insanlar pek çok konuda olduğu gibi bu konularda da daha rahat ve başarılıdırlar (Gökmar, 2014). Çocukların kendilerini güvenle ifade edebilmeyi öğrenmeleri için toplumda yerleşmiş bir görüş olan uslu çocuk iyi çocuk düşüncesini değiştirmek gerekmektedir. Özgüven eğitimi konusunda anne babanın görevleri su şekilde sıralanabilir (Kasatura, 1998).

- Çocukların kendilerini ifade etmelerine yardımcı olmak, onları yüreklendirmek
- Kendilerini önemsemek
- Gerektiğinde şikayet edebilmek
- Değişmeye hakları olduğunu bilmek
- Çocuklarına örnek olmak
- Çocuğa ihtiyacı olan desteği vermek
- Yapıcı eleştiriler de bulunmak
- Bakış açılarını genişletmelerine yardımcı olmak
- Hayata hazırlamak
- Bağımsızlaşmalarına yardımcı olmak
- Kötümserlik aşılammamak
- Sorunlarını çözme yollarını öğrenmelerine yardımcı olmak
- Duygularını kontrol etmelerine yardımcı olmak
- Karar verme süreçlerine yardımcı olmak

Çocuğuna eğitimdeki performansı konusunda baskı yapan anne babaların farkında olmadan çocuğun özgüvenini zedeledikleri ve çocuğun daha fazla incinmemek için kaçınma veya telafiye sığınmasına yol açtıkları görülmektedir. Aşırı talepler ortaya koyan ebeveyn çocuğunu güvensizliğe ve tedirginliğe iter ama aşırı korumacı ebeveyn de çocukta aynı zayıflıkların ortaya çıkmasına sebep olur ( Humphreys, 2002).

Çoğu anne baba, çocuğunun gözle görünür bir beceriye sahip olduğu halde, öğrenmek için neden hiçbir çaba harcamadığına bir türlü anlam veremezler. Aslında yüksek özgüvene sahip

olan çocuğun öğrenmeye karşı doğal bir merakı vardır ve kendisine yeni bir mücadele alanı sunulduğu zaman motivasyon gösterir. Bu tip çocuk hem sosyal ortamlarda hem de eğitime yönelik çalışmalarda kendine güvenir. Oysa özgüveni orta düzeyde veya zayıf olan çocuk öğrenme hevesini kaybetmiştir. Öğrenmek için çaba harcamak, geçmişte küçük düşmesine ve reddedilmesine yol açmış olan, başarısızlık ve yanlış yapma riskini göze almak demektir. Anne babanın veya öğretmenin hoşnutsuzluğuna razı olmak, başarısızlığın getireceği utanç hissi ve cezadan daha güvenlidir. Başarının ve başarısızlığın kendisi, çocuğun motivasyonuna ket vuramaz; ancak anne babanın, öğretmenlerin ve diğer önemli yetişkinlerin başarıya veya başarısızlığa verdiği tepkilerin yıkıcı etkileri görülebilir (Humphreys, 2002).

Çocuklarının, kendisine değer veren, kendine yeterli davranabilen, özgüvenli bir birey olarak yetişmesinde, anne babanın davranışlarının önemli bir etkisi vardır. İç saygı, benlik kavramının değerlendirilmesiyle ilgili olarak geliştiğine göre, bu değerlendirmenin ortaya çıkış noktası, anne babanın çocuklarına hissettirdikleri sevgidir. Birçok yetişkin, anne babasının verdiği eğitimi değerlendirirken, hep sevgi faktörünü birinci plana almışlardır. Heyecansal ve davranışsal sorunları olan pek çok genç birey, psikoterapi süreçlerinde çocukken sevilmediklerine inandıklarını, bu yüzden çok mutsuz olduklarını ifade etmişlerdir. Şu sözleri pek çoğumuz işitmişizdir: “Annem babam beni gerçekten sever miydi bilmiyorum. Benim için her türlü fedakarlıkta bulundular ama sanki bir görev duygusuyla yapıyorlardı. Bu kadar fedakarlık yerine, keşke daha çok sevselerdi ya da sevgilerini daha iyi ifade etselerdi. ”Çocuklarını çok sevdikleri halde, şımartmamak veya davranış ve sözle ifade etmeyi gereksiz buldukları için sevgilerini göstermemiş pek çok anne baba, çocuklarının benlik saygılarının gelişimine farkında olmadan da olsa zarar vermişlerdir (Kasatura, 1998). Ailenin çocuk üzerindeki etkileri daha çocuk anne karnındayken başlamaktadır. Ailenin çocuğun doğumuna karşı isteksiz olması ya da annenin bebeğin gelişine duygusal anlamda tepkilerinin yoğunluğu, kızgınlığı, fiziksel ve ruhsal yorgunluğu, umutsuzluğu gibi bilinçli ya da bilinçsiz düzeyde anne adayını etkilemektedir. Gebe annenin sürekli böylesine kızgınlık, öfke, düş kırıklığı, huzursuzluk duyguları ile yüklüyse, aşırı biçimde huzursuz, korkulu ise, bu heyecanlar anne kanı ve hormonlar yolu ile bebeğe sirayet etmektedir. Böylece annenin duyguları ve tepkileri bebeği daha anne karnındayken etkilemeye başlamış olur (Ekşi, 1990).

Çocukların sosyal ve zihinsel açıdan yetkin bireyler olmaları isteniyorsa bir ölçüde anne baba denetimi gereklidir. Unutulmamalıdır ki, toplumsallaştırmanın asıl amacı, dış öğeler tarafından yönetilmek yerine kendi kendine ayakta kalabilmeyi sağlamaktır. Ana-babanın aşırı kısıtlayıcılığı kadar aşırı serbestliği de toplumsal gelişimi engellemektedir (Yavuzer, 2001).

#### **1.4.5. Özgüven Ve Anne Baba Tutumları**

Bireylerde özgüven probleminin ortaya çıkmasının sebeplerinden biri de aşırı koruyucu himayeci davranan ailelerdir. Bazı aileler çocuklarının iyi yetişmesi için onları aşırı korumacı davranış stili ile büyütürler. Çocuklarını sevgi ve şefkate boğan bu aileler çocuklarının hiçbir zorlukla karşılaşmasını istemezler. Dolayısıyla çocuklarına hiçbir sorumluluk vermeden büyütürler. Bu tip ebeveynler çocukları adına düşünür çocukları adına hareket eder ve çocukları adına karar verirler. Çocuğun tüm sorumluluklarının aile tarafından yüklenilmesi çocukta “Ben yapamam” duygu ve düşüncesinin oluşmasına sebep olur. Bu da çocukların özgüvenini azaltan bir duygudur. Çocuk kendisini yetersiz, güvensiz ve başkalarına bağımlı bir yapı içerisinde sokar (Tarhan2013) .Bu davranış modeliyle yetişen bireyler hem iç özgüven de ;yani kendi içerisinde alması gereken kararlarda özgüvenli bir tutum sergileyemez. Hem de topluluk içerisinde kendini ifade edemez ve dış özgüveni olmayan bireyler olarak toplumda yerlerini alırlar.

Bireyin özgüveninin oluşmasında ana rol oynayan etkenlerden bir diğeri ise benlik kavramıdır. Benlik kavramı : bireyin ne olduğunu, ideal benlik; olmayı istediği ben'ini, özsaygısı ise; bireyin ne olduğu ile ne olmak istediği arasındaki farka ilişkin duygularını gösterir (Akagündüz, 2006). Bireyler benlik kavramları doğrultusunda davrandıklarında, kendilerini güvenli ve yeterli hissederler. Davranışları, kendilerini değerlendirmelerinden, kendilerine verdikleri rolden farklı olduğunda ve bireyler istediklerinin dışında davranmaya zorlandıklarında kendilerine olan güvenleri zedelenir (Kulaksızoğlu, 1998).

Kugle (1983)' a göre kişiliği oluşturan kavramlardan biri olan özgüven kişinin kendisini değerlendirmesi ve kendisinden memnun olup olmaması sonucu oluşan öznel bir olgudur. Koşullara, konuma, gelişmelere göre değişebilir. Yüksek-düşük özgüven şeklinde olumlu veya olumsuz olabilir. Kişinin yüksek veya düşük özgüvenli oluşu, kişinin davranış ve hislerini farklı yönlerde etkiler (Akt. Başoğlu 2007).

#### **1.5. Sosyal Fobi**

Sosyal fobi toplumda çok sık gözlemlenebilen, erken yaşlarda başlayıp uzun yıllar devam eden ve kendiliğinden düzelme olasılığı oldukça düşük bir anksiyete bozukluğudur.(Aydın,2004)

Başka bir tanımlamaya göre sosyal fobi;

Kişinin sosyal ortamlarda ya da performans gerektiren durumlar içerisinde başkaları tarafından onaylanmayacağı düşüncesiyle; aşağılanacağı, utanç duyacağı ya da gülünç duruma düşecek biçimde davranacağından korkma durumu olarak ifade edilmiştir (Averill, 1982; Dilbaz, 1997; Köroğlu, 1996; Turan ve ark. 2000). Bu korku duyulan ortamlarda bireyler de yüzde kızarma, çarpıntı, terleme ve titreme gibi fizyolojik belirtiler oluşabilmektedir (Dilbaz, 1997; Köroğlu, 1996; Turan ve ark. 2000). Kişi bu belirtilerin anlaşılacağı endişesiyle korktukları etkinliklerden kaçınmakta ve yaşamlarını sınırlamaktadır (Stein ve ark. 1994).

Sosyal Fobi, konuşurken, piyano çalarken veya yazı yazarken başkaları tarafından gözlenme korkusu duyan hastaları tanımlamak için ilk kez 1903'de Janet (phobias des situations sociales) tarafından kullanılmıştır (Dilbaz, 1997).

Sosyal fobi, 1966'da Marks ve Gelder tarafından tanımlanmasına karşın ilk kez APA (1980) tarafından yayımlanan Mental bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabının (DSM-III) 3. Baskısında yer almıştır. Klinik betimsel ve davranış tedavisi incelemelerindeki uzun deneyiminden sonra 1969 yılında Marks, fobileri; agorafobi, sosyal fobi, hayvan fobileri ve değişik özgül fobiler olarak dörde ayırmıştır. Marks'a göre bu dört fobi alt tipi birbirinden yalnızca klinik bakımdan değil, başlangıç yaşı, seyri, epidemiyolojik özellikler açısından oldukça farklıdır. Böylece sosyal fobi Marks'ın etkisiyle ayrı bir rahatsızlık olarak ele alınmaya başlanmıştır. Marks'ın özünü başkaları tarafından gülünç görünme korkusunun oluşturduğu, başka insanların varlığında yeme, içme, ses titremesi, yüz kızarması, konuşma, yazı yazma veya kusmadan korkma şeklindeki sosyal fobi tanımına DSMIII, DSM-III-R'de geniş oranda yer verilmiştir. Günümüzde ise sosyal fobi DSM-IV DSM V ve ICD gibi ana sınıflandırma sistemleri içinde anksiyete bozuklukları arasında ele alınmaktadır (Dilbaz, 1997).

Sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) veya sosyal fobi 1980'de DSM-III ile psikiyatrik tanı sınıflamasına dahil olmuştur. Liebowitz ve arkadaşlarının 1985'de "ihmal edilmiş anksiyete bozukluğu" başlıklı yayını ile psikiyatri biliminde bu konuda çalışmalar büyük bir ivme kazanmıştır ( Liebowitz,1985 akt. Gültekin 2008).

Sosyal fobi 1970'de Isaac Marks'ın basit fobi, agorafobi ve sosyal fobileri ayrı belirti kümeleriyle farklılaştırması sonucu daha da belirgin hale gelmiştir.

Marks bu ayrımında sosyal fobiyi "sadece insanlar arası etkileşim durumlarıyla sınırlı ve diğer kişiler karşısında küçük düşme temeline dayanan yoğun korkular" şeklinde ifade etmiştir.

Amerikan Psikiyatri Birliği 1994'te sosyal fobiyi "utanç duyma ve küçük düşme ihtimali taşıyan toplumsal veya toplumsal performans durumlarında belirgin ve sürekli korku yaşama" ifadesiyle tanımlamıştır. Bu tanım halen güncelliğini yitirmemiştir.

Sosyal fobi; toplum içinde hata yapma, bu nedenle küçük düşme, aşağılanma ve reddedilme korkularının fobik belirtilerin temelini oluşturmasıyla panik bozukluk ve agorafobiden ayrılmaktadır.

Birey korku geliştirmiş olduğu durumlarla karşılaşmaktan ya da eylemi gerçekleştirmekten çoğunlukla uzak durmaktadır. Bu sebeplere bağlı olarak da bireyin iş ve toplumsal yaşayış biçimi olumsuz etkilenmektedir.

Sosyal fobisi olan hastalarda semptom oluşturan ortam ve aktiviteler genellikle şunlardır;

Başkalarının önünde yemek yeme ,konuşma, yemek yeme ya da yazı yazma genel tuvaletleri kullanma, toplantılara katılma ya da biriyle tanıştırılma, telefonla konuşma otorite biri ile birlikte olma, alışveriş yapmak ,sırada beklemek. Bu hastalar ayrıca toplumsal ortamlarda yaşadıkları anksiyeteyi diğer insanların anlayacağından ve gülünç duruma düşeceğinden aşırı düzeyde korkmaktadırlar (Aslan ve Alparıslan 1997).

Üst kısımda belirtilen Sosyal fobik bireylerin semptomlarından toplum önünde konuşma korkusu en sık görülenidir. Bu hastalar böyle bir durumla karşılaştıklarında yoğun anksiyete yaşarlar ve düşüncelerini ifade etmekte zorlanırlar. Bu zorlanmanın sonucunda utanç duyguları ve aşağılanma hissederler. Bazıları ise kızaracakları veya insanların fark edeceği bir şekilde ellerinin titreyeceği ve bunun sonucunda ise yine utanacaklarından korkarlar. Bir kısım sosyal fobikler ise aşırı terlemenin neticesinde elbiseleri ıslanacağından dolayı huzursuzluk yaşarlar. Bu belirtilerden biri karşısındaki kişilerden herhangi biri tarafından farkedilse dahi anksiyeteleri işlevselliklerini bozacak biçimde yoğunlaşır (Arıcıoğulları, 2001).Bu kişiler çevrelerinde herhangi biri olmadığında sıkıntı duymadıkları için anksiyete belirtileri sosyal aktivitelerle direkt olarak ortaya çıkar (Aslan ve Alparıslan 1997).

### **1.5.1. Sosyal Fobisi Olan (Sosyal Fobik ) Kişilerin Özellikleri**

-Genellikle utangaç ve içedönüktürler, dışa dönük ve sosyal değildirler.

-Normal göz temasından kaçınır ve az konuşmayı tercih ederler.

- Kendilerinin fikrini almak için bir şey sorulmadıkça çok konuşmazlar.
- Dikkatin üzerlerinde olmasından pek hoşlanmazlar.
- Grup içinde çok az konuşurlar, kendilerine yöneltilen iltifatları da çok sessizce geçirirler.
- Sıklıkla hastalandıklarını söylerler ve sık sık ortadan kaybolurlar.
- Patron veya amirleriyle konuşurken belirgin biçimde kaygılı görünürler.(Özdemir 2004)

Sosyal fobisi olan kişilerde, sosyal fobinin kendi ifadelerine göre belirtileri;

#### **1.5.1.1. Fizyolojik belirtiler(Bedende ortaya çıkan)**

- Yüz kızarması
- Terleme
- Kalp çarpıntısı
- Nefes kesilmesi
- Nefes darlığı
- Titreme

#### **1.5.1.2. Bilişsel Belirtiler(Sosyal ortamda nasıl olmanız gerektiği ve kendisi ile ilgili düşünceler)**

- Güçsüzüm
- Yetersizim
- Çirkinim
- Beğenilmiyorum
- Sevilmeye layık değilim
- Mükemmel olmalıyım
- Asla hata yapmamalıyım.
- Kaygılı olduğumu belli etmemeliyim.

- Çok rahat davranmalıyım.
- Kusursuz görünmeliyim.
- Kimseyi gücendirmemeliyim.
- Herkesin beğenisini kazandırmalıyım.
- Davranışsal Belirtiler (Kaçınma yöntemleri)
- Korkulan ortama girmeme
- Göz temasından kaçınma
- İlgisiz şeyler düşünme
- Hayallere dalma
- Konuyu değiştirme
- Alkol kullanma(Özdemir 2004)

## **1.5.2. Sosyal Fobinin Kuramsal Açıklamaları**

### **1.5.2.1. Bilişsel Kuram**

Bilişsel kuram temelli bakış açısına göre insanların çevrelerinden gelen bilgiyi yorumlama şekli önemlidir. Bazı insanlar pek çok olayı olumsuz bir biçimde yorumlayarak kendilerini kaygılandırmakta ve çevresel uyarıcılarla tetiklenen olumsuz düşünce ve imgeler sürekli bir tehdit ve güvensizlik yaşatmaktadır (Oltmanns ve ark. 2003).

Panik atakları sırasında ölmekten, kontrolünü yitirmekten ve çıldırmaktan korkma gibi bir takım bilişsel semptomların olması hastalığın ortaya çıkmasında bilişsel etkenlerin rolü olabileceği kuramlarının ortaya atılmasına sebebiyet vermiştir (Kaplan ve Sadock, 2004; Michael ve ark. 2003).

Panik bozukluğun etkili bilişsel kuramlarından biri Clark (1986) tarafından ortaya atılan panik bozukluğun, bedensel duyuların hatalı yorumlanmasıyla ortaya çıktığı bulgusudur. Bu model, panik nöbetleri sırasında ortaya çıkan baş dönmesi, çarpıntı, nefes alma güçlüğü gibi bazı fiziksel duyuların, felaketleştirici şekilde yorumlanmasından kaynaklandığını varsaymaktadır. Çarpıntılar genellikle kalp krizi, soluk alıp verme güçlüğü ölüm habercisi olarak yorumlanarak gerçekte olduğundan daha tehlikeli algılanmaktadır. Bu



katastrofik inançlar anksiyete artışına ve dolayısıyla daha fazla bedensel duyuma sebep olmaktadır. Oluşan bu kısır döngüyle yeni panik ataklar ortaya çıkmakta ve çoğu zaman kaçınma davranışıyla sonuçlanmaktadır (Ceylan ve Yazgan, 2000; Clark, 1986; Fyer ve ark. 1995; Güleç ve Köroğlu, 1997; Kaplan ve Sadock, 1998 Akt.Kavak 2009).

Bilişsel modele göre, duyular her seferinde anksiyete nedeniyle ortaya çıkmamaktadır. Bazen heyecan yaşandığında ya da kahve içildiğinde de kişi fizyolojik uyarılmasını yanlış yorumlayarak tehlike sinyali olarak algılayabilir ve panik nöbeti yaşayabilir (Çetin, 1995; Oltmanns ve ark. 2003; Tükel, 1997). Kişi bedensel duyularını, özellikle panik atağı belirtileri ile uyumlu olanları daha çabuk algılar. Panik ataklarının yineleyici doğası nedeniyle ve bazı bilişsel süreçlerin devreye girmesiyle, hastalar tehlikeli olarak nitelendikleri durumlardan kaçınarak; panik atağı ve beklenti anksiyetelerini azaltmayı öğrenebilirler (Kaplan ve Sadock, 2004 Akt.Kavak 2009).

### **1.5.2.2. Psikoanalitik Kuram**

Psikanalitik kuram, kronik kaygıyı, ego ile id dürtüleri arasındaki bilinçdışı çatışmaya atfeder. Bu dürtülerin genellikle doğaları gereği cinsel ya da saldırgan dürtüler olduğu ve erken çocukluk döneminde oluştuğu ifade edilir (Davison ve Neale, 2004; Oltmanns ve ark. 2003 akt. Kavak 2009). Cinsel ve saldırgan dürtüler kendilerini ifade etmeye çalıştıkları sırada ego bilinçdışı olarak cezalandırılmaktan korktuğu için buna izin vermez (Davison ve Neale, 2004). Alt benlikten kaynaklanan dürtülerle üst benlik yasaklarının çatışması sonucu oluşan duygu, benliğin ego bastırma olarak bilinen savunma mekanizmasıyla giderilmeye çalışılmaktadır. Öfke ve saldırganlık gibi kabul görmeyen duygular bastırılmaktadır. Ancak kişi bu duyguları bastıramazsa kontrolünü kaybedeceği ve benliğinin parçalanacağı duygusu yaşamaktadır.

Bu noktada ise devreye giren anksiyete ve panik atakları yardımıyla kabul görmeyen duygular bilinçdışından çıkmaması için bastırılmaktadır (Aysev ve Taner, 2007; Oltmanns ve ark. 2003 akt Kavak 2009).

Psikanalitik kuramlar, panik nöbetlerin anksiyete uyarıcı dürtülere karşı başarısız bir savunmadan kaynaklandığını ileri sürer. Agorafobinin ortaya çıkmasında çocuklukta ebeveyn kaybı ve ayrılma anksiyetesi öyküsü önemlidir. Toplum içinde yalnız kalmak, terkedilme ile ilgili çocukluk anksiyetesini tekrar canlandırır ve kişi bastırma, yer değiştirme, kaçınma ve sembolizasyon gibi savunma mekanizmalarını kullanır. Çocukluk döneminde yaşanan örseleyici bir ayrılma çocuğun geliştirmekte olan sinir sistemini etkileyebilir ve erişkinlikte anksiyeteye eğilimli hale getirebilir. Belirli çevresel stresörlerle hazırlayıcı nörofizyolojik

zeminin etkileşimi sonucunda panik nöbet ortaya çıkabilir (Kaplan ve Sadock, 2004 akt. Kavak 2009).

Sosyal fobi tanısı için Avrupalı bilim adamları daha çok ICD (Dünya Sağlık Örgütünün Uluslararası sınıflandırması) sistemini, Amerikalılar ise DSM (Psikiyatrik Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı) sistemini tercih etmektedirler.

### 1.5.3. Sosyal Kaygı (Sosyal Fobi) İçin ICD-10 Ölçütleri

Bu kriterlerden bazıları şöyle sıralanmıştır:

**1-**Sosyal kaygıda başkaları tarafından inceleme altında bulundurulma korkusu hakimdir. Bu korku büyük kalabalıklardan çok küçük gruplar içerisinde ortaya çıkar.

**2-**Bu korku özel durumlarda görülebileceği gibi (kalabalık bir yerde yemek yeme, toplulukta konuşmak ve karşı cinsle ilişkide bulunmak v.s.). korku tepkisi, genelleşmiş olarak da (aile dışında hemen her sosyal ortamda) yaşanabilir.

**3-**Sosyal kaygı genellikle benlik saygısının düşüklüğü ve eleştirilme korkusu ile ilişkilidir.

**4-**Duyulan kaygı belirgin sosyal durumlarda ortaya çıkmalı ya da belirginleşmelidir.

**5-**Korkuya neden olan durumlardan mümkün olan her koşulda kaçınılmalıdır (WHO, 1993).

### 1.5.4. DSM V'e Göre Sosyal Fobi Tanı Ölçütleri

**A.**Kişinin, başkalarınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekleri arasında toplumsal etkileşimler(örn.karşılıklı konuşma, tanıdık insanlarla karşılaşma) ,gözlenme (örn. yemek yerken ya da içerken)ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme(örn. bir konuşma yapma) vardır.

**Not:**Çocuklarda kaygı yaşlılarının olduğu ortamlarda ortaya çıkmalı ve yalnızca erişkinlerle olan etkileşimler sırasında ortaya çıkmamalıdır.

**B.**Kişi, olumsuz olarak değerlendirilecek bir biçimde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkar(küçük düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde ;başkalarınca dışlanacağı ya da başkalarının kırılmasına yol açacak bir biçimde).

C.Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman ,korku ya da kaygı doğurur.

**Not:**Çocuklarda,korku ya da kaygı,ağlama, bağırıp çağırarak tepinme, donakalma, sıkıca sarılma, sinme ya da toplumsal durumlarda konuşamama ile kendini gösterebilir.

D.Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınılır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanılır.

E.Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal ortamda çekinilecek duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.

F.Korku,kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur altı ay ya da daha fazla sürer.

G.Korku kaygı ya da kaçınma klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili alanlarda ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

H.Korku,kaygı ya da kaçınma, bir maddenin (örn.kötüye kullanabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

I.Korku,kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

J.Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa(örn. Parkinson hastalığı, şişmanlık, yanık ya da yaralanmadan kaynaklanan biçimsel bozukluk),korku kaygı ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir.

Varsa belirtiniz:

**Yalnızca bir eylemi gerçekleştirme sırasında:** Duyulan korku, toplum önünde konuşma ya da başka bir eylemi gerçekleştirme ile sınırlı ise.

### **1.5.5. Anne Baba Tutumları ve Sosyal Fobi**

Anne-baba tutum ve davranışlarının çocuk ve gençlerin psikososyal ve duygusal gelişimi üzerinde kalıcı etkiler bıraktığı, özellikle kimlik ya da benlik gelişiminde ve sosyal ilişkilerin şekillenmesinde önemli rol oynadığı bilinmektedir.

Sosyal fobinin bilişsel-davranışçı modelinde de belirtildiği gibi, sosyal fobinin temeli sosyal durumlara ilişkin getirilen olumsuz beklentiler oluşturmakta olup bunlar tipik olarak olumsuz performans korkuları, başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği düşünceleri ve

kontrol edilemeyen anksiyete durumları olarak ifade edilmektedir. Sosyal fobiklerin, sosyal ortam içerisinde sosyal yeteneklerini düşük olarak algılamaları ve başkalarının kendilerinden yüksek beklenti içinde olduklarını düşünmeleri de benlik saygılarının olumsuz yönde etkilendiğini düşündürmektedir.(İzdiç 2001 Akt. Aydın T. 2009 )Bu olumsuz benlik anlayışı, diğer taraftan, bireyin sosyal ilişkilerini daha da olumsuz yönde etkileyerek onun daha sıklıkla sosyal anksiyete ve sosyal kaçınma davranışı getirmesine ve böylelikle sosyal fobi sorununun derinleşmesine etken olabilmektedir. Demek ki, olumsuz ya da yetersiz anne-baba çocuk yetiştirme tutum ve davranışlarının, kişide düşük benlik sisteminin (kendilik imajı, kendilik değeri ve kendilik saygısı) oluşumunda ve dolayısıyla sosyal ilişkilerinin kısıtlanmasında etkisinin olduğu göz ardı edilemeyeceği gibi, bu durumun ileride sosyal fobinin oluşup yerleşmesinde de etken bir rol oynayabileceği göz ardı edilmemelidir (Aydın,2004).

#### **1.6. Araştırmanın Amacı**

Bu çalışmada, bireylerin anne baba tutumlarının özgüven ve sosyal fobi ile olan ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

Anne babalar çocuklarını yetiştirirken bir takım farklı tutumlar içerisine girebilmektedirler. Bu bağlamda araştırma sorularımız şu şekilde oluşturulmuştur.

1. Demokratik tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde demokratik tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır?
2. Koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde koruyucu tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır?
3. Otoriter tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde otoriter tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır?
4. Demokratik tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde demokratik tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır?
5. Koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde koruyucu tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır?
6. Otoriter tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde otoriter tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır?
7. Anne baba tutumları ,özgüven ve sosyal fobi değişkenleri ile demografik değişkenler arasında ilişki var mıdır ?

## 1.7. Araştırmanın Önemi

Anne baba tutumları çocukların, çocukluk çağı davranışlarını etkilediği gibi bununla birlikte çocukların gelecek yaşantılarında ki davranışlarında da büyük bir öneme sahiptir. Buna göre yapılan çalışmalar da anne baba tutumları önemli bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne baba tutumları ile ilgili çok çeşitli araştırmalar yapılmış olmasına rağmen nüfus sayısının artmış olması ve bu sorunla ilgili problemlerin sürekli artıyor olması böyle bir araştırmanın yapılmasına önemli bir sebep teşkil etmektedir. Anne Baba tutumlarını tek başına ele almak yerine özgüven ve sosyal fobi değişkeni ile birlikte ele almak günümüzde yetişen çocukların daha özgüvenli ve sosyal kaygı düzeylerinin en aza indirilmiş ve sosyal bireyler ortaya çıkması için geliştirilmiştir.



## 2. ARAŞTIRMANIN YÖNTEMİ

### 2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli ,ele alınan değişkenler açısından iliŐkisel modele uygun bir Şekilde oluşturulmuştur..

### 2.2. Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini, çalışan bireyler oluşturmaktadır. ÇalıŐanları, kapsayan örneklem grubunda Denizli ili içerisindeki bazı sağlık, özel sektör alanlarında çalıŐanlar bulunmaktadır. Çalışmaya toplam 275 kişi katılmıŐtır.

Araştırmaya katılımın tamamen gönüllülük esasına dayandığı tüm katılımcılara açıklanmıştır.

## 2.2.1. Katılımcılar

### 2.2.1.1. Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

**Tablo 2. Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı**

Tablolar	Gruplar	Frekans (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	108	39,3
	Kadın	167	60,7
	Toplam	275	100,0
Yaş Grubu	18-23	68	24,7
	24-29	39	14,2
	30-35	56	20,4
	36-41	50	18,2
	42 Ve üstü	62	22,5
	Toplam	275	100,0
Medeni Durumu	Bekar	115	41,8
	Evli	160	58,2
	Toplam	275	100,0
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	28	10,2
	Lise	73	26,5
	Önlisans	45	16,4
	Lisans Ve üstü	129	46,9
	Toplam	275	100,0
Babasının Öğrenim Düzeyi	İlköğretim	165	60,0
	Lise	60	21,8
	Önlisans	15	5,5
	Lisans Ve üstü	35	12,7
	Toplam	275	100,0
Annesinin Öğrenim Düzeyi	İlköğretim	198	72,0
	Lise	48	17,5
	Lisans Ve üstü	29	10,5

	Toplam	275	100,0
Ebeveyn Medeni Hali	Boşanmış	15	5,5
	Birlikte	208	75,6
	Vefat	52	18,9
	Toplam	275	100,0

Katılımcılar cinsiyet değişkenine göre 108'i (%39,3) erkek, 167'si (%60,7) kadın olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar yaş grubu değişkenine göre 68'i (%24,7) 18-23, 39'u (%14,2) 24-29, 56'sı (%20,4) 30-35, 50'si (%18,2) 36-41, 62'si (%22,5) 42 ve üstü olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar medeni durumu değişkenine göre 115'i (%41,8) bekar, 160'ı (%58,2) evli olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar eğitim düzeyi değişkenine göre 28'i (%10,2) ilköğretim, 73'ü (%26,5) lise, 45'i (%16,4) önlisans, 129'u (%46,9) lisans ve üstü olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre 165'i (%60,0) ilköğretim, 60'ı (%21,8) lise, 15'i (%5,5) önlisans, 35'i (%12,7) lisans ve üstü olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre 198'i (%72,0) ilköğretim, 48'i (%17,5) lise, 29'u (%10,5) lisans ve üstü olarak dağılmaktadır.

Katılımcılar ebeveyn medeni hali değişkenine göre 15'i (%5,5) boşanmış, 208'i (%75,6) birlikte, 52'si (%18,9) vefat olarak dağılmaktadır.

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Veriler, sosyo demografik özellikleri belirlemek için hazırlanan bilgi toplama formu ve buna ek olarak anne baba tutumları ölçeği, özgüven ölçeği, Liebowitz sosyal kaygı ölçeği kullanılarak toplanmıştır.



Anne baba tutumu ölçeğinin genel güvenilirliği  $\alpha=0,853$ ; Özgüven ölçeğinin genel güvenilirliği  $\alpha=0,934$  ve sosyal fobi ölçeğinin genel güvenilirliği  $\alpha=0,940$  olarak yüksek derecede bulunmuştur.

Cronbach's Alpha Katsayısının değerlendirilmesinde kullanılan değerlendirme kriteri (Özdamar, 2004);

$0,00 \leq \alpha < 0,40$  ise ölçek güvenilir değildir.

$0,40 \leq \alpha < 0,60$  ise ölçek düşük güvenilirliktedir.

$0,60 \leq \alpha < 0,80$  ise ölçek oldukça güvenilirirdir.

$0,80 \leq \alpha < 1,00$  ise ölçek yüksek derecede güvenilir bir ölçektir.

### **2.3.1. Bilgi Toplama Formu**

Araştırmacı tarafından hazırlanan bilgi toplama formu katılımcılar hakkında sosyo-demografik bilgiler elde etmek için kullanılmıştır. Bu formda yaş, cinsiyet, medeni durumu, eğitim düzeyi, baba öğrenim düzeyi, anne öğrenim düzeyi ve ebeveyn medeni halini öğrenmeyi amaçlayan toplamda 7 adet soru bulunmaktadır.

### **2.3.2. Anne Baba Tutumları Ölçeği**

Araştırmada; ergenler ve yetişkinler için anne babalarının tutumlarını ölçmek amacıyla Kuzgun ve Eldeleklioğlu (2005) tarafından geliştirilen “Anne Baba Tutumları Ölçeği” kullanılmıştır.

Anne Baba Tutumları Ölçeği üç alt ölçekten oluşturulmuştur. Demokratik tutumları ölçen 15 madde, Koruyucu-İstekçi tutumları ölçen 15 madde ve Otoriter tutumları ölçen 10 maddeden olmak üzere toplam 40 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, “Hiç uygun değil”, “Pek uygun değil”, “Biraz uygun”, “Çok uygun”, “Tamamen uygun” ifadelerine göre işaretlenmektedir. Ölçekte cevaplayıcılardan, her bir ifadenin kendisi için ne derece doğru olduğunu ve ifadeyi, kendilerini en yakın olan ebeveynini düşünerek yanıtlaması istenmektedir. Bu şekilde yanıtlanan maddeler “Hiç uygun değil” karşılığı 1, “Pek uygun değil” karşılığı 2, “Biraz uygun” karşılığı 3, “Çok uygun” karşılığı 4, “Tamamen uygun” karşılığı 5 olarak değerlendirilmiştir.

Ana baba tutumları ölçeğinin güvenilirliğini belirlemek için, önce ölçeği oluşturan alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları (Cronbach Alpa) hesaplanmıştır. Sonra ölçeğin kararlı bir ölçme yapıp yapmadığı testin tekrarı yöntemi ile belirlenmiştir. Ana Baba Tutumları Ölçeği'ne ilişkin iç tutarlılık ve kararlılık katsayıları; Demokratik Tutum için İç Tutarlılık Katsayısı 0,89, Kararlılık Katsayısı 0,92. ; Koruyucu/İstekçi Tutum için İç Tutarlılık Katsayısı 0,82, Kararlılık Katsayısı 0,75. ; Otoriter Tutum için İç Tutarlılık Katsayısı 0,78, Kararlılık Katsayısı 0,79 olarak belirlenmiştir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 2005).

### *Verilerin Toplanması ve Analizi*

Araştırmada veri toplamak amacıyla toplam 400 lise öğrencisine Kişisel Bilgi Formu, Mükemmeliyetçilik Ölçeği ve Anne Baba Tutumları Ölçeği uygulanmıştır. Veriler SPSS 10.0 programında analiz edilmiştir. Tüm analizlerde önemlilik düzeyi .05 olarak alınmıştır.

Lise öğrencilerinin Mükemmeliyetçilik alt boyutları ve Anne Baba Tutum Ölçeği puan ortalamalarının cinsiyet, sınıf, anne ve babanın eğitim düzeyi ve ailenin geliri değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Farklılaşmanın kaynağını belirlemek amacıyla Tukey yönteminden yararlanılmıştır. En son lise öğrencilerinin mükemmeliyetçilik alt boyutları ile Anne Baba Tutumları puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon uygulanmıştır.

### **2.3.3. Özgüven Ölçeği**

Katılımcıların öz-güven düzeylerini değerlendirmek amacıyla Öz-güven Ölçeği (Ek 2) kullanılmıştır. Bu ölçme aracı bireylerin öz-güven düzeyini ölçmek için Akın (2007) tarafından geliştirilmiştir. Öz-güven Ölçeği 1 ve 5 arasında likert tipi ölçüm vermektedir. Akın'ın da belirttiği gibi:

“Ölçek maddeleri puanlanırken 1 „Hiçbir zaman“ ve 5 „Her zaman“ anlamına gelmektedir. Yapılan faktör analizi sonucunda toplam varyansın %43.6'sını açıklayan ve iç öz-güven ile dış öz-güven şeklinde iki faktör altında toplanan 33 madde elde edilmiştir. Ölçeğin faktör yükleri .31 ile .75 arasında sıralanmaktadır. Ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulanması amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizinde uyum indeksi değerleri RMSEA=.044, NFI=.90, CFI=.96, IFI=.96, RFI=.89, GFI=.94, AGFI=.91 ve SRMR=.058 olarak bulunmuştur. Uyum geçerliği çalışmasında Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ile

geliştirilen ölçek arasındaki korelasyonun .87 olduğu belirlenmiştir. Öz-güven Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayıları ölçeğin bütünü için .83, iç öz-güven ve dış öz-güven alt ölçekleri için sırasıyla, .83 ve .85 olarak bulunmuştur. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayıları ise ölçeğin bütünü için .94, iç öz-güven alt ölçeği için .97 ve dış öz-güven için .87 olarak bulunmuştur. Ölçeğin madde-toplam korelasyonlarının .30 ile .72 arasında değiştiği görülmüştür." Ölçekten elde edilen toplam puanlar arttıkça öz-güven düzeyi artmaktadır.

### *Ölçek formunun oluşturulması*

Akın'ın da belirttiği gibi öz-güven ölçeği'nin maddelerini hazırlamadan önce kapsamlı bir literatür incelemesi yapılarak, öz-güven kavramıyla ilgili bilgiler analiz edilmiş ve ölçeğin kuramsal temeli oluşturulmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda araştırmada kuramsal çerçeve olarak Bandura'nın öz-yeterlik teorisi temel alınmıştır. Literatür taramasının yanı sıra benzer ölçeklerdeki maddeler de incelenerek, öz-güven yapısını ölçeceği düşünülen bilgiler ölçek maddesi olabilecek şekilde düzenlenmiştir. Bu aşamada maddelerin bazılarında en net bilgi verenler ölçekte kullanılmış, daha belirsiz olanlar ise elenmiş, sonuç olarak 56 maddelik bir bütüne ulaşılmıştır.

Bu 56 madde biçim, anlaşılabilirlik ve öz-güven göstergesi olup olmadığı açısından 3'ü rehberlik ve psikolojik danışma, 1'i ölçme ve değerlendirme alanında uzman olan dört öğretim üyesine inceletilmiştir. Deneme formu için Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören 87 üniversite öğrencisine pilot bir uygulama yapılarak öğrencilerden açık ve anlaşılır olmayan maddeleri seçmeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda öğrencilerin %25 ve daha fazlasının işaretlediği 8 madde ile uzmanların öz-güveni yeterince ölçemeyeceğini düşündüğü 4 madde ölçekten çıkarılmıştır. Kalan 44 madde beş basamaklı Likert ("1" Hiç bir zaman, "2" Ara sıra, "3" Sık sık, "4" Genellikle, "5" Her zaman) bir dereceleme ölçeği şeklinde yazılmış ve bu maddeler üzerinde geçerlik ve güvenilirlik analizleri yapılmıştır. (Akın, A. 2007. Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176)

### *Madde Analizi*

Araştırmalar sonucu Akın'ın belirttiği gibi ortaya çıkan sonuç Şudur: 28 “Öz-güven Ölçeği için yapılan faktör analizi sonucunda toplam varyansın % 43.6"sını açıklayan ve i öz-güven ile dış öz-güven Şeklinde iki faktör altında toplanan 33 madde elde edilmiştir. Ölçeğin faktör yükleri .31 ile .75 arasında sıralanmaktadır. Ölçeğin iki faktörlü yapısının doğrulanması amacıyla yapılan doğrulamalı faktör analizinde Ki-kare değerinin ( $\chi^2=700.41$ ,  $sd=488$ ,  $p=0.00$ ) anlamlı olduğu görölmüştür.”

### *Yapı Geçerliği ve Güvenirlik*

Öz-güven ölçeği'nin deneme formu için Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakóltesi'nde öğrenim gören 87 üniversite öğrencisine pilot bir uygulama yapılarak öğrencilerden açık ve anlaşılır olmayan maddeleri Őemeleri istenmiştir. Bu uygulama sonucunda öğrencilerin %25 ve daha fazlasının işaretlediği 8 madde ile uzmanların öz-güveni yeterince ölçemeyeceğini düşündüğu 4 madde ölçekten çıkarılmıştır. Kalan 44 madde beş basamaklı Likert (“1” Hiç bir zaman, “2” Ara sıra, “3” Sık sık, “4” Genellikle, “5” Her zaman) bir dereceleme ölçeği Şeklinde yazılmış ve bu maddeler üzerinde geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. (Akın, A. 2007. Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 7(2), 167-176).

Öz-güven Ölçeği'nin geçerlik çalışmaları olarak yapı ve uyum geçerliği incelenmiştir. Yapı geçerliği için ölçeğin faktör yapısını ve alt ölçeklerini belirlemek amacıyla açımlayıcı ve doğrulamalı faktör analizleri yapılmıştır. Açımlayıcı faktör analizi (AFA) bir ölçekteki maddelerin birbirini dışta tutan, daha az sayıda faktöre ayrılıp ayrılmadığını ortaya çıkarmak için yapılmaktadır. İsim verme çalışması aynı anlamı içeren faktör grubunda yer alan maddeler üzerinde uygulanır. Faktör analizi bir aracın tek boyutlu olup olmadığını test etmek amacıyla da kullanılmaktadır (Balcı, 2000). Faktör yüklerinin yüksek olması, değişkenin söz konusu faktör altında yer alabileceğinin bir göstergesi olarak görülür. Açıklanan varyans oranının %30'un üzerinde olması, davranış bilimlerinde yapılan test geliştirme çalışmalarında yeterli görölmektedir (Büyüköztürk, 2004). Doğrulamalı faktör analizi (DFA) ise kuramsal bir temele dayanarak çeşitli değişkenlerden oluşturulan faktörlerin gerçek verilerle ne derece uyum gösterdiğini değerlendirmeye yönelik bir analizdir. DFA'da sınanan modelin yeterliğinin belirlenmesi için çok sayıda uyum indeksi kullanılmaktadır (Büyüköztürk ve diğerleri, 2004).

Bu çalışmada yapılan DFA çoklu uyum indeksleri kullanılmış ve Ki-kare uyum testi (Chi-Square Goodness), İyilik Uyum İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI), Normleştirilmiş Uyum İndeksi (Normed Fit Index, NFI), Görelî Uyum İndeksi (Relative Fit Index, RFI), Fazlalık Uyum İndeksi (Incremental Fit Index, IFI), Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Residuals, RMR) ve Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA) uyum indeksleri incelenmiştir. Bu uyum indekslerinde genelde olduğu gibi GFI, CFI, NFI, RFI ve IFI  $>.90$ , RMSEA ve RMR  $<.05$  ölçüt olarak alınmıştır (Hu & Bentler, 1999). Ayrıca Ahmet Akın'ın belirttiği gibi:

“Ölçeğin uyum geçerlik incelemek amacıyla Coopersmith tarafından geliştirilen ve Piskin (1997) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kısa formu ile bu çalışmada geliştirilen ölçek katılımcılara eş zamanlı olarak uygulanmıştır. İki uygulamadan elde edilen veriler arasındaki korelasyon ölçeğin uyum geçerliği puanı olarak belirlenmiştir. Güvenirlik çalışmaları olarak iç tutarlılık ve test-tekrar test güvenirlik katsayıları, madde analizi için ise düzeltilmiş madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. Test-tekrar test güvenirlik çalışması, Hendek Kız Meslek Lisesi'nin 1., 2. ve 3. sınıflarında öğrenim gören 186 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik analizleri için SPSS 11.5 ve LISREL 8.54 programları kullanılmıştır.”

Öncelikle 44 madde için döngüsüz (unrotated) metod kullanılarak maksimum faktör sayısı incelenmiş ve maddelerin 11 faktörde toplandığı belirlenmiştir. Ancak ölçek geliştirme sürecinde iki faktörlü bir yapı elde etmek amaçlandığı için, temel bileşenler tekniği ile oblik döndürme faktör çözümlemesi sonuçları iki faktörlülükle sınırlandırılmıştır. Bu döndürmenin kullanılmasının nedeni ölçeğin iki faktörü arasında ilişki olmasıdır (Tabachnick & Fidell, 1996). Bu işlem sonucunda faktör yükleri  $.30$ 'un altında olan 11 madde ölçekten çıkarılmış ve toplam varyansın % 43.6'sını açıklayan 2 faktörlü bir yapı ortaya çıkmıştır. Yapılan analizler sonucunda elde edilen 33 maddenin faktör yükleri Tablo 2'de verilmiştir. (Akın, A. 2007. Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176)

## **Tablo 2. Özgüven Ölçeği Faktör Yükleri**

<b>Madde no</b>	<b>İç Özgüven</b>	<b>Dış Özgüven</b>
-----------------	-------------------	--------------------

4	.74	
25	.64	
32	.62	
17	.57	
10	.55	
30	.54	
12	.51	
3	.49	
19	.45	
5	.45	
21	.44	
27	.41	
9	.41	
23	.40	
1	.37	
7	.34	
15	.31	
6		.75
31		.73
20		.72
29		.71
16		.69
14		.63
22		.61
11		.58
18		.57
33		.56
2		.50
28		.44
26		.41
13		.36

8	.34
24	.32

Elde edilen iki faktör altında toplanan maddeler incelendiğinde, birinci faktörde bulunan maddelerin daha çok bireylerin kendilerine yönelik öz-güvenleriyle ilişkili olduğu belirlenmiş ve bu faktör *iç öz-güven* adı altında ele alınmıştır. Bu faktör altında toplanan maddeler, bireyin kendini sevmesi, tanınması, açık hedefler belirlemesi, pozitif düşünme becerisine sahip olması, güçlü ve zayıf yönlerini bilmesi gibi özelliklerini değerlendirmektedir. İç özgüven faktörü altında toplanan 17 maddenin faktör yükleri .31 ile .74 arasında değişmekte ve toplam varyansın %26.4'ünü açıklamaktadır. Bu maddelere örnek olarak *problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım* gösterilebilir.

İkinci faktöre yüklenen maddeler daha çok bireylerin dış çevre ve sosyal yaşamlarına yönelik özgüvenleriyle ilişkili olduğu için bu faktör *dış öz-güven* olarak adlandırılmıştır. Dış öz-güven boyutundaki maddeler, bireylerin kolay iletişim kurabilmesi, kendini sağlıklı biçimde ifade edebilmesi, duygularını kontrol edebilmesi ve risk alabilmesi gibi özellikleri içermektedir. 16 maddeden oluşan bu faktöre ait maddelerin faktör yükleri .32 ile .75 arasında değişmektedir. Bu maddelere örnek olarak *diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim* gösterilebilir. Yapı geçerliği çalışmasında faktör yapısının yanında iç özgüven ile dış öz-güven arasındaki ilişki de incelenmiş ve iki faktör arasındaki korelasyon katsayısının .81 olduğu belirlenmiştir. İki faktör arasındaki korelasyonun önemli oranda yüksek olması dikkate alındığında, ölçeğin tek boyutlu olarak da kullanılabileceği düşünülmektedir. (Akın, A. 2007. Öz-Güven Ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 167-176).

Öz-güven Ölçeği'nin yapı geçerliği için yapılan DFA'dan elde edilen uyum indeksleri incelenmiş ve Kikare değerinin ( $\chi^2=700.41$ ,  $sd=488$ ,  $p=0.00$ ) anlamlı olduğu görülmüştür. Uyum indeksi değerleri ise  $RMSEA=.044$ ,  $NFI=.90$ ,  $CFI=.96$ ,  $IFI=.96$ ,  $RFI=.89$ ,  $GFI=.94$ ,  $AGFI=.91$  ve  $SRMR=.058$  olarak bulunmuştur. Bu uyum indeksi değerleri modelin yeterli uyum verdiğini göstermektedir. Modele ilişkin faktör yükleri Tablo 2'de gösterilmiştir.

*Ölçek Puanlarının Değerlendirilmesi*

Öz-güven Ölçeği'ndeki toplam madde sayısı 33'dür. Bu nedenle 5 dereceli Likert tipi hazırlanan bu ölçekten alınabilecek en yüksek puan 165, en düşük puan ise 33'dür. Olumsuz madde bulunmayan ölçekten alınan yüksek puan, yüksek düzeyde öz-güveni göstermektedir. Ölçekten alınan toplam puan madde sayısına (33) bölünerek, bireyin öz-güven düzeyi hakkında bir sonuca varılabilir. Öz-güven Ölçeği'nden 2.5 puanın altı düşük, 2.5 ile 3.5 arası orta, 3.5 ve üzeri ise yüksek düzeyde öz-güveni göstermektedir. Ölçeğin uygulama süresi yaklaşık 7-10 dakikadır.

#### 2.3.4. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Heimberg, Horner, Juster, Safren ve arkadaşları tarafından yapılmıştır (1999).

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ), sosyal etkileşim ve performans durumlarında sosyal kaygı bozukluğu olan kişilerin korku ve kaçınma düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Yirmi dört maddeden oluşan ölçek, 11'i sosyal etkileşim ve 13'ü performans olmak üzere iki alt ölçekten oluşmakta ve tüm maddeler dörtlü Likert tipinde ayrı ayrı kaygı ve kaçınma alt başlıkları için değerlendirilmektedir.

Uygulama sonrası toplam korku, sosyal etkileşim korkusu, performans korkusu, toplam kaçınma, sosyal etkileşimden kaçınma ve performanstan kaçınma olmak üzere altı alanda puanlar elde edilmektedir. Ölçekten alınabilecek toplam puan 0 ile 144 arasında değişebilmekte ve alınan puanın yüksek olması sosyal kaygı düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Önerilen kesme puanı kaygı ve kaçınma alt ölçekleri için 25, toplam ölçek puanı için ise 50 olarak belirlenmiştir.

Ölçeğin Cronbach alfa değeri .81 ile .92 arasında değişebilmektedir (Heimberg ve ark., 1999 akt Erdoğan 2012 ). Ayrıca ölçeğin sosyal kaygı ve kaçınma düzeylerini belirleme konusunda kullanışlı bir ölçek olduğu belirtilmektedir (Holt ve diğer., 1992 akt Erdoğan 2012). Ülkemizde ölçeğin Türkçe formu için geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Soykan ve arkadaşları (2003) tarafından yapılmıştır. Korku ya da kaygı alt ölçeği maddeleri için Cronbach alfa katsayısı .96, kaçınma alt ölçeği maddeleri için .95 ve bütün ölçek maddeleri için .98 olarak bulunmuştur. Ayrıca, ölçeğin korku-kaygı alt ölçeği, kaçınma alt ölçeği ve toplam ölçek puanları ile Beck Kaygı Enventeri puanlarının 45 birleşiklik geçerliği pozitif yönde ve anlamlı olarak bulunmuştur (sırasıyla  $r=.26$ ,  $.21$  ve  $.25$ ,  $p < .05$ ).



Ölçek klinisyen tarafından uygulanan bir ölçek olmasına rağmen öz bildirim ölçeği olarak kullanıldığında da oldukça güvenilir ve geçerli sonuçlar elde edilebilmektedir (Fresco, Coles, Heimberg, Liebowitz ve ark., 2001). Soykan ve arkadaşları ölçeğin öz bildirim formu olarak kullanıldığında Cronbach alfa katsayısını korku-kaygı alt ölçeği için .90, kaçınma alt ölçeği için .89 ve bütün ölçek maddeleri için .94 olarak hesaplamışlardır (2003). Yani, ölçeğin kendini bildirim formu için de geçerlik ve güvenilirlik değerleri uygun düzeydedir.

## 2.4. İşlem

Araştırmaya katılan 275 katılımcının yanlarına birebir gidilerek ölçekler verilmiştir. Ölçeği yapabilecek yeterli zamanı olanlardan o an ölçekleri tamamlamaları istenmiştir. Yeterli zamana haiz olmayanlara ve araştırmaya katılmak isteyenlere ise ölçekleri doldurmaları için bir gün zaman tanınmıştır. Bir gün sonrasında ölçekler yine birebir şekilde toplanmıştır.

Katılımcılara araştırma ile ilgili kısaca bilgi verilmiştir. Bu bilgi içeriğinde ölçeklerde araştırmaya katılan kişilerden bir kısım bilgi istendiği belirtilerek ,soruların neticesinde katılımcıların kendilerine en yakın gelen cevabı işaretlemeleri söylenmiştir. Ölçeklerin herhangi bir yerinde isimlerinin soy isimlerinin veya kendilerine ait özel bilgilerin geçmeyeceği belirtilmiştir.

Soruların cevaplanması aşamasında araştırmaya katılan kişilerden dikkatlerini sorulara ve cevaplara daha iyi odaklayabilmeleri için ,soruları olabildiğince sessiz ve uyaransız bir ortamda cevaplandırmaları söylenmiştir.

Katılımcılara araştırmanın Denizli ili içerisinde bazı sağlık ve özel sektör alanlarında çalışanlara uygulandığı söylenmiştir. Bu sebeple kendilerine ulaşıldığını ve araştırmaya katılmaları noktasında yardımlarına başvurulduğu ifade edilmiştir.

### 2.4.1. Veri Çözümleme Yöntemleri

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verileri değerlendirilirken tanımlayıcı istatistiksel metotları (Sayı, Yüzde, Ortalama, Standart sapma) kullanılmıştır.

Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı t-testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplararası karşılaştırmalarında Tek yönlü (One way) Anova testi ve farklılığa neden olan grubun tespitinde Tukey Post Hoc testi kullanılmıştır.

Araştırmanın bağımlı ve bağımsız değişkenleri arasındaki ilişkiyi Pearson korelasyon, etki ise regresyon analizi ile test edilmiştir. Ölçekler arasındaki korelasyon ilişkileri aşağıdaki kriterlere göre değerlendirilmiştir (Kalaycı, 2006);

<i>r</i>	İlişki
0,00-0,25	Çok Zayıf
0,26-0,49	Zayıf
0,50-0,69	Orta
0,70-0,89	Yüksek
0,90-1,00	Çok Yüksek

Elde edilen bulgular %95 güven aralığında  $p < 0.05$  anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

### 3.Bulgular

Bu bölümde araştırmanın, araştırma sorusu ve hipotezlerine dayanarak ,bu hipotezlerin sınanması amacıyla ,elde edilen verilerin çözümlenmesiyle ulaşılan bulgulara ve bu bulgularla ilintili yorumlara yer verilmiş olup, bulguların analizinde ise t testi,Tek Yönlü Varyans Analizi (Anova),Tukey Post Hoc ,Pearson korelasyonu ve regresyon analizi kullanılmıştır.

#### 3.1. Ölçeklere Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

**Tablo 3. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Ortalamaları**

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Demokratik Anne Baba Tutumu	275	55,106	12,105	17,000	75,000
Koruyucu Anne Baba Tutumu	275	47,000	9,581	15,000	70,000
Otoriter Anne Baba Tutumu	275	24,509	8,178	10,000	50,000

Katılımcıların anne baba tutum düzeylerinin ortalamaları incelendiğinde, “demokratik anne baba tutumu” düzeyi ortalamasının ( $55,106 \pm 12,105$ ); “koruyucu anne baba tutumu” düzeyi ortalamasının ( $47,000 \pm 9,581$ ); “otoriter anne baba tutumu” düzeyi ortalamasının ( $24,509 \pm 8,178$ ) düzeyde olduğu görülmektedir.

**Tablo 4. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Ortalamaları**

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
İç Özgüven	275	66,851	9,887	27,000	85,000
Dış Özgüven	275	61,462	9,913	28,000	80,000
Genel Özgüven	275	128,313	18,894	60,000	165,000

Katılımcıların özgüven düzeylerinin ortalamaları incelendiğinde, “iç özgüven” düzeyi ortalamasının ( $66,851 \pm 9,887$ ); “dış özgüven” düzeyi ortalamasının ( $61,462 \pm 9,913$ ); “genel özgüven” düzeyi ortalamasının ( $128,313 \pm 18,894$ ) düzeyde olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 5. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Ortalamaları**

	N	Ort	Ss	Min.	Max.
Kaygı	275	27,400	13,419	0,000	71,000
Kaçınma	275	23,851	12,841	0,000	63,000
Genel Sosyal Fobi	275	51,251	23,476	0,000	120,000

Katılımcıların sosyal fobi düzeylerinin ortalamaları , “kaygı” düzeyi ortalamasının (27,400 ± 13,419); “kaçınma” düzeyi ortalamasının (23,851 ± 12,841); “genel sosyal fobi” düzeyi ortalamasının (51,251 ± 23,476) düzeyde olduğu belirlenmiştir.

### 3.1.1. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

**Tablo 6. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Demokratik Anne Baba Tutumu	Erkek	108	54,074	12,109	-1,137	0,257
	Kadın	167	55,773	12,092		
Koruyucu Anne Baba Tutumu	Erkek	108	46,435	10,209	-0,786	0,433
	Kadın	167	47,365	9,164		
Otoriter Anne Baba Tutumu	Erkek	108	25,593	7,923	1,774	0,077
	Kadın	167	23,808	8,288		

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

**Tablo 7. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Demokratik Anne Baba Tutumu	18-23	68	58,500	10,125	5,487	<b>0,000</b>	<b>1 &gt; 4</b>

	24-29	39	57,846	12,238			2 > 4 3 > 4 1 > 5	
	30-35	56	56,893	11,680				
	36-41	50	50,440	12,529				
	42 Ve üstü	62	51,807	12,398				
Koruyucu Anne Baba Tutumu	18-23	68	48,824	9,147	1,198	0,312		
	24-29	39	46,539	12,469				
	30-35	56	47,143	9,138				
	36-41	50	45,000	9,147				
	42 Ve üstü	62	46,774	8,594				
Otoriter Anne Baba Tutumu	18-23	68	24,147	7,987	3,068	<b>0,017</b>	<b>4 &gt; 3</b>	
	24-29	39	22,590	9,853				
	30-35	56	22,589	7,637				
	36-41	50	27,140	7,362				
	42 Ve üstü	62	25,726	7,791				

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=5,487$ ;  $p=0,000<0.05$ ).

Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi sonucuna göre;

Yaş grubu 18-23 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ( $58,500 \pm 10,125$ ), yaş grubu 36-41 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanlarından ( $50,440 \pm 12,529$ ) yüksek bulunmuştur.

Yaş grubu 24-29 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ( $57,846 \pm 12,238$ ), yaş grubu 36-41 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanlarından ( $50,440 \pm 12,529$ ) yüksek bulunmuştur.

Yaş grubu 30-35 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ( $56,893 \pm 11,680$ ), yaş grubu 36-41 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanlarından ( $50,440 \pm 12,529$ ) yüksek bulunmuştur.

Yaş grubu 18-23 olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ( $58,500 \pm 10,125$ ), yaş grubu 42 ve üstü olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanlarından ( $51,807 \pm 12,398$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,068$ ;  $p=0,017<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda;

Yaş grubu 36-41 olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanları ( $27,140 \pm 7,362$ ), yaş grubu 30-35 olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanlarından ( $22,589 \pm 7,637$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 8. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Demokratik Anne Baba Tutumu	Bekar	115	56,583	11,913	1,722	0,086
	Evli	160	54,044	12,168		
Koruyucu Anne Baba Tutumu	Bekar	115	48,044	9,883	1,535	0,126
	Evli	160	46,250	9,316		
Otoriter Anne Baba Tutumu	Bekar	115	24,852	8,577	0,589	0,556
	Evli	160	24,263	7,898		

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının medeni durumu değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 9. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Demokratik Anne Baba Tutumu	İlköğretim	28	49,071	15,446	3,405	<b>0,018</b>	<b>4 &gt; 1</b>
	Lise	73	54,110	12,241			
	Önlisans	45	55,778	11,749			
	Lisans Ve üstü	129	56,744	10,964			
Koruyucu Anne Baba Tutumu	İlköğretim	28	47,500	9,766	2,151	0,094	
	Lise	73	48,973	10,735			
	Önlisans	45	47,667	9,207			
	Lisans Ve üstü	129	45,543	8,822			
Otoriter Anne Baba Tutumu	İlköğretim	28	26,571	8,342	3,113	<b>0,027</b>	<b>2 &gt; 4</b>
	Lise	73	26,178	7,957			
	Önlisans	45	24,778	9,968			
	Lisans Ve üstü	129	23,023	7,346			

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,405$ ;  $p=0,018<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi sonucuna göre ;

Eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ( $56,744 \pm 10,964$ ), eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanlarından ( $49,071 \pm 15,446$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,113$ ;  $p=0,027<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanları ( $26,178 \pm 7,957$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanlarından ( $23,023 \pm 7,346$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 10. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Babasının Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Demokratik Anne Baba Tutumu	İlköğretim	165	53,782	12,835	1,911	0,128
	Lise	60	57,450	9,241		
	Önlisans	15	58,733	8,730		
	Lisans Ve üstü	35	55,771	13,500		
Koruyucu Anne Baba Tutumu	İlköğretim	165	47,152	9,988	0,085	0,968
	Lise	60	46,917	7,870		
	Önlisans	15	47,333	7,037		
	Lisans Ve üstü	35	46,286	11,398		
Otoriter Anne Baba Tutumu	İlköğretim	165	24,636	8,449	0,240	0,868
	Lise	60	24,450	7,084		
	Önlisans	15	22,800	8,161		
	Lisans Ve üstü	35	24,743	8,873		

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 11. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Demokratik Anne Baba Tutumu	İlköğretim	198	54,162	12,071	2,176	0,115
	Lise	48	57,396	10,635		
	Lisans Ve üstü	29	57,759	14,014		



Koruyucu Anne Baba Tutumu	İlköğretim	198	47,222	9,364	0,706	0,495
	Lise	48	47,292	11,011		
	Lisans Ve üstü	29	45,000	8,557		
Otoriter Anne Baba Tutumu	İlköğretim	198	24,990	8,206	1,267	0,283
	Lise	48	23,063	6,985		
	Lisans Ve üstü	29	23,621	9,634		

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 12. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Demokratik Anne Baba Tutumu	Boşanmış	15	56,267	12,355	0,096	0,908
	Birlikte	208	55,120	12,073		
	Vefat	52	54,712	12,379		
Koruyucu Anne Baba Tutumu	Boşanmış	15	47,333	9,424	0,151	0,860
	Birlikte	208	47,139	9,548		
	Vefat	52	46,346	9,907		
Otoriter Anne Baba Tutumu	Boşanmış	15	23,667	8,440	0,114	0,892
	Birlikte	208	24,620	8,210		
	Vefat	52	24,308	8,118		

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının ebeveyn medeni hali değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

### 3.1.2. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

**Tablo 13. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
İç Özgüven	Erkek	108	66,259	10,271	-0,797	0,426
	Kadın	167	67,234	9,644		
Dış Özgüven	Erkek	108	60,954	10,524	-0,683	0,495
	Kadın	167	61,790	9,515		
Genel Özgüven	Erkek	108	127,213	20,114	-0,776	0,439
	Kadın	167	129,024	18,087		

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 14. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
İç Özgüven	18-23	68	63,868	10,663	3,015	<b>0,019</b>	<b>2 &gt; 1</b>
	24-29	39	69,923	8,981			
	30-35	56	68,054	7,770			
	36-41	50	66,000	10,451			
	42 Ve üstü	62	67,790	10,152			
Dış Özgüven	18-23	68	58,485	10,320	4,146	<b>0,003</b>	<b>2 &gt; 1</b>
	24-29	39	66,154	9,371			
	30-35	56	62,571	8,281			
	36-41	50	60,720	9,827			
	42 Ve üstü	62	61,371	10,237			
Genel Özgüven	18-23	68	122,353	20,033	3,819	<b>0,005</b>	<b>2 &gt; 1</b>
	24-29	39	136,077	17,359			
	30-35	56	130,625	14,986			
	36-41	50	126,720	19,526			
	42 Ve üstü	62	129,161	19,503			

Katılımcıların iç özgüven puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,015$ ;  $p=0,019<0,05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek

amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Yaş grubu 24-29 olan katılımcıların iç özgüven puanları ( $69,923 \pm 8,981$ ), yaş grubu 18-23 olan katılımcıların iç özgüven puanlarından ( $63,868 \pm 10,663$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların dış özgüven puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=4,146$ ;  $p=0,003<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda;

Yaş grubu 24-29 olan katılımcıların dış özgüven puanları ( $66,154 \pm 9,371$ ), yaş grubu 18-23 olan katılımcıların dış özgüven puanlarından ( $58,485 \pm 10,320$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların genel özgüven puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,819$ ;  $p=0,005<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizi yapılmıştır. Yaş grubu 24-29 olan katılımcıların genel özgüven puanları ( $136,077 \pm 17,359$ ), yaş grubu 18-23 olan katılımcıların genel özgüven puanlarından ( $122,353 \pm 20,033$ ) yüksek bulunmuştur.

**Tablo 15. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
İç Özgüven	Bekar	115	65,887	10,653	-1,373	0,171
	Evli	160	67,544	9,271		
Dış Özgüven	Bekar	115	60,930	10,461	-0,753	0,452
	Evli	160	61,844	9,515		
Genel Özgüven	Bekar	115	126,817	20,217	-1,113	0,267
	Evli	160	129,388	17,870		

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının medeni durumu değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 16. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
İç Özgüven	İlköğretim	28	68,429	9,731	3,209	<b>0,024</b>	<b>2 &gt; 4</b>
	Lise	73	69,521	9,098			
	Önlisans	45	65,578	9,533			
	Lisans Ve üstü	129	65,442	10,213			
Dış Özgüven	İlköğretim	28	61,321	9,779	2,820	<b>0,039</b>	<b>2 &gt; 4</b>
	Lise	73	64,233	9,386			
	Önlisans	45	61,000	10,298			
	Lisans Ve üstü	129	60,085	9,890			
Genel Özgüven	İlköğretim	28	129,750	18,652	3,209	<b>0,024</b>	<b>2 &gt; 4</b>
	Lise	73	133,753	17,598			
	Önlisans	45	126,578	19,094			
	Lisans Ve üstü	129	125,527	19,106			

Katılımcıların iç özgüven puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,209$ ;  $p=0,024<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı post-hoc analizinin sonucunda;

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların iç özgüven puanları ( $69,521 \pm 9,098$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların iç özgüven puanlarından ( $65,442 \pm 10,213$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların dış özgüven puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=2,820$ ;  $p=0,039<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda ise ;

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların dış özgüven puanları ( $64,233 \pm 9,386$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların dış özgüven puanlarından ( $60,085 \pm 9,890$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların genel özgüven puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark

istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,209$ ;  $p=0,024<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan tamamlayıcı post-hoc analizinin sonucunda ;

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların genel özgüven puanları ( $133,753 \pm 17,598$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel özgüven puanlarından ( $125,527 \pm 19,106$ ) yüksek bulunmuştur.

**Tablo 17. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Babasının Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
İç Özgüven	İlköğretim	165	68,315	9,359	4,063	0,008	1 > 4
	Lise	60	65,967	9,971			
	Önlisans	15	64,467	7,190			
	Lisans Ve üstü	35	62,486	11,733			
Dış Özgüven	İlköğretim	165	62,388	9,744	1,220	0,303	
	Lise	60	60,183	9,649			
	Önlisans	15	60,333	9,076			
	Lisans Ve üstü	35	59,771	11,311			
Genel Özgüven	İlköğretim	165	130,703	18,238	2,556	0,056	
	Lise	60	126,150	18,783			
	Önlisans	15	124,800	15,451			
	Lisans Ve üstü	35	122,257	21,971			

Katılımcıların iç özgüven puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=4,063$ ;  $p=0,008<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda;

Babasının öğrenim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların iç özgüven puanları ( $68,315 \pm 9,359$ ), babasının öğrenim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların iç özgüven puanlarından ( $62,486 \pm 11,733$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 18. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
İç Özgüven	İlköğretim	198	67,803	9,588	7,251	<b>0,001</b>	<b>1 &gt; 3</b> <b>2 &gt; 3</b>
	Lise	48	66,771	8,760			
	Lisans Ve üstü	29	60,483	11,519			
Dış Özgüven	İlköğretim	198	61,783	9,889	1,738	0,178	
	Lise	48	62,083	8,831			
	Lisans Ve üstü	29	58,241	11,426			
Genel Özgüven	İlköğretim	198	129,586	18,630	4,305	<b>0,014</b>	<b>1 &gt; 3</b>
	Lise	48	128,854	16,572			
	Lisans Ve üstü	29	118,724	21,980			

Katılımcıların iç özgüven puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=7,251$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan tamamlayıcı post-hoc analizinin sonucunda ;

Annesinin öğrenim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların iç özgüven puanları ( $67,803 \pm 9,588$ ), annesinin öğrenim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların iç özgüven puanlarından ( $60,483 \pm 11,519$ ) yüksek bulunmuştur. Annesinin öğrenim düzeyi lise olan katılımcıların iç özgüven puanları ( $66,771 \pm 8,760$ ), annesinin öğrenim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların iç özgüven puanlarından ( $60,483 \pm 11,519$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların genel özgüven puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=4,305$ ;  $p=0,014<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılmış olan tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda ;

Annesinin öğrenim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların genel özgüven puanları (129,586 ± 18,630), annesinin öğrenim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel özgüven puanlarından (118,724 ± 21,980) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların dış özgüven puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (p>0.05).

**Tablo 19. Katılımcıların Özgüven Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
İç Özgüven	Boşanmış	15	63,133	10,535	1,493	0,226
	Birlikte	208	66,803	10,094		
	Vefat	52	68,115	8,690		
Dış Özgüven	Boşanmış	15	60,133	10,253	0,596	0,552
	Birlikte	208	61,245	9,933		
	Vefat	52	62,712	9,817		
Genel Özgüven	Boşanmış	15	123,267	19,909	1,016	0,363
	Birlikte	208	128,048	19,171		
	Vefat	52	130,827	17,409		

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının ebeveyn medeni hali değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır (p>0.05).

### 3.1.3. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre Ortalamaları

**Tablo 20. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Cinsiyete Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Kaygı	Erkek	108	26,278	14,532	-1,116	0,266
	Kadın	167	28,126	12,640		
Kaçınma	Erkek	108	21,676	13,038	-2,276	<b>0,024</b>

	Kadın	167	25,258	12,551		
Genel Sosyal Fobi	Erkek	108	47,954	23,000	-1,882	0,061
	Kadın	167	53,383	23,602		

Araştırmaya katılan katılımcıların kaçınma puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $t=-2.276$ ;  $p=0.024<0,05$ ). Kadın katılımcıların kaçınma puanları ( $x=25,258$ ), erkek katılımcıların kaçınma puanlarından ( $x=21,676$ ) yüksek bulunmuştur.

Araştırmaya katılan katılımcıların kaygı, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 21. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Yaş Grubuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Kaygı	18-23	68	31,441	13,601	2,361	0,054	
	24-29	39	24,436	13,841			
	30-35	56	25,768	14,225			
	36-41	50	26,280	12,741			
	42 Ve üstü	62	27,210	12,090			
Kaçınma	18-23	68	25,941	13,880	2,374	0,053	
	24-29	39	20,180	12,234			
	30-35	56	22,321	13,600			
	36-41	50	22,240	10,888			
	42 Ve üstü	62	26,548	12,192			
Genel Sosyal Fobi	18-23	68	57,382	21,922	2,598	<b>0,037</b>	<b>1 &gt; 2 1 &gt; 3 1 &gt; 4</b>
	24-29	39	44,615	24,448			
	30-35	56	48,089	25,534			
	36-41	50	48,520	22,043			
	42 Ve üstü	62	53,758	22,483			

Katılımcıların genel sosyal fobi puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark



istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=2,598$ ;  $p=0,037<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla yapılan tamamlayıcı post-hoc analizi sonucunda;

Yaş grubu 18-23 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $57,382 \pm 21,922$ ), yaş grubu 24-29 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $44,615 \pm 24,448$ ) yüksek bulunmuştur.

Yaş grubu 18-23 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $57,382 \pm 21,922$ ), yaş grubu 30-35 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $48,089 \pm 25,534$ ) yüksek bulunmuştur.

Yaş grubu 18-23 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $57,382 \pm 21,922$ ), yaş grubu 36-41 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $48,520 \pm 22,043$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların kaygı, kaçınma puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 22. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Medeni Durumuna Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	t	p
Kaygı	Bekar	115	27,635	14,147	0,246	0,806
	Evli	160	27,231	12,914		
Kaçınma	Bekar	115	23,383	13,602	-0,512	0,609
	Evli	160	24,188	12,297		
Genel Sosyal Fobi	Bekar	115	51,017	23,593	-0,140	0,889
	Evli	160	51,419	23,465		

Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının medeni durumu değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 23. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Eğitim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p	Fark
Kaygı	İlköğretim	28	30,393	14,838	3,576	<b>0,014</b>	<b>1 &gt; 4</b> <b>2 &gt; 4</b> <b>3 &gt; 4</b>
	Lise	73	29,630	12,118			
	Önlisans	45	29,867	10,742			
	Lisans Ve üstü	129	24,628	14,216			
Kaçınma	İlköğretim	28	29,821	13,322	6,055	<b>0,001</b>	<b>1 &gt; 4</b> <b>2 &gt; 4</b> <b>3 &gt; 4</b>
	Lise	73	25,726	11,787			
	Önlisans	45	26,267	11,946			
	Lisans Ve üstü	129	20,651	12,890			
Genel Sosyal Fobi	İlköğretim	28	60,214	24,411	5,829	<b>0,001</b>	<b>1 &gt; 4</b> <b>2 &gt; 4</b> <b>3 &gt; 4</b>
	Lise	73	55,356	20,748			
	Önlisans	45	56,133	20,784			
	Lisans Ve üstü	129	45,279	24,330			

Katılımcıların kaygı puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=3,576$ ;  $p=0,014<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı uygulanan post-hoc analizi neticesinde;

Eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların kaygı puanları ( $30,393 \pm 14,838$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaygı puanlarından ( $24,628 \pm 14,216$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların kaygı puanları ( $29,630 \pm 12,118$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaygı puanlarından ( $24,628 \pm 14,216$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi önlisans olan katılımcıların kaygı puanları ( $29,867 \pm 10,742$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaygı puanlarından ( $24,628 \pm 14,216$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların kaçınma puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=6,055$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı yapılan post-hoc analizi sonucunda;

Eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların kaçınma puanları ( $29,821 \pm 13,322$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaçınma puanlarından ( $20,651 \pm 12,890$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların kaçınma puanları ( $25,726 \pm 11,787$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaçınma puanlarından ( $20,651 \pm 12,890$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi nlisans olan katılımcıların kaçınma puanları ( $26,267 \pm 11,946$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaçınma puanlarından ( $20,651 \pm 12,890$ ) yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların genel sosyal fobi puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur ( $F=5,829$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla uygulanan tamamlayıcı post-hoc analizi sonucuna göre;

Eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $60,214 \pm 24,411$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $45,279 \pm 24,330$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $55,356 \pm 20,748$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $45,279 \pm 24,330$ ) yüksek bulunmuştur.

Eğitim düzeyi nlisans olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları ( $56,133 \pm 20,784$ ), eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından ( $45,279 \pm 24,330$ ) yüksek bulunmuştur.

**Tablo 24. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Babasının ğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Kaygı	İlköğretim	165	28,473	13,346	0,999	0,394
	Lise	60	25,833	14,087		
	nlisans	15	24,000	11,307		

	Lisans Ve üstü	35	26,486	13,387		
Kaçınma	İlköğretim	165	24,885	13,035	0,903	0,440
	Lise	60	22,517	13,064		
	Önlisans	15	22,133	11,667		
	Lisans Ve üstü	35	22,000	11,995		
Genel Sosyal Fobi	İlköğretim	165	53,358	23,476	1,150	0,330
	Lise	60	48,350	24,455		
	Önlisans	15	46,133	22,016		
	Lisans Ve üstü	35	48,486	22,135		

Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 25. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Annesinin Öğrenim Düzeyine Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Kaygı	İlköğretim	198	28,535	13,654	2,637	0,073
	Lise	48	24,021	12,506		
	Lisans Ve üstü	29	25,241	12,426		
Kaçınma	İlköğretim	198	24,793	13,320	2,011	0,136
	Lise	48	20,938	10,907		
	Lisans Ve üstü	29	22,241	11,915		
Genel Sosyal Fobi	İlköğretim	198	53,328	23,873	2,913	0,056
	Lise	48	44,958	20,561		
	Lisans Ve üstü	29	47,483	23,677		

Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 26. Katılımcıların Sosyal Fobi Düzeylerinin Ebeveyn Medeni Haline Göre Ortalamaları**

	Grup	N	Ort	Ss	F	p
Kaygı	Boşanmış	15	33,733	13,035	1,920	0,149
	Birlikte	208	27,255	13,691		
	Vefat	52	26,154	12,105		
Kaçınma	Boşanmış	15	29,667	12,557	1,829	0,162
	Birlikte	208	23,269	12,804		
	Vefat	52	24,500	12,862		
Genel Sosyal Fobi	Boşanmış	15	63,400	21,712	2,143	0,119
	Birlikte	208	50,524	23,455		
	Vefat	52	50,654	23,510		

Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının ebeveyn medeni hali değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi (Anova) sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ).

#### 3.1.4. Korelasyon Analizleri

**Tablo 27. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeyleri ile Özgüven Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi ile İncelenmesi**

		İç Özgüven	Dış Özgüven	Genel Özgüven
<b>Demokratik Anne Baba Tutumu</b>	r	0,179**	0,201**	0,199**
	p	<b>0,003</b>	<b>0,001</b>	<b>0,001</b>
<b>Koruyucu Anne Baba Tutumu</b>	r	0,086	0,073	0,083
	p	0,157	0,227	0,169
<b>Otoriter Anne Baba Tutumu</b>	r	-0,059	-0,041	-0,052
	p	0,332	0,501	0,390

Demokratik Anne Baba Tutumu ile iç özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0.179$ ;  $p=0,003<0.05$ ). Buna göre demokratik anne baba tutumu arttıkça iç özgüven artmaktadır.

Demokratik Anne Baba Tutumu ile dış özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0.201$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Buna göre demokratik anne baba tutumu arttıkça dış özgüven artmaktadır.

Demokratik Anne Baba Tutumu ile genel özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0.199$ ;  $p=0,001<0.05$ ). Buna göre demokratik anne baba tutumu arttıkça genel özgüven artmaktadır.

Koruyucu Anne Baba Tutumu ile iç özgüven, dış özgüven ve genel özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Otoriter Anne Baba Tutumu ile iç özgüven, dış özgüven ve genel özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

**Tablo 28. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeyleri ile Sosyal Fobi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi ile İncelenmesi**

		Kaygı	Kaçınma	Genel Sosyal Fobi
<b>Demokratik Anne Baba Tutumu</b>	r	0,020	-0,068	-0,026
	p	0,745	0,263	0,670
<b>Koruyucu Anne Baba Tutumu</b>	r	0,143*	0,065	0,117
	p	<b>0,017</b>	0,283	0,052
<b>Otoriter Anne Baba Tutumu</b>	r	0,030	0,071	0,056
	p	0,624	0,240	0,356

Demokratik Anne Baba Tutumu ile kaygı, kaçınma , genel sosyal fobi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Koruyucu Anne Baba Tutumu ile kaygı arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmuştur ( $r=0.143$ ;  $p=0,017<0.05$ ). Buna göre koruyucu anne baba tutumu arttıkça kaygı artmaktadır.

Koruyucu Anne Baba Tutumu ile kaçınma ve genel sosyal fobi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

Otoriter Anne Baba Tutumu ile kaygı, kaçınma ve genel sosyal fobi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır.

### 3.2. Regresyon Analizleri

#### 3.2.1. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Özgüven Düzeyleri Üzerine Etkisinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi

**Tablo 29. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin İç Özgüven Üzerine Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
İç Özgüven	Sabit	57,172	12,779	0,000	3,070	<b>0,028</b>	0,022
	Demokratik Anne Baba Tutumu	0,148	2,452	<b>0,015</b>			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	0,021	0,300	0,764			
	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,024	0,287	0,775			

Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile iç özgüven arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=3,070; p=0,028<0.05).

İç özgüven düzeyinin belirleyicisi olarak demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür (R<sup>2</sup>=0,022).

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu düzeyi iç özgüven düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,148$ ). Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu düzeyi iç özgüven düzeyini etkilememektedir (p=0.764>0.05). Katılımcıların otoriter anne baba tutumu düzeyi iç özgüven düzeyini etkilememektedir (p=0.775>0.05).



## Şekil 1. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin İç Özgüven Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli

Tablo 30. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Dış Özgüven Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Dış Özgüven	Sabit	49,692	11,140	0,000	4,119	<b>0,007</b>	0,033
	Demokratik Anne Baba Tutumu	0,192	3,204	<b>0,002</b>			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	-0,015	-0,222	0,824			
	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,077	0,929	0,354			

Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile dış özgüven arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F=4,119$ ;  $p=0,007<0,05$ ).

Dış özgüven düzeyinin belirleyicisi olarak demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,033$ ).

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu düzeyi dış özgüven düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,192$ ). Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu düzeyi dış özgüven düzeyini etkilememektedir ( $p=0,824>0,05$ ). Katılımcıların otoriter anne baba tutumu düzeyi dış özgüven düzeyini etkilememektedir ( $p=0,354>0,05$ ).





## Şekil 2. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Dış Özgüven Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli

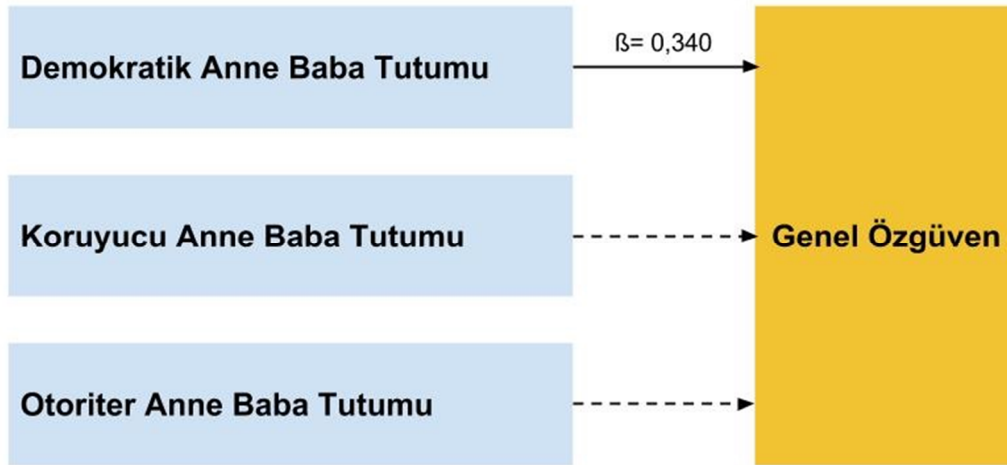
Tablo 31. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Özgüven Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Genel Özgüven	Sabit	106,864	12,555	0,000	3,896	<b>0,009</b>	0,031
	Demokratik Anne Baba Tutumu	0,340	2,968	<b>0,003</b>			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	0,005	0,041	0,967			
	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,101	0,637	0,524			

Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile genel özgüven arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $F=3,896$ ;  $p=0,009<0.05$ ).

Genel özgüven düzeyinin belirleyicisi olarak demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu değişkenleri ile ilişkisinin (açıklayıcılık gücünün) zayıf olduğu görülmüştür ( $R^2=0,031$ ).

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu düzeyi genel özgüven düzeyini arttırmaktadır ( $\beta=0,340$ ). Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu düzeyi genel özgüven düzeyini etkilememektedir ( $p=0.967>0.05$ ). Katılımcıların otoriter anne baba tutumu düzeyi genel özgüven düzeyini etkilememektedir ( $p=0.524>0.05$ ).



### Şekil 3. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Özgüven Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli

#### 3.2.2. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Sosyal Fobi Düzeyleri Üzerine Etkisinin Regresyon Analizi ile İncelenmesi

Tablo 32. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaygı Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Kaygı	Sabit	18,999	3,111	0,002	2,001	0,114	0,011
	Demokratik Anne Baba Tutumu	-0,037	-0,446	0,656			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	0,217	2,322	0,021			
	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,010	0,085	0,932			

Demokratik anne baba tutumları ile kaygı arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $F=2,001$ ;  $p=0,114>0,050$ ).



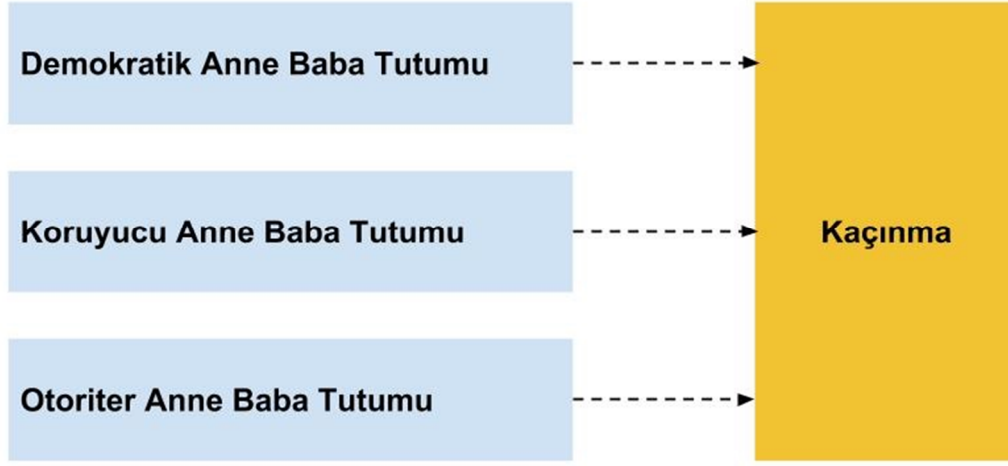
Şekil 4. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaygı Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli

Tablo 33. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaçınma Üzerine Etkisi

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	R <sup>2</sup>
Kaçınma	Sabit	22,145	3,775	0,000	1,300	0,275	0,003
	Demokratik Anne Baba Tutumu	-0,096	-1,222	0,223			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	0,129	1,436	0,152			

	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,040	0,362	0,717			
--	---------------------------	-------	-------	-------	--	--	--

Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile kaçınma arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $F=1,300$ ;  $p=0,275>0,050$ ).



**Şekil 5. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Kaçınma Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli**

**Tablo 34. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Sosyal Fobi Üzerine Etkisi**

Bağımlı Değişken	Bağımsız Değişken	$\beta$	t	p	F	Model (p)	$R^2$
Genel Sosyal Fobi	Sabit	41,144	3,846	0,000	1,775	0,152	0,008
	Demokratik Anne Baba Tutumu	-0,133	-0,925	0,356			
	Koruyucu Anne Baba Tutumu	0,345	2,113	0,036			
	Otoriter Anne Baba Tutumu	0,049	0,247	0,805			

Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile genel sosyal fobi arasındaki ilişki belirlemek üzere yapılan regresyon analizi istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ( $F=1,775$ ;  $p=0,152>0,050$ ).



**Şekil 6. Katılımcıların Anne Baba Tutum Düzeylerinin Genel Sosyal Fobi Üzerine Etkisinin Sonuç Modeli**

#### 4. Tartışma

Bu çalışma da anne baba tutumları ile özgüven ve sosyal fobi arasındaki ilişki irdelenmeye çalışılmıştır. Bu amaçla da alınan değişkenler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesinde Anne-Baba Tutumlar Ölçeği, Özgüven Ölçeği, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, gruplar arasındaki farkı belirlemek üzere Tek Yönlü Anova, farklılığa neden olan grubun belirlenmesinde Tukey Post-Hoc Testi, Pearson Korelasyon ve Regresyon analizi kullanılmıştır.

Bu bölümde, araştırma soruları ile araştırılması amaçlanan , bir önceki bölümdeki bulgular kısmında yer alan analiz ve sonuçlar, literatür eşliğinde ele alınarak, çalışma ile ilintili sınırlılıklar ve gelecek çalışmalara yönelik öneriler de sunulacaktır.

Öncelikle anne baba tutumlarının dağılımına bakıldığında demokratik anne baba tutumu , koruyucu ve otoriter anne baba tutumuna oranla daha yüksek oranda bulunduğu gözlenmektedir. Fırat (2009) ‘un yaptığı araştırmaya göre anne ve baba tutumları beraber değil ayrı ayrı incelenmiş ve sonuçlar farklı bulunmaktadır. Buna göre Koruyucu/istekçi tutumun demokratik ve otoriter anne tutumundan daha fazla görüldüğü ortaya konmaktadır. Yine aynı araştırma da araştırmaya katılan bireylerin otoriter baba tutumlarının ,koruyucu ve demokratik baba tutumuna oranla daha fazla görüldüğü belirtilmektedir (Fırat , 2009). Katılımcıların özgüven düzeyleri incelendiğinde ise genel özgüven ortalamasının “iç özgüven ve dış özgüvene oranla daha yüksek görüldüğü ortaya çıkmaktadır. Tüm yaş gruplarını temsil etmiyor olsa da Göktürk (2011) ergenler üzerinde yapılmış olan bir araştırma sonucuna göre katılımcıların; %3,4’ünün özgüvenleri düşük, %31,4’ünün orta düzeyde ve %65,2’sinin ise yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur (Göktürk , 2011). Göktürk’ün yapmış olduğu çalışma bulguları her ne kadar genel puanları veriyor olsa da özgüveni ölçtüğü için bizim araştırmamızla benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların genel sosyal fobi düzeyleri incelendiğinde ise genel sosyal fobi ortalamasının “kaygı düzeyi ve kaçınma düzeyi ortalamasının” üzerinde olduğu görülmektedir. İzgiç ve Akyüz(2001)’ün yapmış olduğu araştırmaya bakıldığında sosyal fobinin toplumun % 10’unda görüldüğü gözlenmektedir (İzgiç F. ,Akyüz G. , 2001)

Bu çalışma da “Demokratik tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde demokratik tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır? araştırma sorusunun analizinde Demokratik Anne Baba Tutumu ile iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı

ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre demokratik anne baba tutumu arttıkça iç özgüven, dış özgüven ve genel özgüven artmaktadır. Analizler sonucunda ortaya çıkan bu bilgi ışığında “Demokratik anne baba tutumunun bireyin özgüvenli olmasını sağladığı belirlenmiştir. Araştırmalar ışığında da demokratik anne babaların çocuklarını daha mantıklıca yönlendirdikleri söylenmektedir (Kulaksızoğlu,1998). Demokratik anne ve babalar çocuklarını ayrı birer kişi olarak ele alarak çocuklarına değer verdiklerini her fırsatta gösterir ve belirtirler. Onların kendilerinin bir benzeri olmalarını değil kendilerinin ayrı bir birey olmaları doğrultusunda destek verirler. Eksik olan yanlarına destek verirler ve hoşgörülü davranırlar. Yetersiz olan yanlarının yargılanarak aşağılanmasına değil aksine o eksiklikleri kapatabilmeleri için gerekli motivasyonu çocuklarına kazandırmak için çaba sarf ederler (Kulaksızoğlu,1998). Özgüven kavramı ise en temel ifade şekli ile kişinin kendi becerilerinin ne ölçüde olumlu ya da olumsuz olduğu hakkındaki yorumudur(Kasatura,2000).Bu bilgilerin paralelinde özgüven kavramı ile demokratik anne baba tutumunun arasındaki ilişki büyük bir öneme sahiptir. Kasatura’ya göre özgüven bireyin olumlu ya da olumsuz yönlerinin bilincinde olunması olarak açıklanmaktadır. Demokratik anne baba tutumu ise özgüven kavramı ile ilintili bu kısımda önemli bir yere sahiptir. Çünkü demokratik anne baba tutumu tam olarak özgüvenli bir birey yetiştirme konusunda bir takım duygu, düşünce ve davranış örüntülerine sahiptir. Bireyin bilinçli olarak kendini gerçekleştirme gerekliliği düşüncesi demokratik anne baba tutumunun en temel özelliklerinden bir tanesidir (Kulaksızoğlu,1998) . Dolayısıyla demokratik anne baba tutumuna sahip olan kişilerin özgüvenli bir birey olacakları varsayılabilir beklenen bir sonuçtur.

Araştırmamız da “Koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde koruyucu tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır ? ” araştırma sorusuna yönelik yapılan bir takım istatistiki analizler sonucunda koruyucu anne baba tutumu ile iç özgüven , genel özgüven , dış özgüven arasında istatistiksel açıdan ilişki bulunamamıştır. Ülkemizde ailelerin , özellikle annelerin , çocuklarının zorlanmaması , üzülmemesi , yorulmaması , için bir takım davranışlarda bulunurlar (Tuzcuoğlu,2004). Aslında anne babaların çocukları üzerindeki görevleri çocukların sevgi , fiziki ve güvenlik ihtiyaçlarını yeterli düzeyde karşılamaktır. Ancak koruyucu anne baba tutumunda ise bu durum biraz abartılarak çocuklarının çoğu ihtiyaçlarını ailelerin kendileri karşılamayı yeğlemektedirler. Bunun sebebi ise çoğu zaman çocuklarının kendi başlarına bir şeyleri başarabileceklerinden endişe etmeleri olarak görülmektedir (Aydın, 2002).Bu sebeple pek çok şeyi çocuklarının yerine kendileri yapmaları gerektiğini düşünerek çocuklarına deneme hakkı vermezler. Bunun sonucu olarak da

çocuklarının kendi içerisindeki olumlu ve olumsuz , başarılı ve başarısız oldukları yanları görmelerini engeller. Bunun neticesinde de özgüven tanımlaması çerçevesi içerisinde kişinin kendi becerilerinin ne ölçüde olumlu ya da olumsuz olduğu hakkındaki yorumunun gerçekleşmeyeceğinin düşünülmesi gerekmektedir. Fakat “Koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde koruyucu tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır ? “ sorusunun analiz sonucunda anlamlı bir sonuç elde edilememiştir.

Ancak yapılan çalışmalar kişinin karar verme ve etkili karar verme becerisinin oluşabilmesi için en etkili yöntemin demokratik anne baba tutumu olduğunu göstermektedir. Yapılmış olan bir araştırma da karar verme becerisinin gelişebilmesi ve etkili karar vermenin oluşabilmesi için en uygun aile ortamının demokratik aile ortamı olduğunu saptamıştır (Eldeleklioğlu ,1996). Dolayısıyla, demokratik ana-baba tutumunun özgüvenin ortaya çıkmasında önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Bu araştırma sorusunun farklı değişkenler ile açıklanabileceği göz ardı edilmemesi gerekmektedir.

Araştırma da cevap aranan “Otoriter tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde otoriter tutum ve özgüven arasında ilişki var mıdır?” sorusuna yapılmış olan bir takım istatistiki analizlerin ardından “Otoriter anne baba tutumu ile iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır” sonucu ortaya çıkmaktadır. Otoriter anne baba tutumu kısaca anne babanın çocuklarına net bir şekilde hakim olduklarını düşünmeleri , koydukları kurallara karşı kesin bir şekilde uymaları gerektiği görüşünün yaygın olma durumudur (Şendil,2003). Anne babalar çocuklarına karşı sevgiyi, çocuklarını istedikleri şekilde yönlendirebilecekleri bir araç olarak kullanmakta ve onlara istediklerini yaptıklarında sevgilerini vereceklerini hissettirmektedirler (Cüceloğlu, 1997). Bu bizi Heinz Kohut’un birincil aynalama eksikliğine götürmektedir. Kohut’a göre kişi varolmak için nesneye ve kendilik nesnesine ihtiyaç duyar. İşte aynalama da kendilik nesnesi olan bir diğer kişinin bize bakarak bizi onaylamasına denir. Her çocuğun bir aynalanma ihtiyacı vardır. Bu ihtiyaçlardan ilki birincil aynalanma ihtiyacı bir diğeri ise ikincil aynalanma ihtiyacıdır. Birincil aynalanma ihtiyacı çocuğun özellikle bakıcı annesi tarafından alması gereken sevgi ve çocuğun o anki duygusunun aynalanması ihtiyacıdır. Şöyle ki çocuk kendini çok enerjik ve mutlu hissettiğinde ve etrafa gülücükler saçarken bakıcı annesi tarafından eğer çocuğun o coşkusunu hissettirici bir biçimde yaklaşılmaz ise çocuğun birincil aynalanma ihtiyaçları karşılanmamış olur. Bu sebeple kişinin kendi kararını kendi verebilmesi konusunda

gerçek kendiliğinin oluşmasının önünde engel teşkil eder. Bunun pek tabii farklı kombinasyonlarının da olması mümkündür (Kohut,2012). Bu durum olumsuz anlamda otoriter tutum gösteren anne baba tutumları ile yakından ilgilidir. Polat(1986)'ın yapmış olduğu bir çalışma da, ana-babalarını otoriter algılayan öğrencilerin öğrenilmiş çaresizlik düzeyinin ana-babalarını demokratik olarak algılayan öğrencilerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Otoriter aile ortamında yetişen çocuklar, başarısızlık karşısında kolayca ümitsizliğe kapılmakta ve çaba göstermekten vazgeçmektedir (Polat,1986). Çocuğun beklediği değil de anne babanın çocuğuna kendi istediği gibi davranması da birincil aynalanma durumunun karşılanmadığını bize göstermektedir. Bu sebeple ihtiyaç duyduğu kendilik nesnesine erişemeyen kişi gerçek kendiliğine ulaşamayacak ve nerede nasıl davranması gerektiği ile ilgili karar kendisi tarafından verilemeyecektir. Bu da kişiyi parçalanma anksiyetesine götürecektir (Kohut , 2012) . Bu sebeple de kişinin özgüvene sahip olmayacağı sonucu ortaya çıkarılabilir. Böylece birincil aynalanma ihtiyaçları karşılanmayan bir kişinin özgüvene sahip olma durumu gelecekteki çalışmaları da araştırılmalıdır.

Çalışmanın üçüncü araştırma sorusu olan “Demokratik tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde demokratik tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır?” sorusuna yapılan analizler sonucunda demokratik anne baba tutumu ile kaygı, kaçınma , genel sosyal fobi arasında istatistiksel açıdan anlamlı ilişki bulunmamaktadır sonucuna erişilmiştir. Bu sonuca göre niçin böyle bir sonuca ulaşıldığı ile ilgili bir soru sorulabilir. Buna göre sosyal fobinin oluşmasında demokratik anne baba tutumunun herhangi bir payı olmadığı görülmektedir. Ancak sosyal fobiyi oluşturan farklı bir değişken mümkün olabilir. Geist ve arkadaşlarının yaptıkları araştırmada düşük benlik saygısına sahip olanların sosyal fobiye sahip oldukları bulunmuştur.(Geist,1982) Bu sonuçlara göre sosyal fobinin oluşumunda rol oynayan benlik saygısı düşüklüğünün sebepleri daha geniş bir biçimde araştırılabilir.

Bir diğer araştırma sorusu olan “Koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde koruyucu tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır? ” sorusunun gerekli analizlerinin ardından ortaya çıkmış olan sonuç şu şekilde özetlenebilmektedir. Koruyucu anne baba tutumu ile sosyal fobinin alt ölçeği olan kaygı arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre koruyucu anne baba tutumu arttıkça kaygı da artmaktadır. Literatüre bakıldığında koruyucu anne baba tutumu kısaca anne babanın çocuk üzerindeki baskısının arttığı ve sanki her an bir zarar görecekmışçesine çocuğunu her daim sosyal ilişkilerinde ikili ilişkilerinde veya diğer değişken ve uyaranlara karşı koruma güdüsü ile hareket etmekte, çocuğa hareket özgürlüğü vermediği gibi hata yapmasına da izin vermemektedir (Aydın, 2002). Çünkü çocuğunun her ihtiyacını kendisi çözmeye çalışmakta



ve sanki çocuğu her daim kendisinin yanında olacakmışçasına onun için toplum önünde veya yalnız iken çocuğu için karar vermeye devam etmekte onu korumaktadır. Bu literatür bilgisi ile birlikte istatistiki analizin sonucuna bakıldığında koruyucu tutum gösteren anne babaya sahip kişilerin kaygısının artıyor olması literatür tarafından da beklenen yönde bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bulguyu direkt olarak ölçen herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır.

Ancak sosyal fobi ölçeğinin ölçmüş olduğu diğer alt ölçekler olan kaçınma ve sosyal fobi ile koruyucu anne baba tutumu ile arasındaki ilişkiye bakıldığında koruyucu anne baba tutumu ile kaçınma ve genel sosyal fobi arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sonuç bize kaygının ve genel sosyal fobinin farklı değişkenler ile ortaya çıkabileceği gerçeğine götürebilmektedir. Buna göre yapılan çalışmalar göstermektedir ki düşük gelir düzeyi ile sosyal fobi arasında anlamlı bir ilişki görülmektedir (Özdemir,2004). Bu sonuca göre sosyal fobinin pek çok kaynağı olabileceği ve sosyal fobi ölçeği içerisinde bulunan alt ölçeklerin farklı değişkenlerle açıklanabileceğine götürmektedir.

Araştırmada bir diğer araştırma soru başlığı olan “Otoriter tutum gösteren anne babaya sahip bireylerde otoriter tutum ve sosyal fobi arasında ilişki var mıdır? ” sorusuna cevap aranmıştır. Buna göre yapılan analizler sonucunda “Otoriter anne baba tutumu ile kaygı, kaçınma ve genel sosyal fobi arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır” sonucu karşımıza çıkmaktadır. Bu sonuç bize anne baba tutumlarını farklı değişkenlerle de ilişkisine bakmaya yönlendirmektedir. Yapılan bir çalışma da otoriter anne baba tutumuna sahip olan kişilerin suçluluk duygularının artıyor olduğu gözlenmektedir (Yaşa,2012). Bu sonuçlar karşılaştırıldığında bu çalışma da otoriter anne baba tutumu sosyal fobiye sebep olmasa dahi Yaşa (2012) ‘nın yapmış olduğu çalışma da sosyal fobinin bireyde suçluluk duygusunu ortaya çıkardığı görülmektedir. Bununla birlikte bu suçluluk duygusu, bireyin yaşadığı her an sosyal işlevselliğini olumsuz yönde etkileyebilir. Bu sebeple Yaşa’nın çalışmasında belirtildiği gibi suçluluk duyguları ortaya çıkabilir ve bireyin yaşamını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Yaşa , 2012).

Yapılan regresyon analizi sonucunda daha açık bir ifade ile değişkenler arasındaki ilişkinin açıklayıcılık gücünün bulunmaya çalışıldığı analiz sonucunda iç özgüven düzeyinin belirleyicisi olarak demokratik, koruyucu, otoriter anne baba tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olmasına rağmen açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu gözlenmektedir. Katılımcıların demokratik anne baba tutumu düzeylerinin iç özgüven düzeyini arttırdıkları görülmektedir. Ancak katılımcıların koruyucu veya otoriter anne baba tutumları düzeyinin ,iç

özgüven düzeyini etkilemediği ortaya çıkmaktadır. Demokratik, otoriter ve koruyucu anne baba tutumları ile dış özgüven arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan regresyon analizi anlamlı bulunmuş olmasına rağmen açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu ortaya konmaktadır. Ancak katılımcıların demokratik anne baba tutumlarına sahip olmaları dış özgüven düzeyini arttırdıkları gözlenmektedir. Katılımcıların koruyucu ve otoriter anne baba tutumları ise dış özgüven düzeyini etkilemediği gözlenmektedir. Demokratik, koruyucu, otoriter ile genel özgüven arasında anlamlı bir ilişki bulunmuş olmasına rağmen açıklayıcılık gücünün zayıf olduğu görülmektedir. Ancak katılımcıların demokratik anne baba tutumlarının genel özgüven düzeyini arttırdıkları gözlenmektedir. Katılımcıların koruyucu anne baba tutumları ise genel özgüven düzeyini etkilememektedir. Demokratik anne baba tutumları ile kaygı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır. Bu sebeple demokratik anne baba tutumuna sahip olanların kaygı yaşayacakları ile ilgili bir sonuca ulaşılmamıştır. Demokratik anne baba tutumu, koruyucu anne baba tutumu, otoriter anne baba tutumu ile kaçınma ve genel sosyal fobi arasında anlamlılık bulunamamıştır.

Yapılan çalışmalara göre, demokratik bir etkileşimi gerçekleştiren ana-babaların çocukları toplumda ruh sağlığı yerinde, atılgan bireyler olarak yerini almaktadır. (Şenol , 2006) .Demokratik tutumu benimseyen ana-babaların destekleyici tavrı çocukların kendinden emin, aktif, iyimser, geleceğe umutla bakan, başarı ümidi ve çalışma isteği olan biri olarak yetişmesini sağlamaktadır (Özdoğan,2000).

Katılımcıların demokratik, otoriter ve koruyucu anne baba tutumlarına sahip olanların cinsiyet değişkenine göre incelenmesi ile ilgili yapılan gerekli analizler neticesinde herhangi bir anlamlı ilişki bulunmadığı ortaya konmaktadır. Bu analiz sonucuna göre yapılmış olan araştırmada bireylerin kadın veya erkek olmalarının anne baba tutumlarını etkilemediği gözlenmektedir.

Katılımcıların anne baba tutumu puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan araştırma da anlamlı olduğu görülmektedir. Buna göre katılımcılar yaş grubuna göre beş gruba ayrılmış olup yaş grupları karşılaştırıldığında da genç yaş grubunun kendilerinin üstündeki yaş grubunda bulunanlara göre demokratik anne baba tutumu puanları daha yüksek bulunmuştur. Bu sonuçlara istinaden son yıllarda ağırlık kazanan anne baba eğitim seminerleri ve kitap okuma oranlarının git gide sistematik bir biçimde artmasına istinaden ailelerin çocuklarına karşı tutumlarında bir takım iyileşmelerin ve gelişimlerin olması yorumu yapılabilmektedir.

Katılımcıların otoriter anne baba tutumları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan analiz neticesinde yaş grubu 36-41 olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanlarının yaş grubu 30-35 olan katılımcıların otoriter anne baba tutumlarından yüksek bulunmuştur. Bu sonuç bize bu yaş grubundaki kişilerin daha geniş bir perspektiften farklı değişkenlerle birlikte araştırmaya tabi tutulması sonucuna götürmektedir.

Katılımcıların koruyucu anne baba tutumu ile yaş grubu değişkenine göre yapılan analiz çerçevesinde herhangi bir anlamlı sonuç bulunamamıştır.

Katılımcıların koruyucu, demokratik ve otoriter anne baba tutumlarının medeni durum değişkenine göre yapılan analizler çerçevesinde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Katılımcıların demokratik anne baba tutumu puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiği araştırmalarda anlamlı sonuç bulunmuştur. Buna göre eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların demokratik anne baba tutumları eğitim düzeyi ilköğretim olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu da bize bireylerin eğitim oranları arttıkça algıladıkları demokratik anne baba tutumunun artacağını göstermektedir.

Katılımcıların otoriter anne baba tutumları puanları ortalamalarının eğitim düzeyine göre incelendiği analiz neticesinde eğitim düzeyi lise olan katılımcıların otoriter anne baba tutumu puanları eğitim düzeyi lisans ve üstü olanlara oranla daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların koruyucu anne baba tutumları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre incelendiği analizde ise anlamlı bir sonuç elde edilememiştir. Buna göre bireylerin eğitim düzeyi koruyucu anne baba tutumları ile ilgili herhangi bir veri verememektedir.

Literatür taraması neticesinde anne baba tutumu ile ilgili yapılmış olan çalışmalar içerisinde anne baba tutumları ile demografik özellikler arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaların az olması sebebiyle farklı araştırmalara başvurulamamaktadır.

Katılımcıların demokratik, koruyucu ve otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının baba ve anne öğretim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz neticesinde herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır. Bu sebeple anne baba tutumunu belirleyen sebepler arasında anne ve babanın eğitim düzeyi herhangi bir şekilde etkili olmamaktadır.

Katılımcıların demokratik, koruyucu ve otoriter anne baba tutumu puanları ortalamalarının ebeveyn medeni hali değişkenine göre yapılan analiz neticesinde herhangi bir sonuç elde edilememiştir. Kısacası ebeveynlerinin beraber, boşanmış veya vefat etmiş olması anne baba tutumlarını etkilememektedir.

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz içerisinde herhangi bir anlamlı sonuç bulunamamıştır. Yani kişinin özgüvenli olmasının kadın veya erkek olması ile ilintili olmadığı bulunmaktadır. Ancak yapılan çalışmalar da özgüven düzeyinin cinsiyete göre değiştiğini ve kızların erkeklere göre daha yüksek özgüvenli olduğu bulunmuştur (Laskovic,G. ve ark. , 1990 Akt. Başoğlu S. , 2007).

Katılımcıların iç özgüven , dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan analiz çerçevesinde yaş grubu 24-29 olan katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları, yaş grubu 18-23 olan katılımcıların puanlarından yüksek bulunmuştur. Bu özgüven farklılığın sebebi olarak ego kimliğinin olduğu evre olan ergenlik ve gençlik yaşına (Arslan ,2008) oranla 24-29 yaş grubu içerisindeki bireylerin hayattaki konumlarını daha belirgin hale getirmeleri iş, hayat gibi işlevselliklerini kazanmaları neticesinde bizi daha özgüvenli oldukları sonucuna ulaştırabilmektedir. Ancak bununla ilgili daha geniş kapsamlı yapılacak araştırmalara ihtiyaç vardır.

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları ortalamaları medeni durum değişkenine göre yapılan analiz çerçevesinde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven, genel özgüven puanları eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda ,eğitim düzeyi lise olan katılımcıların iç özgüven ,dış özgüven ve genel özgüven puanları eğitim düzeyi lisans ve üstü olanlara oranla yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre düşük eğitim seviyesine sahip olan kişilerin daha az bilgiye sahip olsalar dahi daha çok eğitim düzeyine sahip olanlara oranla daha özgüvenli oldukları sonucuna erişilmiştir. Bu sonuç çerçevesi pek çok farklı hipotez ile yeniden ele alınarak açıklanılmaya çalışılabilir.

Katılımcıların dış özgüven ve genel özgüven puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz neticesinde anlamlı bir sonuç bulunamamasına karşın, iç özgüven puanları ortalamalarının babasının öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda anlamlı bulunmuştur. Buna göre babasının öğrenim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların iç özgüven puanları babasının öğrenim durumu lisans ve üstü olanlara oranla daha yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların iç özgüven, genel özgüven puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda , annesinin öğrenim düzeyi ilköğretim olan katılımcıların iç özgüven ve genel özgüven puanları , annesinin öğrenim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların iç özgüven puanlarından yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların dış özgüven puanları ortalamalarının annesinin öğrenim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda ise anlamlı bir sonuç bulunamamıştır.

Katılımcıların iç özgüven, dış özgüven ve genel özgüven puanları ortalamalarının ebeveyn medeni hali değişkenine göre yapılan analizler sonucunda ebeveynlerinin beraber ,boşanmış veya vefat etmiş olmaları özgüvenin artmasına veya azalmasına sebebiyet vermemektedir.

Katılımcıların kaçınma puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz neticesinde kadın katılımcıların kaçınma puanlarının erkek katılımcıların kaçınma puanlarından yüksek bulunmaktadır.

Katılımcıların kaygı, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre yapılan analiz sonucunda cinsiyetin kaygıyı, genel sosyal fobiyi azalttığı veya arttırdığı yönünde herhangi bir açıklama yapılamayacağı ortaya çıkmaktadır. Ancak literatürde yapılmış olan çalışmalara göre özellikle alan araştırma sonuçlarına göre sosyal fobi kadınlarda daha sık görülürken (Schneier ve ark. 1992; Stein ve ark. 1994) , klinik araştırmalar da ise erkek oranının daha yüksek olduğu bulunmuştur (Dilbaz,2000).

Katılımcıların kaygı, kaçınma puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan analiz neticesinde herhangi bir anlamlı sonuca erişilememiş olmasına rağmen genel sosyal fobi puanları ortalamalarının yaş grubu değişkenine göre yapılan analiz anlamlı bulunmuştur. Bu analiz sonucuna göre yaş grubu 18-23 olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları yaş grubu 24-29, 30-35, 36-41 aralığında olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından yüksek bulunmuştur. Yapılan araştırmalar da sosyal fobi tanısı alan öğrencilerin yaş ortalamalarının 20 yaşın altında olduğu görülmüştür (Özdemir , 2004). Bir diğer araştırma da ise Sosyal fobinin sıklıkla yaşamın ikinci on yılında (15-20 yaşlar arasında ) başlaması ,25 yaşın üzerinde sosyal fobinin başlamasının nadir olması ortaya konan bir diğer araştırmanın sonuçları olarak karşımıza çıkmaktadır (Schneier Fr. ,Johnson S. ,Hornig Cd. , Liebowitz Mr. Weissman Mm. , 1992),(Sudd Ll. , 1994). Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının medeni durum değişkenine göre yapılan analiz sonucunda anlamlı bir sonuç bulunamamıştır. Yapılan bazı araştırmaların sonuçları, sosyal fobinin genelde bekar kişilerde daha sık görüldüğünü ortaya koymuştur (Schneier ve ark. 1992).

Katılımcıların kaygı puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan analizler sonucunda, eğitim düzeyi ilköğretim ,lise, ön lisans olan katılımcıların kaygı puanları eğitim düzeyi lisans ve üstü olanların puanlarından yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların kaçınma puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda eğitim düzeyi ilköğretim, lise ve ön lisans olan katılımcıların

kaçınma puanları, eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların kaçınma puanlarından yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların genel sosyal fobi puanları ortalamalarının eğitim düzeyi değişkenine göre yapılan analiz sonucunda; eğitim düzeyi ilköğretim, lise ve ön lisans olan katılımcıların genel sosyal fobi puanları eğitim düzeyi lisans ve üstü olan katılımcıların genel sosyal fobi puanlarından yüksek bulunmuştur.

Katılımcıların kaygı, kaçınma, genel sosyal fobi puanları ortalamalarının babasının ve annesinin öğrenim düzeyine göre ve ebeveynin medeni haline göre yapılan analizler sonucunda herhangi bir anlamlı sonuç bulunamamıştır. Buna göre anne babanın öğrenim düzeyleri ve ebeveynlerinin beraber, boşanmış veya vefat etmiş olmaları kaygı, kaçınma ve genel sosyal fobiye herhangi bir etkisi olmamaktadır.

#### **4.1 Sınırlılıklar**

Araştırma verileri yalnızca Denizli ilinden toplanmıştır. Bu yüzden genelleme yapabilmek için daha geniş bölgeleri kapsayan bir araştırma yapılması gerekmektedir.

Araştırmada katılımcılara ölçekler dağıtılırken cinsiyet sayısına dikkat edilerek dağıtılmamıştır. Bu sebepten dolayı da kadın sayısı erkek sayısına göre daha fazla olmuştur. İleride ki araştırmalarda bu noktalar göz ardı edilmeden araştırılma yapılması önerilebilir.

## KAYNAKÇA

- Akagündüz, N. (2006). “İnsan Yaşamında Özgüven Kavramı”, *Ümraniye Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü Yayınları*, Sayı:1, İstanbul.
- Akın, A. (2007). Özgüven Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Psikometrik Özellikleri, *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7 (2), 167-176
- Arıciogulları Z:Ortaöğretim Öğrencilerinde Sosyal Fobi ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ve Bunları etkileyen Faktörler Dicle Üniversitesi 2001
- Arık, İ. A. (1996). *Motivasyon ve Heyecana Giriş*, Çantay Kitabevi, İstanbul.
- Arslan E. (2008) Bağlanma Stilleri Açısından Ergenlerde Erickson’un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ve Ego Kimlik Süreçlerinin İncelenmesi
- Aslan H. ,Alparslan N:Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Anksiyete Düzeyleri ,Aleksitimi ve Stresle Başa Çıkma ,Nöropsikiyatri Arşivi 34(3):127-134,1997
- Aslan, E. (1992). “Benlik Kavramı Ve Bireyin Yaşamındaki Etkileri”. İstanbul: Marmara Üniversitesi. Eğitim Fakültesi Dergisi.
- Averill JK (1982) Anger and aggression: An essay on emotion. New york: Springer
- Aydın.B.(1996)Benlik kavramı ve Ben Şemaları.Eğitim Bilimleri Dergisi 8, 41-47
- Aydın, Betül. (2002). “Gelişim Psikolojisi”. İstanbul: SFN Baskı.
- Aydın A.T.(2004)Sosyal fobi Olgularında Aile İçi Yaşantıların İncelenmesi
- Aydın B.(2010)Çocuk ve Ergen Psikolojisi (3.Baskı) Ankara:Nobel Yayın Dağıtım
- Aysev A, Taner Y (2007) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları. Gohnson&Gohnson, Cilt 1
- Başoğlu T.S (2007) Sınav Kaygısı İle Özgüven Arasındaki İlişkinin Erinlik Döneminde İncelenmesi
- Bilgin, Ş. (2001). *Ergenlerde Kaygı ile Benlik Arasındaki İlişki*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Brown, W. K., & Rhodes W. A. (1991). Factors That Promote Invulnerability and Resiliency in At-Risk Children. W. A. Rhodes & W. K. Brown (Ed), *Why Some*

*Children Succeed Despite the Odds* içinde (pp.171-177). New York: Praeger Publishers.

Budak S.(2000) Psikoloji Sözlüğü Bilim ve Sanat Yayınları

Büyüköztürk, Ş. (2004). *Veri Analizi El Kitabı*. Ankara: Pegem A Yayıncılık

Ceylan ME, Yazan B (2000) Araştırma ve Klinik Uygulamada Biyolojik Psikiyatri, Clark, DM (1986) A cognitive approach to panic. *Behaviour Research Therapy* 24: 461–470 Anksiyete Bozuklukları, Birinci Baskı, (3. cilt): 77-112

Cüceloğlu, Doğan. (1997). “İnsan ve Davranışı”. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çaylar G.(2010) Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Beklentilerine Etki Eden Faktörler, Bu Faktörlerin Birbirleriyle İlişkileri Ve Bireylerin Depresyon ,Anksiyete Hislerine Olan Etkisi

Davidson G, Neale J (2004) Anormal Psikolojisi, (Çev.Ed.: İ Dağ). Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara

Demiriz S., Öğretir A.D. (2007). *Alt Ve Üst Sosyo-Ekonomik Düzeydeki 10 Yaş Çocuklarının Anne Tutumlarının İncelenmesi*. Kastamonu Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt:15 No:1, s. 105-122.

Dilbaz, N., (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*. 1: 18-24.

Dortluoğlu T.C. (2009) 7-10 Yaş Arasındaki Hafif Düzeyde Zihinsel Geriliği Olan Çocuklarda Sözel Zeka ,Anne Baba Tutumları ve Davranışsal Dinamikler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dönmezer, İ. (1999). *Ailede İletişim ve Etkileşim*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Durmuş R.(2006) 3-6 Yaş Arası Çocuğu Olan Ebeveynlerin Kişilik Özellikleri İle Anne-Baba Tutumlarının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Ekşi A.(1990) Çocuk, genç, anne-babalar, Bilgi Yayınevi, Ankara, sayfa 47-336

Erdoğan D.(2012) Üniversite Öğrencilerindeki Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Sosyal Fobi Belirtileri İlişkisinde Duygu Düzenleme Güçlüğünün Aracı Rolünün İncelenmesi

Fırat C. (2009) Suça Sürüklenmiş Çocuklar da Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyinin Farklı Değişkenler Ve Algılanan Anne Baba Tutumları Bakımından



Flett, G. L. & Hewitt, P. L. (2002). "Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional, and Treatment Issues". *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment*, Washington: American Psychological Association.

Fromm Erich (1995). *Sevme Sanatı*, Çev: Yuradanu Salman, Poyel Yay. İstanbul,  
Fyer AJ ve ark. (1995) Panic disorders and agoraphobia, In *Comprehensive Textbook of Psychiatry* (Eds: Kaplan HI, Sadock BJ) Williams and Wilkins, Baltimore, 6(1): 1191-1204

Gander M.J., Gardiner H.W. (1998). *Çocuk ve Ergen Gelişimi*. (Çeviri: Bekir Onur). Ankara: İmge Kitabevi.

Geçtan, E. (1988). *Çağdaş Yaşam Ve Normaldışı Davranışlar*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Geist C.(1982). Social Avoidance and Distress as a predictor of perceived levels of control and level of self-esteem clin psychol

Gfroerer, K. P. & Kern, R.M. & Curlette, W.L. (2004). "Research Support for Individual Psychology's Parenting Model". *Journal of Individual Psychology*. 60(4).

Goleman D.(2001) *Duygusal Zeka Varlık Yayınları*

Gökner,Ö.(2014) *Özgüven Kazanmak* Ankara:Arkadaş Yayınevi

Göktürk G. (2011) *Ergenlerin Sosyal kaygı Düzeylerinin ÖzGüven Ve Bazı Kişisel Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*

Güleç C, Köroğlu E (1997) *Temel Psikiyatri Kitabı*, 1.Cilt, Ankara: Hekimler Yayın Birliği

Gültekin K.B (2008) *Adnan Menderes Üniversitesi Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı, Yaşam Kalitesi ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri*

HAY, Louise(2001); *Düşünce Gücüyle Tedavi*, Çev: Nil Gün, Altın Kitaplar Yay. İstanbul.

HAY, Louise(2002); *Pozitif Gücün Büyüsü*, Çev: Oya Alpar, Kelebek Yay. İstanbul.

Heidbreder, E. (1933). *Seven Psychologies*, Appleton Century Crafts, New York.

Hortaçsu, N. (2003). *Çocuklukta İlişkiler, Ana Baba Kardeş ve Arkadaşlar*. Ankara: İmge Kitabevi.

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

Humphreys, T. (2002). *Çocuk Eğitiminin Anahtarı: Özgüven*. Çeviri: Anapa, T. Epsilon Yayınevi, İstanbul.

İzgiç F.;Akyüz G.Doğan O.Kuğu N.(2001) Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi ve Beden İmgesi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi 3P dergisi9(4),pp;591-598

Kaplan HI, Sadock BJ (1998) Synopsis of Pschiatry: Behavioral Sciences/ Clinical Psychiatry. Baltimore, 594-602

Kaplan HI, Sadock BJ (2004) Klinik Psikiyatri. Çev. Ed. Abay, E. Nobel Tıp Kitapevleri: 189-219

Kasatura İ.(1998) Özgüven ve Kişilik, Evrim Yay. İstanbul.

Kasatura,İ. (2000) *Kişilik ve Özgüven*, s.12

Kasatura, İ.(1998). *Özgüven ve Kişilik*, Evrim Yayınevi, İstanbul.

Kavak V.(2009) Panik Bozukluk Tanısı Almış Hastalarda Sosyal Fobi Görülme Sıklığının İncelenmesi

Kohut H. (2012) Psikanaliz Nasıl Sağaltır ?

Köroğlu E (1996) Sosyal fobi (sosyal anksiyete bozukluğu). *Psychol Med*, 2: 13-19

Kulaksızoğlu, Adnan,(1998) "Ergenlik Psikolojisi". 1.Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik Psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Kuzgun, Y., Eldeleklioğlu, J. (2005). *Anne Baba Tutumları Ölçeği*. (Editör: Yıldız Kuzgun, Feride Bacanlı). *PDR'de Kullanılan Ölçekler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Liebowitz MR, Gorman JM, Fyer AJ, Klein DF. Social phobia. Review of a neglected disorder. *Arch Gen Psychiatry* 1985; 42: 729-36.

Manaster, G.J. (2000). "Faulty Parenting Types and Personality Types", *Parent and Family Education*.

Mansager, E. & Volk, R. (2004). “Parents’ Prism: Three Dimensions of Effective Parenting”. Journal of Individual Psychology. 60(3).

MARSIGLIA CS, WALCZYK JJ, BUBOLTZ WC, GRIFFITH-ROSS DA(2007). Impact of parenting styles and locus of control on emerging adults’ psychosocial success. Journal of Education and Human Development, 1 (1): 1-10.

Merey B. (2010) Yetişkinlerde Özgüven Duygusu İle Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması ve Kültürler Arası Bir Yaklaşım

Michael HE ve ark. (2003). Current psikiyatri tanı ve tedavi. Güneş Kitapevi, 328-340

Mızrakçı Ş.(1994). Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarına Etki Eden Faktörler: Demografik Özellikleri, Kendi Yetiştiriliş Tarzları, Çocuk Gelişimine İlişkin Bilgi Düzeyleri ve Çocuğun Mizacına İlişkin Algıları, İzmir, Ege Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.

Mutluer S.(2006) Özgüven Oluşumunda Manevi değerlerin Rolü

Oltmanns T ve ark. (2003) Anormal davranışlar psikolojisinde vaka çalışmaları (Çev. Ed.: İhsan Dağ). Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara

Oskay, Gülter. (1990). “Değer Yargılarından Kaynaklanan Ana Baba Ergen Çatışmasının Sosyo Ekonomik Ve Benzeri Değişkenler Açısından İncelenmesi”. Ankara: Hacettepe Üniversitesi. Eğitim Fakültesi Dergisi. Sayı:5.

Onat G.(2010) Demokratik ve Otoriter Olarak Algılanan Anne Baba Tutumlarının Lise Birinci Sınıf Öğrencilerinin Yılmazlık Düzeyine Etkilerinin Araştırılması

Örgün, Selda Kuru. (2000). “Anne Baba Tutumları ile 8. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Atılganlıkları Arasındaki İlişki”. Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi.

Öz, İlkim. (2005). “Anne- Baba Olma Sanatı”. İstanbul: Alfa Yayınları.

Satılmış M.(2010) Öğrencilerin mükemmeliyetçilik tutumları ile anne baba tutumlarının karşılaştırmalı incelenmesi

Özdemir N. (2004)Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler

Özdoğan, B. (2000). *Çocuk ve Oyun* 3. Basım, İstanbul: Anı Yayıncılık.

Özdoğan, Ö. (2005). *İsimsiz Hayatlar*, Lotus Yayınevi, Ankara.

Papia, D.E. & Olds, S.W. (1992). *Human Development*. USA:Mc. Graw-Hill Inc.

Polat, S. (1986). *Ana Baba Tutumlarının Çocukların Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyine Etkisi*, Hacettepe Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

RUTLEDGE, Thom; Öz yargıdan Özsaygıya, Çev: Ali Çakıroğlu, Kuraldısı Yay. İstanbul, 2000.

Schneier FR ve ark. (1992) Social phobia: Comorbidity and morbidity in epidemiologic sample. *Arch Gen Psychiatry*, 49: 282-288

Soykan, Ç., Özgüven, H. D., & Gençöz, T. (2003). Liebowitz social anxiety scaled: turkish version. *Psychological Reports*, 93, 1059-69.

Steffenhagen, R.A., Burns J.D. (1987). *Social Dynamics of Self Esteem: Theory to Therapy*, Praeger, New York.

Stein MB ve ark. (1994) Setting diagnostic thresholds for social phobia: considerations from a community survey of social anxiety. *Am J Psychiatry*, 151: 408-412

STEINBERG L. (1993). *Adolescence*, 3rd edition, Mc. Graw Hill, New York, page 325-326,  
Şanlı, D. (2007). *Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Şendil, Gül. (2003). "Çocuk, Ergen, ve Anne Baba". İstanbul: Çantay Yayınları.

Şanlı, D. (2007). *Annelerin Çocuk Yetiştirme Tutumlarını Etkileyen Etmenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Şendil, Gül. (2003). “Çocuk, Ergen, ve Anne Baba”. İstanbul: Çantay Yayınları.

Şenol, S. (2006). Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı, Ankara: HYB Yayıncılık

Tarhan,N.(2013) *Aile Okulu* İstanbul:Timaş Yayınları

Tiryaki M.B (2014) Akademik Başarısı Sınıf Ortalamasının Altında Kalan Üstün Zekalı Ortaokul Öğrencilerinin Mükemmellik Düzeyleri İle Algıladıkları Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişki

Turan M ve ark (2000) Sosyal fobinin diğer psikiyatrik hastalıklarla birlikteliği. Klinik Psikiyatri, 3: 170-175

Tuzcuoğlu, Necla. (2004). “Bir Aile Olmak, Anne-Baba Olmanın Altın Kuralları”. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Uluğ, O. M. (1997). *Niçin Oyun?*, Birinci Basım, Göçebe Yayınları, İstanbul.

Yaşa Z.(2012) Üniversite Öğrencilerinde anne baba tutumlarının suçluluk ve utanç duyguları üzerine etkisi

Yavuzer, H. (1982). *Çocuk ve Suç*, Birinci Basım, Altın Kitaplar Yayınevi.

YAVUZER H. Çocuk Eğitimi El Kitabı, 7. baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul, sayfa 1- 176, 1997.

Yavuzer, H. (1998). *Çocuk Eğitimi El Kitabı*, Altıncı Basım, Remzi Kitabevi, İstanbul.

Yavuzer, H. (2001). *Ana-Baba ve Çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (1993). *Ana-Baba ve Çocuk*, 5. Basım, İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2003), *Çocuk Psikolojisi* (23. Basım), İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yılmaz, A. (2000). *Eşler Arasındaki Uyum ve Çocuğun Algıladığı Anne-Baba Tutumu İle Çocukların, Ergenlerin, Gençlerin Akademik Başarıları ve Benlik Alguları Arasındaki İlişkiler*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yörükoğlu, Atalay. (1985). “Gençlik Çağı”. İstanbul: Özgür Yayın Dağıtım.

Zöhrap, Devrim Uysal. (2004). “Lise Öğrencilerinde Algınanan Anababa Tutumları ve Aile Yapısının Ergen Kişilik Özelliklerine Etkisi”. Marmara Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.



## EKLER

### Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyet	Erkek ( ) Kadın ( )
Yaşınız	.....
Medeni durumunuz	Bekar ( ) Evli ( ) Boşanmış ( )
Eğitim Düzeyiniz	İlköğretim ( ) Lise ( ) Önlisans ( ) Lisans ( ) Lisansüstü ( ) Diğer.....
Baba Öğrenim Düzeyi	İlköğretim ( ) Lise ( ) Önlisans ( ) Lisans ( ) Lisansüstü ( ) Diğer.....
Anne Öğrenim Düzeyi	İlköğretim ( ) Lise ( ) Önlisans ( ) Lisans ( ) Lisansüstü ( ) Diğer.....
Ebeveyn Medeni Hali	Boşanmış ( ) Birlikte ( ) Vefat ( )

## Anne Baba Tutumları Ölçeği

Size,anne babaların çocuklarını hangi yöntemlerle eğittiğini,çocuklarına toplumsal davranışlar kazandırırken nasıl davrandığını ifade eden cümleler den oluşan bir liste verilmiştir.Sizden istenen,bu cümleleri okuyup bunların anneniz ya da babanızın sizi eğitirken genellikle benimsediği davranışlara ne derece benzediğini,"Hiç uygun değil" ibaresinden "Tamamen uygun" ibaresi arasında beşli dereceleme yaparak maddelerin karşısına seçeneklerden en uygun bulduğunuzu işaretlemenizdir.

A)Hiç uygun değil B)Pek uygun değil C)Biraz uygun D)Çok uygun E)Tamamen uygun

	H i ç u y g u n d e ğ i l	P e k u y g u n d e ğ i l	B i r a z u y g u n	Ç o k u y g u n	T a m a m e n u y g u n
1.Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.					
2.Çok yönlü gelişmem için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir.					
3.Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve beni eleştirmiştir.					
4. Her zaman başıma kötü bir şey gelecekmiş gibi beni koruyup kollamaya çalışır.					
5.Aramızdaki ilişki ona içimi açmaya cesaret edemeyeceğim kadar resmidir.					
6.Arkadaşlarımı eve çağırılmama izin verir,geldiklerinde onlara iyi davranırdı.					
7.Elinden geldiği kadar,her konuda benim fikrimi almaya özen gösterir.					
8.Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır,onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.					



9.Bana hükmetmeye çalışır.					
10.Bugün bile alışverişe çıkacağım zaman,kandırılacağımı düşünerek benimle gelmek ister.					
11.Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.					
12.Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediğim zaman soğuk ve itici davranırdı.					
13.Sorunlarımı onunla rahatlıkla konuşabilirim.					
14.Neden bazı şeyleri yapmam ya da yapmamam gerektiğini bana açıklar.					
15.Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.					
16.Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.					
17) Sevmediğim yemekleri, yarayacağı düşüncesiyle, zorla yedirirdi.					
18) Sınavlarda hep üstün başarı göstermemi istemiştir.					
19) Kendimi yönetebileceğim yaşlarda bile her gittiği yere beni de götürür evde yalnız kalmamdan kaygılanır.					
20) Evde bir konu tartışılırken görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.					
21) Küçük yaşından itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı olmuştur.					
22) Küçüklüğümde bana yeterince vakit ayırır parka sinemaya götürmeyi ihmal etmezdi.					
23) Benim gibi bir evladı olduğu için kendini bahtsız hissettiğini sanıyorum.					
24) Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar, kırık not aldığımda cezalandırırdı					
25) Beni kendi emellerine ulaşmak için bir araç olarak kullanırdı.					

26) Beni daima yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlamıştır.					
27) Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde denetler.					
28) Her zaman, her iste kusursuz olmam gerektiği inancındadır					
29) Ona yakınlaşmak istediğimde daima bana sıcak bir biçimde karşılık verir.					
30) Bana önemli ve değerli bir kişi olduğum inancını aşlamıştır					
31) Cinsellik konusunda karşılaştığım sorunları kendisine anlatmak istediğimde hep ilgisiz kalmıştır.					
32) Benim iyiliğimi istediğini, benim için neyin iyi olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler.					
33) Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.					
34) İyi bir iş yaptığımda beni övmekten çok daha iyisini yapmam gerektiğini söyler.					
35) Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem					
36) Aile ile ilgili kararlar alınırken benim de fikrimi öğrenmek ister.					
37) Beni olduğum gibi kabul etmiştir.					
38) Başkalarına benden daha çok önem verir ve onlara daha nazik davranır.					
39) Günlük olaylar hakkında anlattıklarımı ilgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.					

40) Benimle genellikle sert bir tonda ve emrederek konuşur.

--	--	--	--	--



## Özgüven Ölçeği

Aşağıda çeşitli konulardaki düşüncelerinizi öğrenmek üzere cümleler verilmiştir. Cümlede geçen ifadenin sizi ne kadar tanımladığını, lütfen, size uygun olan bölmeye işaretleyiniz.

	H i ç b i r z a m a n	N a d i r e n	S ı k s ı k	G e n e l l i k l e	H e r z a m a n
1.Kendimi başarılı bir insan olarak görürüm.					
2.Başkalarının yanında heyecanımı kontrol edebilirim.					
3.Seçimlerimde başkalarına bağımlı değilimdir.					
4.Yaşamdaki zorluklarla baş edebilirim.					
5.Benim için aşılamayacak sorun yoktur.					
6.Başkalarının görüşlerine saygı gösteririm.					
7.Problemlerimin üstesinden gelebileceğime inanırım.					
8.Sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmem.					
9.Verdiğim kararların arkasında dururum.					
10.Kendi kendime yetebileceğime inanırım.					
11.Aktif birisi olduğumu düşünürüm.					
12.Öz-eleştiri yapabilirim.					
13.Anlamadığım konularda başkalarına soru sorabilirim.					
14.Yeni girdiğim ortamlara uyum sağlarım.					
15.Kendimle barışık bir insanım.					

16.Gerektiğinde sonuna kadar hakkımı savunurum.					
17.İstediğim şeyleri elde etmek için mücadele edebilirim.					
18.Kendimi rahat bir şekilde ifade edebilirim.					
19.Kendimi ve başkalarını olduğu gibi kabul ederim.					
20.Çevremde yeteri kadar güvenebileceğim insan vardır.					
21.Sorumluluk almaktan çekinmem.					
22.Diğer insanların eleştirilerini anlayışla karşılayabilirim.					
23.Sıkıntılı anlarımda bile olumlu düşünmeye çalışırım.					
24.Ön plana çıkmaktan korkmam.					
25.Başarısız olduğumda hemen pes etmem.					
26.Başka insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilirim.					
27.Değerli birisi olduğuma inanırım.					
28.Kolay arkadaş edinebilirim.					
29.Düşüncelerimi ifade ederken başkalarından çekinmem.					
30.Kolay karar verebilirim.					
31.Sosyal bir insan olduğuma inanırım.					
32.Kendimi severim.					
33.Başka insanların övgülerini hak ettiğime inanırım.					

## Liebowitz Sosyal Fobi Belirtileri Ölçeği

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyunuz.

Sol kolondaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre”Yok yada çok hafif/ender”,”Hafif”,Orta derecede”,Şiddetli” kutucuklarından birini işaretleyiniz.Sağ kolonda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır.Bu defa durumlardan kaçınıyorsanız,kaçınmanın şiddetine göre “Kaçınma yok ya da çok”,”Zaman zaman”,Çoğunlukla kaçınıyorum”,Her zaman kaçınıyorum”.kutucuklarından birini işaretleyiniz.

Kaygı	Yok yada çok hafif/ender	Hafif	Orta derecede	Şiddetli	Kaçınma	Kaçınma yok ya da çok az	Zaman zaman kaçınıyorum	Çoğunlukla kaçınıyorum	Her zaman kaçınıyorum
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.				

<b>4.</b> Romantik bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak.					<b>4.</b> Romantik bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak.				
<b>5.</b> Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak.					<b>5.</b> Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak.				
<b>6.</b> Başkaları içerdeyken bir odaya girmek.					<b>6.</b> Başkaları içerdeyken bir odaya girmek.				
<b>7.</b> Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak					<b>7.</b> Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak				
<b>8.</b> Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek.					<b>8.</b> Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek.				
<b>9.</b> Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi					<b>9.</b> Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi				
<b>10.</b> Gözlendiği sırada çalışmak					<b>10.</b> Gözlendiği sırada çalışmak				
<b>11.</b> Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak					<b>11.</b> Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak				
<b>12.</b> Bir eğlenceye gitmek					<b>12.</b> Bir eğlenceye gitmek				

<b>13.</b> Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak					<b>13.</b> Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak				
<b>14.</b> Yetenek beceri ya da bilginin sınanması					<b>14.</b> Yetenek beceri ya da bilginin sınanması				
<b>15.</b> Gözlendiği sırada yazı yazmak					<b>15.</b> Gözlendiği sırada yazı yazmak				
<b>16.</b> Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle telefonda konuşmak					<b>16.</b> Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle telefonda konuşmak				
<b>17.</b> Umumi yerlerde yemek yemek					<b>17.</b> Umumi yerlerde yemek yemek				
<b>18.</b> Evde misafir ağırlamak					<b>18.</b> Evde misafir ağırlamak				
<b>19.</b> Küçük bir grup faaliyetine katılmak					<b>19.</b> Küçük bir grup faaliyetine katılmak				
<b>20.</b> Umumi yerlerde bir şeyler içmek					<b>20.</b> Umumi yerlerde bir şeyler içmek				
<b>21.</b> Umumi telefonları kullanmak					<b>21.</b> Umumi telefonları kullanmak				
<b>22.</b> Yabancılarla konuşmak					<b>22.</b> Yabancılarla konuşmak				



<b>23.</b> Satış elemanlarının yoğun baskısına karşı koymak					<b>23.</b> Satış elemanlarının yoğun baskısına karşı koymak				
<b>24.</b> Umumi tuvalette idrar yapmak					<b>24.</b> Umumi tuvalette idrar yapmak				

