



T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI

**ERKEN ERİŞKİN BİREYLERDE SOSYAL ANKSİYETE
DÜZEYLERİ, ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU VE
SİKINTIYA KATLANMA BECERİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Şeyma KARABULUT

Danışman

Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU

İstanbul 2020

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**ERKEN ERİŞKİN BİREYLERDE SOSYAL ANKSİYETE
DÜZEYLERİ, ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU VE
SIKINTIYA KATLANMA BECERİLERİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan

Şeyma KARABULUT

Danışman

Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU

İstanbul 2020

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Şeyma KARABULUT tarafından hazırlanan “*Erken Erişkin Bireylerde Sosyal Anksiyete Düzeyleri, Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sıkıntıya Katlanma Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” konulu çalışması jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: 18.02.2020

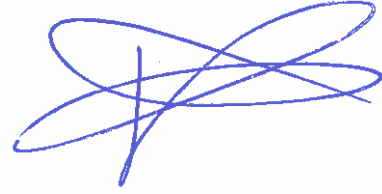
(Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu):

İmzası

Jüri Üyesi : Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU
: Haliç Üniversitesi (Danışman)



Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Ayhan AKCAN
: Haliç Üniversitesi



Jüri Üyesi : Prof. Dr. Sefa SAYGILI
: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi



Bu tez Enstitü Yönetim Kurulunca belirlenen yukarıdaki jüri üyeleri tarafından uygun görülmüş ve Enstitü Yönetim Kurulunun kararıyla kabul edilmiştir.


Prof. Dr. M. Burcu IRMAK YAZICIOĞLU
Vekil Müdür

Tez

ORIJINALLIK RAPORU

% 17	% 11	% 4	% 13
BENZERLIK ENDEKSİ	İNTERNET KAYNAKLARI	YAYINLAR	ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	dergipark.ulakbim.gov.tr İnternet Kaynağı	% 2
2	www.cappsy.org İnternet Kaynağı	% 1
3	Submitted to Üsküdar Üniversitesi Öğrenci Ödevi	% 1
4	www.yumpu.com İnternet Kaynağı	% 1
5	Submitted to Istanbul Aydın University Öğrenci Ödevi	% 1
6	Submitted to Istanbul Gelisim University Öğrenci Ödevi	% 1
7	Submitted to Beykent Üniversitesi Öğrenci Ödevi	% 1
8	Submitted to The Scientific & Technological Research Council of Turkey (TUBITAK) Öğrenci Ödevi	% 1

TEZ ETİK BEYANI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Erken Erişkin Bireylerde Sosyal Anksiyete Düzeyleri, Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sıkıntıya Katlanma Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışmayı baştan sona kadar danışmanım Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU’nun sorumluluğunda tamamladığımı, verileri kendim topladığımı, analizleri ilgili laboratuvarlarda yaptığımı/yaptırdığımı, başka kaynaklardan aldığım bilgileri metinde ve kaynakçada eksiksiz olarak gösterdiğimi, çalışma sürecinde bilimsel araştırma ve etik kurallara uygun olarak davrandığımı ve aksinin ortaya çıkması durumunda her türlü yasal sonucu kabul ettiğimi beyan ederim.



İmza

Şeyma KARABULUT

ÖNSÖZ

Yüksek Lisans tez çalışmamın gerçekleşme ve düzenlenmesi sürecinde bana karşı sabırlı ve hoş yaklaşımından dolayı çok değerli tez danışmanım sayın Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU' na, sevgisini, maddi ve manevi desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen ve bana sonsuz güvenen, eğitim ve öğrenimim boyunca yanımda olan sevgili aileme, bilgi ve birikimlerini benden esirgemeyen her zaman yardımcı olan çok değerli ablam Esra GAZİOĞLU ve kıymetli eşi İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Arş. Gör. Abdulcelil GAZİOĞLU'na sonsuz teşekkürler.

Bu çalışmayı üzerimde emeği çok olan, elini her daim üzerimde tutan ve bana güç veren çok kıymetli annem Zeynep KARABULUT'a ve ana-babalık duygusunu en güzel şekilde paylaşan değerli ailelere ithaf ediyorum.

Şeyma KARABULUT

Ocak 2020

İÇİNDEKİLER

	Sayfa No.
İNTİHAL RAPORU	i
TEZ ETİK BEYANI.....	ii
ÖNSÖZ.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
KISALTMALAR	vi
ÇİZELGELER.....	vii
ÖZET.....	viii
ABSTRACT	ix
1. GİRİŞ.....	1
2. LİTERATÜR ARAŞTIRMASI	4
2.1. Sosyal Anksiyete.....	4
2.1.1. Sosyal Anksiyete Tanı Kriterleri.....	5
2.1.2. Sosyal Anksiyetenin Yaygınlığı.....	6
2.1.3. Sosyal Anksiyetenin Alt Tipleri	6
2.2. Ebeveyn Tutumları.....	8
2.2.1. Ebeveyn Tutumları ve Psikopatoloji	9
2.3. Sıkıntıya Dayanma Tanımı	10
2.4. Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Anksiyete, Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Sıkıntıya Katlanma Düzeyleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar	11
2.5. Araştırmanın Amacı ve Soruları.....	18
2.6. Araştırmanın Önemi.....	20
2.7. Sınırlılıklar.....	20
3. YÖNTEM	21
3.1. Evren ve Örneklem.....	21
3.2. Araştırmanın Modeli	21
3.3. Veri Toplama Yöntemi ve Araçları.....	21

3.3.1. Demografik Bilgi Formu.....	22
3.3.2. Liebowitz Sosyal Fobi Belirti Ölçeği	22
3.3.3. Anne-Baba Tutum Envanteri	22
3.3.4. Sıkıntıya Dayanma Ölçeği	23
3.4. Veri Toplama	23
3.5. Veri Analizi.....	24
3.6. Araştırmanın Etiği.....	24
4. BULGULAR.....	25
4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri	25
4.2. Demografik Değişkenler Bakımından Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumları Puanlarının Karşılaştırılması	27
4.3. Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	38
5. TARTIŞMA.....	41
6. SONUÇLAR.....	46
6.1. Araştırmanın Sonuçları.....	46
7. ÖNERİLER.....	48
7.1. Öneriler.....	48
8. KAYNAKLAR	50
9. EKLER.....	59
Ek-2. Liebowitz Sosyal Fobi Belirtileri Ölçeği.....	61
Ek-3. Anne-Baba Tutum Ölçeği	62
Ek-4: Sıkıntıya Katlanma Ölçeği.....	66
Ek-5: Haliç Üniversitesi Etik Kurul Onay Belgesi.....	67
10. ÖZGEÇMİŞ	68

KISALTMALAR

DSM: Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorder

SAB: Sosyal Anksiyete Bozukluğu

SKÖ: Sıkıntıya Katlanma Ölçeği

ÇİZELGELER

Çizelge 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri	25
Çizelge 2. Ölçek Puanları ve Yaş Değişkeninin Ortalama, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri.....	26
Çizelge 3. Cinsiyete Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi	27
Çizelge 4. Ailede Psikiyatrik Öykü Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi	28
Çizelge 5. Ailede Kronik Hastalık Öyküsü Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi.....	29
Çizelge 6. Alkol Kullanımı Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi	30
Çizelge 7. Sigara Kullanımı Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi	31
Çizelge 8. Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi	32
Çizelge 9. Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi	33
Çizelge 10. Öğrencilerin Kiminle Yaşıyor Olduğu Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi.....	35
Çizelge 11. Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi.....	35
Çizelge 12. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumlarının Pearson Korelasyonu.....	38
Çizelge 13. Üniversite Öğrencilerinin Sıkıntıya Katlanma, Yaş, Ebeveyn Tutumu ve Sosyal Anksiyete Düzeylerinin Yordayıcı Doğrusal Regresyon Analizi	39

ÖZET

ERKEN ERİŞKİN BİREYLERDE SOSYAL ANKSİYETE DÜZEYLERİ, ALGILANAN EBEVEYN TUTUMU VE SIKINTIYA KATLANMA BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Bu çalışmanın amacı, erken erişkin bireylerde sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan anne-baba tutumları ve sıkıntıya katlanma becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. İstanbul'da yaşayan ve seçkisiz örneklem yoluyla seçilmiş olan ve araştırmaya katılmayı onaylayan 18-30 yaş arasındaki 257 kişiyle yürütülmüştür, katılımcılarla anket çalışması yürütülmüştür. Anket çalışması için Demografik Bilgi Formu, Liebowitz Sosyal Fobi Belirtileri Ölçeği, Anne-Baba Tutum Envanteri ve Sıkıntıya Dayanma Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcıların sağlamış olduğu verilerin istatistiksel analizi yapılarak, elde edilen sonuçların literatürle karşılaştırılması yapılmıştır. İstatistiksel analiz yöntemleri olarak dağılım normal olması dikkate alınarak, Bağımsız Örneklem t Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi, Pearson Korelasyonu uygulanmıştır. Ayrıca, değişkenlerin açıklayıcılığını incelemek amacıyla Doğrusal Çoklu Regresyon Analizi uygulanmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, cinsiyet, ebeveyn eğitim düzeyi ve öğrencilerin kimlerle yaşadığı değişkenlerine göre algılanan ebeveyn tutumlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. Ayrıca, alkol kullanımı, ebeveyn eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve öğrencilerin kimlerle yaşadığı değişkenlerine göre sıkıntıya katlanma güçlüğü, sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma alt boyut puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya katlanma güçlüğü puanları arasındaki ilişki incelendiğinde, algılanan ebeveyn tutumları, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve sosyal anksiyete puanları arasında anlamlı korelasyon saptanmıştır. Araştırma değişkenlerinin yordayıcı ilişkisi incelendiğinde, sıkıntıya katlanma güçlükleri, öğrencilerin yaş ve sosyal anksiyete kaçınma alt boyut puanları tarafından anlamlı düzeyde yordanmaktadır. Sonuçlar, yaş azaldıkça ve sosyal anksiyete kaçınma puanları arttıkça, öğrencilerin sıkıntıya dayanma güçlüğü puanları anlamlı düzeyde artmaktadır. Çalışmada elde edilen bulguların algılanan ebeveyn tutumu ve ilgili psikolojik faktörlerin değerlendirilmesi ile hem ileri çalışmalara hem de uygulayıcılara katkı sağlayabileceği öngörülmektedir.

Anahtar Sözcükler: Ebeveyn Tutumu, Sıkıntıya Katlanma, Sosyal Anksiyete

ABSTRACT

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP AMONG SOCIAL ANXIETY LEVELS, PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES, AND DISTRESS TOLERANCE OF EARLY ADULTS

The aim of this study was to investigate the relationship between social anxiety levels, perceived parental attitudes, and endurance skills in early adult individuals. The study was conducted with 257 people between the ages of 18-30 who were selected by random sampling and approved to participate in the study. Demographic Information Form, Liebowitz Social Phobia Scale, Parent Attitude Inventory and Resistance to Distress Scale were used for the survey. Statistical analysis of the data provided by the participants was made and the results obtained were compared with the literature. Independent sampling t test, One Way Analysis of Variance and Pearson Correlation were applied by considering the normal distribution as the statistical analysis methods. In addition, Linear Multiple Regression Analysis was applied to examine the explanatory value of the variables. According to the findings of the study, it was found that perceived parental attitudes differed significantly according to the variables of gender, parental education level and who lived with the students. In addition, according to the variables of alcohol use, parental education level, income level and students with whom they live, difficulty in enduring difficulty, social anxiety anxiety and avoidance subscale scores were significantly different. When the relationship between social anxiety, perceived parental attitudes and difficulty in enduring difficulties was examined, a significant correlation was found between perceived parental attitudes, difficulty in enduring difficulties and social anxiety scores. When the predictive relationship of the study variables was examined, the difficulties of enduring the distress were significantly predicted by the age and social anxiety avoidance subscale scores. As the results, age decreased and social anxiety avoidance scores increased, students' difficulty in resisting difficulty increased significantly. It is predicted that the findings obtained in this study may contribute to both further studies and practitioners by evaluating perceived parental attitude and related psychological factors.

Keywords: Distress Tolerance, Parental Attitudes, Social Anxiety

1. GİRİŞ

Sosyal fobi sıklıkla utangaçlığın ileri bir biçimi gibi ele alınmıştır. Oysa utangaçlıkla sosyal fobi arasında önemli farklılıklar olması gereklidir çünkü en azından toplumdaki sıklığı açısından iki durum arasında çok önemli farklılıklar vardır. Bir çalışma ergenlerin yaklaşık %50'sinin kendisini utangaç olarak tanımladığını göstermektedir (Albano ve ark, 1995). Buna karşılık sosyal fobinin toplumda görülme sıklığı %1-3 civarında bildirilmektedir (Davidson ve ark, 1995). Yapılan bir araştırmada, utangaçlık ve sosyal anksiyete arasında ebeveyn tutumları yönünden fark olabileceğine ilişkin bulgular elde edilmiştir. Aynı çalışmada, sosyal anksiyete belirtileri olan erkeklerin çocukluklarında özellikle anneleriyle ilişkilerini "korkunç" olarak tanımladıklarını göstermiştir. Utangaçlıkla ilgili olarak gözlemlenebilen en yaygın durumun, çocukların akran ilişkilerindeki bozulma veya aile üyeleriyle olumsuz ve işlevsel olmayan ilişkilerin olduğu öne sürülmektedir. Utangaçlığın, daha sonraki aşamalarda sosyal anksiyete boyutuna çıkmasının aile etkileşiminden kaynaklı bir durum olabileceği düşünülmektedir (Bruch & Cheek, 1995).

Heimberg, Hope, Rapee ve Bruch (1988) sosyal kaygıyı, sosyal ortamlarda duyulan kaygı, korku ve rahatsızlık yaşantıları ile sosyal ortamlardan kasıtlı olarak kaçınma ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilmekten korkma olarak tanımlamaktadırlar. Leary ve Kowalski'ye (1995) göre, ergenlik ve erken erişkinlik dönemi sosyal kaygının en fazla yaşandığı dönemdir. Sosyal kaygı, özellikle alternatif kişilik modellerinin test edildiği ve yeni arkadaşlıkların kurulduğu; sosyal etkileşim becerilerinin geliştiği, bireyin kendini sınıadığı çok önemli bir dönem olarak nitelendirilebilecek erken erişkinlik döneminde de engelleyici olabilmektedir (WPA, 1995). Kendilik sunumu açısından bakıldığında, karşı cinsiyetle karşılaşıldığında, kaygının niye ortaya çıktığını anlamak kolaydır: İnsanlar karşı cinsiyet üzerinde, olumlu bir izlenim bıraktıklarında, sosyal ve seksüel açıdan cazip olduklarını gösteren, kendilerini kanıtlamalarına yarayacak geri bildirimler alacaklardır. Bunun

yanında, bireyin farklı cinsiyetlerle birlikte yaptığı işlerdeki başarısı, diğer insanlara karşı, kendisinin sosyal değerinin olduğunu göstermektedir.

Sosyal Fobi, sosyal durumlarda aşağılanma korkusu olarak tanımlanır. Sosyal fobiler, başkalarının etrafında olma, topluluk önünde konuşma, otoriter bir kişiyle konuşma, flört etme veya halka açık bir çek imzalama korkusu olarak sunulabilir. En yaygın korku toplumda konuşma korkusudur. Sosyal Fobiden muzdarip insanlar, sosyal kurumlarda yetkin olmadıklarında, her insanda düşünmeye eğilimlidir. Çoğu insanın genellikle görmezden geldiği küçük hatalar, büyük utanç yaratan kaygı uyandıran olaylar haline gelir. Vücudun utanmaya karşı doğal yanıtı olan kızarma, kişiyi akut olarak bilinçli hale getirebilir (Heimber ve Becker, 2002).

Sosyal Fobi genellikle utangaçlık olarak düşünülse de, ikisi temelde farklıdır. Utangaç insanlar başkalarının karşısında çok huzursuz hissedebilirken, sosyal bir durumu tahmin etmede aşırı endişe duymazlar veya kendilerini bilinçli hissetmelerini sağlayacak koşullardan kaçınmazlar. Buna karşılık, sosyal fobisi olan insanlar, kendilerini tanıyan insanlarla iletişim halindeyken kaçınma davranışı göstermeyebilir.

Sosyal Fobi belirtileri olan kişiler, duygularının ve düşüncelerinin mantıksız olduğunu farkındadırlar, ancak yine de gelecekte bir sosyal etkileşimden kaynaklanan anksiyeteye eğilimlidirler. Bu yüzden, sosyal bir etkinliğe katılma korkusu haftalar öncesinden başlayabilir ve bunun sonucu olarak, kişiler her ne pahasına olursa olsun etkin bir şekilde olaydan kaçınabilir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Tedavi edilmezse, Sosyal Fobi, hastanın hayatının geri kalanında işlevini engellemeye devam edebilir ve yüksek madde bağımlılığı, depresyon ve intihar riskine yol açabilir. Bu ciddi sonuçlar sadece bireysel hastalara değil aynı zamanda aileye, arkadaşlara ve genel olarak topluma da ciddi bir yük getirmektedir (Heimberg ve Becker, 2002).

Schneier ve arkadaşları (1992) sosyal fobinin kadınlarda, erkeklere göre görülme sıklığının yaklaşık 1/2 oranında olduğunu belirtmektedirler. Başka bir çalışmada ise klinik ortamda, sosyal kaygının kadın ve erkeklerde görülme oranı 1/1 olarak gösterilmektedir (Rapee, Sanderson ve Barlow, 1988). Erken erişkinlik döneminde kadınlar, kendilerinin görünüşü ve davranışları hakkında başkalarının

yapmış olduğu değerlendirmelere erkeklerin verdiğinden daha fazla önem vermektedir (La Greca ve Lopez, 1997).

Çalışmalar, sosyal kaygılı bireylerin, kendi ana-babalarını aşırı koruyucu, ilgisiz, reddedici ve çocuklarını utandırma eğiliminde olduklarını göstermektedir (Hudson ve Rapee, 2000). Fenigstein, Scheier ve Buss (1975) sosyal kaygıda, kaygı düzeyi yüksek ve düşük bireyler arasındaki ayırt edici unsurlardan bir tanesinin ebeveyn tutumu (otoriter, disiplin, başarı isteği, ihmal, reddetme, aşırı koruma gibi) ile bireyin kendi bedeninden, kişiliğinden ve başarısından tatmin olmayı göstermektedirler. Bununla birlikte, anne-baba tutumlarının bireylerin öz saygı düzeyine etkide bulunabileceğini, özellikle reddedilen, aşırı disiplinle yetiştirilen ve aşırı korunmuş çocukların daha düşük benlik saygısına sahip olduklarını, bunun da utanma, sıkılma ve sosyal kaygı ile ilişkisinin olabileceğini belirtmektedirler.

Diğer bir değişken olan sıkıntıya dayanma ise, bir duygu düzenleme becerisi olan ve bireylerin olumsuz durumlar karşısında strese karşı tolerans düzeyini ifade eden katlanma becerisidir. Hem dış faktör olarak anne-baba tutumları hem de bireye özgü ve dış faktörler çerçevesinde gelişebilen veya yeterli ölçüde gelişmeyen sıkıntıya dayanma becerisinin sosyal fobi belirtileri ile ilişkisi bu çalışmada incelenmiştir.

Yukarıda belirtilen özellikler doğrultusunda kişilerde sıkıntıya dayanma düzeylerinin düşük olması uyumlu olmayan başa çıkma becerilerini tercih edebilecekleri ve psikopatolojiye yatkınlığını göstermektedir.

2. LİTERATÜR ARAŞTIRMASI

2.1. Sosyal Anksiyete

Sosyal anksiyete Bozukluğu, bir diğer adıyla Toplumsal Kaygı Bozukluğu, sosyal fobi olarak da tanımlanan bir kaygı bozukluğu türüdür. Bu çalışmada sosyal kaygı ve sosyal fobi birbirinin yerine kullanılmaktadır (APA, 2013). Sosyal anksiyete, bir kişinin sosyal ortamlarda başkalarının bulunduğu yerlerde performans durumlarında hissedilebilen veya tanımadığı insanlar tarafından yargılanma, eleştiri veya reddedilme olasılığından kaynaklı aşırı veya normal düzeyde olmayan kaygı ve korkuya veya kaçınma davranışlarıyla karakteriz bir anksiyete bozukluğu türü olarak tanımlanmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Sosyal anksiyetede birey, utanç verici veya küçük düşürücü bir şekilde hareket edeceğine yönelik yoğun bir endişe duymaktadır. Kişi, bazı sosyal durumlara aşırı endişeli bir biçimde katlanmaya çalışır veya onlardan tamamen kaçınabilir. Kişiler, topluluk içerisinde bazen panik ataklar yaşayabilir. Korku ve kaçınma, maddelerin fizyolojik etkilerinden ya da yaygın gelişimsel bozukluklardan birinin bir parçası olarak panik rahatsızlıkları gibi diğer genel tıbbi durumlardan kaynaklanmamalıdır. Sosyal fobi genellikle bireyin normal rutinini, mesleki (akademik) işleyişini veya sosyal faaliyetlerini veya ilişkilerini etkileyecek düzeyde olması halinde tanı almaktadır. Ayrıca, DSM-5 korkunun belirgin ve kalıcı olması gerektiğini ve bir veya daha fazla olayı etkilemesi gerektiğini öne sürmektedir. Daha önce 18 yaşın altındaki bireylerde tanı kriteri olarak, semptomların süresinin en az altı ay olması gerekmektedir. Bununla birlikte, DSM-5'e göre, en az altı aylık süre artık sadece çocuklar için değil herkes için geçerlidir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DSM sosyal kaygının tanımı kapsamlı ve kesin olsa da bu tanımla ilgili birkaç potansiyel sorun bulunmaktadır. Örneğin, kriter B'de "panik atak" teriminin kullanımı ayrı bir kaygı bozukluğunun adıdır. Bu karışıklığa ve yanlış tanıya yol

açabilmektedir; çünkü DSM-5 tarafından tanımlandığı gibi kişilerin hem panik hem de sosyal kaygı bozukluğu olması mümkündür. Ayrıca, sosyal kaygıya katkıda bulunan in-vivo (gerçek hayat) süreçleri hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç vardır.

Olledick ve Hirshfel-Becker (2002), sosyal fobinin normal gelişimin önemli bir parçası olarak görmektedir. Essau, Conrad ve Petermann (1999) tarafından 12-17 yaş arasındaki gençlerle yaptığı bir araştırma, katılımcıların neredeyse %50'sinin sosyal fobisi olduğunu bulmuştur. Bir okul ortamındaki en yaygın korkuların sınıfta okuma ya da konuşma ve drama gösterileri yapmasıyla ilgili olduğu bulunmuştur (Kearney, 2005). Klinik bir grupta korku, toplum önünde konuşma ve okul ile ilgili durumlara ortak bir tepki şeklinde gözlenmiştir (Turner ve ark, 1986). Bernstein ve meslektaşları (1996) kaygının sosyal beceri, öğrenme ve dikkat problemi eksikliği ile de ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu beceriler yaşa göre değişebildiğinden, korku seviyesi yaşla da değişebilir.

Sosyal anksiyete, depresyon ve alkol bağımlılığı sonrası üçüncü en yaygın ruh sağlığı bozukluğu olarak sıralanmaktadır (Furmark, 2002). Her on kişiden en az biri, yaşamlarında bir süre, hemen hemen her kültürde yaşanan bir fenomen olan sosyal fobiden etkilenmiştir. Yetişkinlikte, insanların büyük bir kısmı, çoğunlukla topluluk önünde konuşma veya başkalarının önünde performans gösterme konusunda en azından geçici sosyal kaygı yaşadıklarını kabul etmektedir (Cox ve ark, 2003; Kessler, Stein ve Berglund, 1998).

2.1.1. Sosyal Anksiyete Tanı Kriterleri

Sosyal Fobiden muzdarip insanlar üç temel özellik gösterir: sosyal durumlarda diğer insanlar tarafından değerlendirilme korkusu, utanç verilebilecek performans durumlarının belirgin ve kalıcı bir kaçınma ve korkulan durumların aktif bir şekilde önlenmesi. Sosyal Fobi, korkuların kaynağının neredeyse tüm sosyal ilişkilerde görüldüğü veya belirli sosyal faaliyetler veya performans durumlarıyla ilgili olduğu genelleştirilmemiş bir durum olarak ortaya çıkmaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Sosyal Fobinin en belirgin belirtileri, diğer insanlardan utanma ile ortaya çıkan belirtilerdir. Sosyal anksiyete belirtileri olan insanlar başkalarının önünde konuşmak, yemek yemek veya bulunmakta zorluk çekebilirler. Korkulan duruma veya yere maruz kaldığında, hastalar sık sık çarpıntı, titreme, terleme, kasların

gerilmesi ve baş ağrıları gibi somatik anksiyete belirtileri yaşamaktadır. Ek belirtiler arasında mide bulantısı, sıcak ve soğuk basması, nefes darlığı ve ağız kuruluğu belirtileri yer almaktadır. Ayrıca, olayın getirdiği fiziksel anksiyete belirtileri, olaydan önce, olay sırasında veya sonrasında kendini gösterebilir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

2.1.2. Sosyal Anksiyetenin Yaygınlığı

Sosyal Fobi, tüm ırklardan ve sosyal gruplardan her %2 ile %3 oranında kişiyi etkilemektedir. Ortalama başlangıç yaşı 15-20 yıl arasındadır, ancak hastalık genellikle çocukluk döneminde başlamaktadır. Sosyal fobilerin yaklaşık % 40'ı on yaşından önce ortaya çıkmaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2010).

Sosyal Fobi hastalarının çoğu önemli yaşam ve sosyal beceriler edinmekte zorlanmaktadır ve sosyal izolasyonlarından dolayı sıklıkla diğer anksiyete belirtileri yaşamaktadır. Travmatik olaylar genellikle belirli fobilerin (belirli nesnelere veya durumlara ilişkin özgül fobileri) gelişimini tetiklemektedir. Araştırmalar, sosyal fobinin kalıtsal bir bileşeni olabileceğini ve bunun birçok kadın erkek gibi iç içe gerçekleştiğini göstermektedir. Sosyal fobi belirtileri olan kişiler, bazen insanlarla iletişimde tamamen rahat olabilirler, ancak belirli durumlarda yoğun endişe duyabilmektedirler (Heimberg ve ark, 1993).

2.1.3. Sosyal Anksiyetenin Alt Tipleri

Sosyal anksiyete bozukluğunun DSM'de yer almasının ardından çeşitli çalışma grupları sosyal anksiyete bozukluğunun olası alt tiplerine yönelik öneriler getirmişlerdir. Heimberg ve arkadaşları (1993) "yaygın", "yaygın olmayan" ve "belirgin" (circumscribed ya da discrete) olmak üzere sosyal anksiyete bozukluğunun üç alt tipi olduğunu öne sürmüştür.

Araştırmacılar sosyal ortamların pek çoğunda anksiyete yaşanması şeklinde bilinen "yaygın" alt tipe ek olarak göre "yaygın olmayan" alt tipin en az bir sosyal alanda sosyal anksiyete yaşanması ve bu anksiyetenin düzeyinin klinik olarak anlamlı düzeyde olmadığı şeklinde tanımlamıştır. Öte yandan, "kısıtlı" alt tipin ise belli başlı bir ya da birkaç toplumsal alanda (örn. başkalarının önünde bir konuşma yapma) sosyal anksiyete yaşanması ile tanımlandığını belirtmişlerdir (Heimberg ve ark. 1993). Yapılan araştırmalarda "belirgin ya da kısıtlı" alt tip ya hiç çalışılmamış ya da "yaygın olmayan" alt tip başlığı altında değerlendirilmiştir (Brown ve ark.

1995; Hofmann ve Roth 1996). Sosyal anksiyete bozukluğunun alt tiplere ayrışma sürecinin anksiyete yaşanan ortamların sayısına göre belirlenmesi yaklaşımı farklı araştırmacılar tarafından da benimsenmiştir.

Sosyal anksiyete bozukluğunun alt türlerine yönelik sınıflandırmanın, kişilerin sosyal anksiyete belirtilerini hissettiği sosyal ortamlara bağlı olarak farklılık gösterdiği düşünülmektedir (Stein ve ark, 2000). Yapılan bir araştırmada, sosyal anksiyete bozukluğunun iki temel boyutu bulunduğu ve bu boyutların sosyal ilişkiler ve topluluk önünde performans sergilemek olduğu belirtilmiştir (Piqueras ve ark, 2008). Belirtilen iki farklı faktöre bağlı olarak, kişilerin demografik değişkenleri ve eşanı almış diğer psikopatolojilerle sosyal anksiyete belirtilerinin seyri ve boyutların görülme sıklığı farklılık gösterebilmektedir.

Di Nardo ve meslektaşları (1994) tarafından yapılan bir çalışmada ise, sosyal anksiyete bozukluğunun 13 farklı koşulla tanımlanabileceği ifade edilmiştir. Bu koşullar,

- (1) Bir partiye katılmak,
- (2) Sınıf veya kongre gibi kalabalık bir ortamda bulunmak,
- (3) Grup önünde konuşmak,
- (4) Kalabalık yerde yemek yeme
- (5) Umumi tuvalet kullanmak,
- (6) Toplum içinde yazı yazmak,
- (7) Başkasıyla randevu ayarlamak,
- (8) Otorite olabilecek kişilerle iletişime geçmiş
- (9) Başkalarından gelebilecek mantıksız olabilecek teklifleri kendine güvenen bir biçimde geri çevirmek
- (10) Birisinden davranışını değiştirmesini istemek,
- (11) Konuşma başlatmak,
- (12) Konuşmayı sürdürmek,
- (13) Yabancı insanlarla konuşmak, (DiNardo ve ark. 1994).

2.2. Ebeveyn Tutumları

İnsanlar, doğumdan ölüme kadar yaşam boyu öğrenme sürecindedirler. Bu dönemin etkinliği, bireyi etkileyen faktörlere bağlıdır. Çevre ile sürekli etkileşim içinde olan bireyler, çoğunlukla ailelerden etkilenmektedir (Özkan ve Tösten, 2011) Araştırmacılar, ebeveyn tutumlarının çocuğun davranışları üzerinde önemli bir etkisi olduğunu vurgulamaktadır. Starkey ve Klein (2000), düzenli ve anlamlı ebeveyn ilgisinin bir sonucu olarak özellikle erken gelişimsel dönem itibariyle etkinliklerinde daha başarılı olduğunu belirtmektedir. Ebeveynlerin tutumları, bireylerin kişiliği ve özellikleri üzerinde büyük bir öneme sahiptir. Okulda ve ailede gösterilen tamamlayıcı davranışlar, bireylerin eğitimi ve sosyalleşmesinde büyük faydalar sağlamaktadır (Oundo, Poipoi ve Were, 2014). Bireyin ilk eğitimi ailede başlar ve okula devam eder.

Ebeveyn ihmali sonucunda bireylerin sağlıklarını ve gelişimlerini olumsuz yönde etkileyen temel, fiziksel ve psikolojik ihtiyaçlarında ciddi sorunlar ortaya çıkabilmektedir (Eskicumalı ve Eroğlu, 2001; Derman ve Başal, 2013). Çocuk eğitiminde aile ortamı çok önemlidir. Ailenin çocuğun eğitimi üzerindeki etkisi, ebeveynlerin davranış tarzına bağlı olarak değişebilmektedir. Bireylerin tüm gelişim alanlarının şekillendiği ilk yer aile ortamıdır (Aktaş, 2011). Kişiliği şekillendirmede en önemli çevresel faktörlerden biri ebeveyn tutumlarıdır (Uzuner, 2003). Ayrıca ebeveynlerin tutumu çocukların psiko-sosyal gelişiminde etkilidir (Eskicumalı & Eroğlu, 2001). Ebeveyn tutumlarının bireyin bahsi geçen tüm gelişmeleri üzerinde büyük bir etkisi olduğu görülmektedir. Bu bağlamda, çocuklarını büyütmedeki koruyucu, demokratik, esnek ve katı veya reddedici ebeveyn tutumları çocuğun becerilerini birçok yönden etkilemektedir. Ayrıca, ebeveyn tutumlarını etkileyen birçok özellik vardır; ebeveynler ve çocuklar arasındaki ilişki, çocuğun büyüdüğü aile ortamı, ebeveynler arasındaki ilişki, çocuğun beklentilerine uygun olması, çocuk sayısı, çocuğun cinsiyeti ve özellikleri, ailenin sosyoekonomik durumu ve kültürel özellikleri (Aydoğmuş, 2001; Uzuner, 2003; Sezer, 2010) bu süreçte etkisi olan unsurlardır.

Ebeveyn tutumlarına ilişkin çeşitli yaklaşımlar vardır, ancak bunlar temelde demokratik ebeveyn tutumu (Akbaba, 2004; Totan ve Yöndem, 2007) koruyucu ebeveyn tutumu (Yavuzer, 2004; Yıldırım, 2005) otoriter ebeveyn tutumu (Maccoby ve Martin, 1983) olarak belirtilmiştir. Demokratik ebeveynler çocuklarıyla ilgilenir,

ihtiyaçlarını ve isteklerini hoşgörü ile karşılar, kendilerini ifade etme fırsatı sunar. Bu ebeveynler her çocuğun benzersiz bir gelişim kapasitesine sahip olduğunu bilir, bu nedenle çocukların özgürce gelişmesine, yeteneklerini ortaya çıkarmasına ve kendini gerçekleştirmesine izin verirler (Baumrind, 1966). Otoriter ebeveynler, çocuklarına karşı daha koşullu yaklaşım gösterir. Çocukları rahatsız eden, çocukların çıkarları, istekleri ve ihtiyaçları yerine kendi taleplerinin yerine getirilmesini isterler. Otoriter ebeveyn tutumu, çocuklarda bağımsız kişilik gelişimini engeller, özellikle erkek çocuklarda saldırganlık seviyesini artırır ve benlik saygısı seviyesini azaltabilir (Maccoby ve Martin, 1983). Çocukların gelişim düzeyleri için uygun olmayan önleme durumları ve sınırlamaları, bireyin psikolojik durumunu, iletişimini, sosyal ilişkilerini ve ayrıca okuldaki konsantrasyonunu olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Koruyucu ebeveynler, çocuklarına özgüven ve girişimcilik kaybına neden olan aşırı koruma önlemleri ve denetleme eğilimi göstermektedir.

2.2.1. Ebeveyn Tutumları ve Psikopatoloji

Aile, çocuklar için ilk okul ve minyatür bir toplumdur. Çocukların ailedeki deneyimleri, yaşamın sonraki aşamalarında sosyal yaşam beklentilerini ve kapasitelerini usulüne göre etkiler. Gelişim döneminde, ebeveynler çocuklarının davranışsal, duygusal, bilişsel gelişimi, değişiklikleri ve modifikasyonlarında önemli nedensel ajanlardır. Ailelerinden yeterli sevgi, sevgi ve destek alan çocuklar kişilerarası ilişkilerde rahatlık ve güvenle yaklaşma eğilimindedir. Öte yandan, ebeveynler ve diğer önemli aile üyeleri gibi yakın insanlardan çok fazla duygusal soğukluk ve ret yaşayan çocuklar, duygusal sıcaklık eksikliği ve kişilerarası ilişkiler bakımından problemler yaşayabilmektedir.

Hillman (1982) bir çocuğun aile iklimi algısı ile akademik performansı arasında bir ilişki olup olmadığını belirlemek için bir çalışma yürütmüştür. Aile iklimi, okuduğunu anlama ile tutarlı bir şekilde ilişkili olduğundan, çocukların işlevselliği hakkında önemli bilgiler sunan akademik başarının ebeveyn tutumlarıyla ilişkili olduğu görülmüştür. Urzua (1993), işlevsiz aileleri ve ergenler arasında riskli davranışların tezahürü ile ilişkisini incelemiştir. Sonuçlar, ailenin hastalık veya ebeveyn ayrılığı nedeniyle arızalanması durumunda risk davranışı prevalansının arttığını göstermiştir. Benzer şekilde Allan, Kashani ve Reid (1998), ebeveyn düşmanlığının çocuklar üzerindeki etkilerini araştırmışlardır. Ebeveynlerin olumsuz tutum sergilediğini, aile üyeleri arasında çatışma ve uyum eksikliği ile ilişkisi

olduğunu bulmuşlardır. Patten ve meslektaşları (1997) Kaliforniya'daki ergenler arasında aile yapısı, ebeveyn sosyal desteği ve depresif belirtiler arasındaki ilişkiyi incelemiş ve depresif belirtilerin kötü aile yapısı ve ebeveyn desteği ile ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Ayrıca, ebeveyn sosyal desteği eksikliğinin ergenlerde depresif belirtilerle yüksek oranda ilişkili olduğunu da eklediler. Caster ve ark. (1999) ergenlerin ebeveynlerinin çocuk yetiştirme tarzları, aile yalanları ortamı ve sosyal kaygı algıları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Son olarak, daha yüksek sosyal kaygı düzeyine sahip ergenlerin, başkalarının görüşlerinden endişe duydukları, çocuklarının utangaçlığından utanan, zayıf skolastik performans ve sosyal hareketsizlikten öfkeli olan ebeveynlerini daha sosyal olarak izole edici olarak algıladıkları görülmüştür. Sakado ve meslektaşları (1999), işlevsel olmayan ebeveynlik ilişkisini araştırmış ve kötü ebeveyn bakımı, bekar ebeveynlik ve yüksek sosyal izolasyon eğiliminin depresyonla ilişkili olduğu bulunmuştur.

2.3. Sıkıntıya Dayanma Tanımı

Sıkıntıya Katlanma terimi, geniş bir tolerans deneyimi yapısını ifade etmek için kullanılmış ancak aynı zamanda daha dar bir duygusal tolerans türüne değinmiştir. Genel olarak, "sıkıntıya katlanma, olumsuz iç durumları (örneğin acı, olumsuz duygular ve vücut duyuları) tolere etme kapasitesindeki bireysel farklılıklardır (Weems, 2011). Sıkıntıya katlanmada dahilinde, belirli tehlike tipleri için daha dar tolerans yapıları önerilmiş ve araştırılmıştır. Sıkıntıya katlanma kapasitesinin alt boyutu olarak, belirsizlik toleransı, belirsizliğe katlanamama, rahatsızlıklara katlanamama olumsuz duygusal durumlar için stres toleransı, hayal kırıklığı toleransı, fiziksel tolerans ve bilişsel toleransı içerir. Bu yapılar arasındaki kavramsal farklılıkların Zvolensky ve ark. (2011) tarafından belirtilmiştir. Simons ve Gaher (2005), olumsuz duyguya toleransı ölçmek için Sıkıntıya Katlanma Ölçeği geliştirdiğinde, başkalarının daha geniş deneysel stres toleransını tanımlamak için kullandığı gibi, duygusal stres toleransını tanımlamak için sıkıntıya katlanma ifadesini ortak olarak ele almışlardır., Simons ve Gaher (2005) sıkıntıya katlanmayı "olumsuz psikolojik durumları deneyimleme ve bunlara dayanma kabiliyeti" olarak tanımlamıştır. Zvolensky ve meslektaşları (2011) sıkıntıya katlanmayı "kişinin duygusal sıkıntıya tahammül edebileceğine yönelik algıladığı kapasite" olarak tanımlamıştır.

Simons ve Gaher (2005) sıkıntıya dayanma ile ilgili dört özellik tanımlamıştır.

- Sıkıntıya dayanma konusunda düşük eşiği olan bireylerin sıkıntıyı dayanılmaz olarak algırlarlar,
- Bireyin sıkıntılı olmayı değerlendirmesinde sıkıntıyı kabullenmesinde eksiklik, sıkıntılı olmaktan utanç duyma ve kendi baş etme becerilerini başkalarına göre daha aşağıda görmesi
- Kişinin olumsuz duygulardan kaçınması için hızlı bir şekilde aşırı çaba sarf etmesi
- Bu olumsuz duygulardan kaçınmaması durumunda sıkıntı verici duyguların varlığında bütün dikkatlerin buna yönelmesi ve işlevselliğin de anlamlı bir biçimde düşmesi

2.4. Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Anksiyete, Algılanan Ebeveyn Tutumları ve Sıkıntıya Katlanma Düzeyleri ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Yapılan araştırmalar arasında, üniversite öğrencilerinde algılanan ebeveyn tutumu, sıkıntıya katlanma becerileri ve sosyal anksiyete düzeylerini birlikte inceleyen çalışmaya rastlanmamış; fakat ilgili araştırma değişkenleriyle yapılan benzer çalışmaların literatürde yer aldığı görülmüştür.

O'Bryan ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan bir araştırmada, sıkıntıya katlanma ve sağlık anksiyetesi arasındaki ilişkide farkındalık temelli yaklaşımların rolü incelenmiştir. Üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmada 218 öğrencinin verileri incelenmiştir. Anket çalışmasından elde edilen bulgulara göre, farkındalık temelli yaklaşımlara yönelik deneyimlerin anksiyete üzerinde anlamlı etkisi olmadığı saptanan çalışmada, sıkıntıya katlanma becerileri üzerinde farkındalık temelli yaklaşımların anlamlı etkisi olduğu sonucu elde edilmiştir.

Yapılan diğer bir çalışmada, Keough ve meslektaşları (2010), anksiyete semptomları konusunda, anksiyeteye duyarlılık ve sıkıntıya katlanma becerilerinin rolü incelenmiştir. Araştırmaya 418 kişi katılmış ve katılımcılara anksiyete belirtileri, anksiyeteye duyarlılık ve sıkıntıya katlanmaya yönelik öz bildirim formları uygulanmıştır. Çalışmanın bulgularına göre, sıkıntıya katlanma güçlüklerinin, katılımcılardaki panik bozukluk, obsesif-kompulsif bozukluk, yaygın anksiyete ve sosyal anksiyete semptomlarıyla anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Çalışmanın

bulguları, sıkıntıya katlanma güçlüklerinin anksiyete semptomatolojisi için risk faktörü oluşturabileceğini göstermektedir.

Pörhola ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan bir araştırmada, üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyete ve zorbalık arasındaki ilişki incelenmiştir. Finlandiya’da yapılan araştırmada 5086 üniversite öğrencisinin verileri incelenmiştir. Anket çalışmasında, öğrencilerin anksiyete bozukluğu ve duruma ilişkin sosyal anksiyete belirtileri ile zorbalık arasındaki ilişki karşılaştırılmıştır. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, hem zorbalılar hem de mağdurlar, topluluk içerisinde veya ders esnasında hissettikleri kaygı neticesinde sosyal anksiyete puanları anlamlı düzeyde daha yüksek saptanmıştır.

Kraft ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinde anksiyete ve depresyon belirtilerini etkileyen kognitif mekanizmalar değerlendirilmiştir. Araştırma için 80 üniversite öğrencisine sosyal anksiyete, ruminasyon, depresyon ve seçici dikkat değişkenlerini değerlendirmek amacıyla anketler verilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, üniversite öğrencilerinin ruminasyon ve seçici dikkat düzeyleri ile depresyon ve sosyal anksiyete belirtileri arasında anlamlı ilişki saptanmıştır.

Laposa ve meslektaşları (2015) tarafından yapılan gözden geçirme çalışmasında anksiyete ve obsesif-kompulsif bozuklukta sıkıntıya katlanma güçlüğü ve anksiyeteye duyarlılık değerlendirilmiştir. Çalışmada, sıkıntıya katlanma güçlüğünün klinik olmayan örneklem üzerinde anksiyete hassasiyetine ilişkin anlamlı bulgular sağladığı görülmüştür. Ayrıca sıkıntıya katlanma güçlükleri ile yaygın anksiyete bozukluğu, sosyal anksiyete bozukluğu ve obsesif-kompulsif bozukluk semptomları arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür.

Williams, Wik ve Wong (2015) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde alkol tüketimi ile sıkıntıya katlanma güçlükleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada, tek başına alkol alanlar ve topluluk içinde alkol almayı tercih eden öğrenciler şeklinde gruplandırılan örneklemin sıkıntıya katlanma düzeyleri karşılaştırılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, tek başına alkol almayı tercih eden öğrencilerin sıkıntıyla başa çıkma yöntemi olarak alkol tüketimine yöneldiği sonucu elde edilmiştir. Sıkıntıya katlanma güçlüğü olan ve yalnız alkol

tüketmeyi tercih edenlerin başa çıkma yönteminin alkol almak olması açısından sıkıntıya katlanma güçlüğünün önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir.

Rowa, Young ve McCabe (2016) tarafından yapılan çalışmada, anksiyete bozukluklarında duygusal sıkıntıya katlanma düzeyleri değerlendirilmiştir. Çalışmada 674 kişinin verileri değerlendirilmiştir. Araştırmaya katılanlar, ayaktan tedavi gören panik bozukluk, OKB, sosyal anksiyete ve yaygın anksiyete bozukluğu tanısı alan bireylerden oluşmaktadır. Çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda, duygusal sıkıntıya katlanma becerisinin anksiyete bozukluğu türüne göre değiştiği görülmüştür. Ayrıca, duygusal sıkıntıya katlanma güçlüğünün anksiyeteye hassasiyeti arttıran bir durum olduğu sonucu elde edilmiştir. Bu doğrultuda, anksiyete bozukluklarının etiolojisinin değerlendirilmesinde duygusal sıkıntıya katlanma becerilerinin önemli bir işlevi olduğu düşünülmektedir.

Provenzano, Santatangelo ve Firenze (2018) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinde anksiyete belirtileriyle ilişkili faktörler incelenmiştir. Çalışmaya 539 üniversite öğrencisi katılmıştır. Orta ve ciddi anksiyete düzeyi olarak gruplandırılan anksiyete belirtileri, çalışma durumu, sağlık durumu ve cinsiyet açısından karşılaştırma yapılan araştırmada elde edilen bulgulara göre çalışmayanlar, algılanan sağlık durumunun kötü olması ve kadın olmanın anksiyete belirtilerinin orta ve ciddi düzeyde görülmesini anlamlı biçimde yordamaktadır.

Hossain ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan boylamsal bir çalışmada, Bangladeş'teki üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlık durumu ve etkisi olduğu öngörülen sosyokültürel ve hayat tarzına ilişkin faktörler değerlendirilmiştir. Araştırmaya 1140 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin psikolojik işlevselliğine yönelik anksiyete, depresyon ve genel sağlığa yönelik değerlendirmeler yapılmıştır. Araştırmaların bulgularına göre, kadınların, sosyal bilimler alanında öğrenim görenlerin, eğitim hayatından memnun olmayanların ve ekonomik sorunlar yaşayan öğrencilerin psikolojik rahatsızlık yaşama durumları açısından risk grubunda olduğu sonucu elde edilmiştir. Öte yandan, boş zamanlarında bilgisayar oynamak ve televizyon izlemek gibi ekran başındaki etkinliklere yönelen öğrencilerin depresif belirtilerinin anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Fiziksel aktivitenin düşük olması, alkol tüketimi ve dengesiz beslenme gibi hayat tarzına yönelik değişkenlerle üniversite öğrencilerinin depresyon ve anksiyete belirtileri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur.

Wongtongkam (2019) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinin duygusal problemlerine ilişkin başa çıkma becerileri, benlik saygısı ve sosyal destek değişkenleri incelenmiştir. Araştırmaya farklı bölgelerden olmak üzere toplam 235 öğrenci katılmıştır. Akademik yıl süresince değerlendirilen öğrencilerin duygusal problemleri ve sosyal destek düzeylerinin yıl sonunda anlamlı düzeyde değişim gösterdiği sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, duygusal problemlerin artmasıyla, öğrencilerin uyumsuz başa çıkma yöntemlerinde artış olduğu, dikkatlerini başka yöne çekmek istedikleri veya içinde buldukları durumu inkâr ettikleri gözlenmiştir. Bununla birlikte, aktif ve işlevsel başa çıkma becerilerinin bile öğrencilerin duygusal problemler yaşaması açısından koruyucu faktörler olmak yerine risk faktörü oluşturduğu sonucu elde edilmiştir. Bu durumun, öğrencilerin çevresel koşulları ve yaş gibi gelişimsel özellikleriyle ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Ko ve Chang (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinde psikolojik dayanıklılık, sosyal anksiyete ve erteleme davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir. Yapısal eşitlik modeliyle karşılaştırılan değişkenlerin incelenmesindeki amaç, psikolojik dayanıklılığın erteleme davranışı ile ilişkisinde sosyal anksiyetenin aracı rolü olup olmadığını bulmaktır. Sonuçlara göre, yüksek düzeyde psikolojik dayanıklılığa sahip öğrencilerin daha düşük düzeyde erteleme davranışı olduğu ve psikolojik dayanıklılığın sosyal anksiyete düzeyi üzerinden dolaylı olarak erteleme davranışlarını anlamlı biçimde yordadığı bulunmuştur.

Song, Wu ve Zhang (2019) tarafından yapılan araştırmada Tıp Fakültesi öğrencilerinde psikolojik dayanıklılığın stres ve sosyal anksiyetede ki rolü incelenmiştir. Çalışmada 198 anket verisi incelenmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, sosyal anksiyete, stres ve psikolojik dayanıklılık arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Yapısal eşitlik modeli bulgularına göre, stres ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın kısmi aracı rolü olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, erkek öğrencilerin stres puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Kaiser ve meslektaşları (2012) tarafından yapılan bir araştırmada, olumsuz duygularla baş etmek adına dürtüsellik, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve madde kullanım bozukluğu arasındaki ilişki incelenmiştir. Üniversite öğrencileriyle yapılan araştırmaya, 525 birinci sınıf öğrencisi katılmıştır. Kişilik özellikleri, alkol kullanımı

ile ilgili problemler ve madde kullanımı ile ilgili değerlendirmelerin yapıldığı araştırmada elde edilen bulgulara göre, olumsuz duygularla baş etmek adına dürtüsel davranmanın, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve madde kullanım bozukluğu arasındaki ilişkide yordayıcı olduğu sonucu ele edilmiştir. Kişilik özelliği olarak olumsuz duygu durumun sıkıntıya katlanma güçlüğü ile birlikte madde kullanımını etkileyen değişken olduğu bulunmuştur.

Othman ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinde depresyon, anksiyete ve stresin belirleyicileri incelenmiştir. Kanada'da yapılan araştırmaya 148 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırmada %39,5 oranında katılımcının orta-şiddetli düzeyde depresif, %23,8'i anksiyete ve %80,3'ünün yüksek düzeyde stres algısı belirtileri olduğu bulunmuştur. Yordayıcı unsurların değerlendirilmesinde, ailesel, sosyal, fiziksel sağlık ve politik faktörlerin anlamlı etkisi olduğu sonucu elde edilmiştir.

Allan ve meslektaşları (2015) tarafından yapılan araştırmada, anksiyete duyarlılığı, korku, stres, alkol ve madde kullanımı ile sıkıntıya katlanma düzeyleri incelenmiştir. Araştırmaya 808 tedavi arayışında olan erişkin birey katılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesinde doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Bulgular doğrultusunda, anksiyete belirtilerine yönelik fiziksel, duygusal ve kognitif duyarlılık düzeylerinin korku, stres ve alkol-madde kullanımı ile anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Ayrıca, sıkıntıya katlanma güçlüğü'nün söz konusu ilişkinin anlamlılık düzeyini arttıran aracı değişken olduğu görülmüştür.

Pedrelli ve meslektaşları (2018) tarafından yapılan araştırmada, depresif belirtileri olmayan üniversite öğrencilerinin alkol tüketim sorunu, duygusal tepkisellik ve sıkıntıya katlanma güçlüğü arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda, alkol tüketim probleminin sıkıntıya katlanma güçlüğü tarafından anlamlı düzeyde yordandığı görülmüştür. Ayrıca, alkol tüketim sorununun duygusal tepkisellik ile ilişkisi olduğu saptanmıştır. Huzursuzluk ve sıkıntıya katlanma güçlüğü'nün üniversite öğrencilerinde alkol tüketimini anlamlı düzeyde yordadığı sonucu elde edilen çalışmada, sıkıntıya katlanma güçlüğü'nün kadınlardaki alkol kullanım sorununu erkeklere kıyasla daha yüksek düzeyde yordadığı tespit edilmiştir.

George ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, Avustralyalı üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyete ve alkol tüketim davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada 224 öğrenci katılmıştır. Çevrimiçi anketlerle veri toplanan çalışma için öğrencilerin alkol tüketimi ve sosyal anksiyete düzeyleri arasında ilişki saptanmıştır. Çalışmada, sosyal anksiyetesi yüksek olan öğrencilerin, alkol tüketimi olan etkinlik ve oyunlara daha fazla rağbet gösterdiği sonucu elde edilmiştir.

Thompson ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan diğer bir çalışmada, sosyal anksiyetenin sosyal durumlarda anksiyeteyi arttırdığı; fakat performansa etki edip etmediği incelenmiştir. 93 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada öğrencilerin sosyal performansına yönelik bir ölçüm yapılmıştır. Yapılan görüşme görevinde, katılımcılara karşı cinsten biriyle tanışma görevi verilmiştir. Performans değerlendirmesinde öğrencilerin sosyal anksiyete düzeyleri değerlendirilmiştir. Bulgulara göre, sosyal anksiyete ve huzursuzluk arasında anlamlı ilişki saptanmıştır; fakat konuşmada akıcılık, sözel ifadelerin kalitesi gibi sosyal ilişkiye dair göstergelerde anlamlı bir değişim saptanmamıştır.

Malezya'da yapılan bir çalışmada, üniversite öğrencilerinde sosyal anksiyete, beden imajı ve internet bağımlılığı incelenmiştir. Norziham ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmaya 674 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilere, benlik saygısı, beden imajı ve problemlili internet kullanımı ile ilgili anketler verilen çalışmada elde edilen bulgulara göre, cinsiyet, beden algısı ve internet bağımlılığı ile sosyal anksiyete arasında anlamlı ilişki saptanmıştır. Benlik saygısı, beden imajı kaygısı ve internet bağımlılığının sosyal anksiyete düzeyini etkilemektedir.

Vidourek, King ve Huang (2019) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde alkol kullanımıyla ilişkili faktörler incelenmiştir. Bulgulara göre, katılımcıların %76'sının son 30 günde alkol tüketimi olduğu görülmüştür. Ayrıca, öğrencilerin alkol kullanımı ile ilişkili faktörler arasında, anksiyete ve depresyon gibi ruh sağlığı problemleri, duygusal istismara maruz kalma ve uyuşturucu madde kullanımı yer almaktadır.

Skues ve meslektaşları (2016) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde can sıkıntısı, yalnızlık ve sıkıntıya katlanma güçlüğü ile internet

bağımlılığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma, 169 üniversite öğrencisiyle yürütülmüştür. Yapılan anket çalışmasında elde edilen bulgulara göre, yalnızlığın, can sıkıntısı ve problemlerle internet kullanımını yordayan değişken olduğu saptanmıştır. Ayrıca, sıkıntıya katlanma güçlüğü, yalnızlık, can sıkıntısı ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkide yönetici değişken olarak saptanmamıştır. Ayrıca, problemlerle internet kullanımının akademik performansın düşüşüyle ilişkili olduğu ve bu durumun da can sıkıntısı yaşama olasılığını artırarak kendilerini internet kullanımına yönelterek daha tatmin edici etkinliklerle meşgul ettiği çıkarımı yapılmıştır.

Robinson ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, üniversite öğrencilerinde çocukluk dönemi kötü muameleyle maruz kalmak ve ruh sağlığına ilişkin sonuçlar arasındaki ilişkide sıkıntıya katlanma güçlüğü'nün aracı rolü incelenmiştir. 642 kişinin yapıldığı çalışmada, ruh sağlığına ilişkin sonuçlar arasında TSSB, depresyon, anksiyete ve alkol kullanımı değerlendirilmiştir. Çalışmada elde edilen bulgulara göre, çocukluk dönemi kötü muameleyle maruz kalmanın ruh sağlığı problemleri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca, sıkıntıya katlanma becerisi yüksek olan bireylerin ruh sağlığı problemleri yaşama oranı daha düşük düzeyde bulunmuştur. Bu doğrultuda, üniversite öğrencilerinin çocukluk döneminde kötü muameleyle maruz kalma durumu ve ruh sağlığı problemleri arasındaki ilişkide sıkıntıya katlanma becerilerinin aracı rolü olduğu çalışmada tespit edilmiştir.

Pawluk ve Koerner (2016) tarafından yapılan çalışmada, dürtüsellik, yaygın anksiyete bozukluğu belirtileri arasındaki ilişkide, olumsuz duygulara ve belirsizliğe tahammülsüzlüğün rolü incelenmiştir. 308 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada elde edilen bulgulara göre, yaygın anksiyete semptomlarının varlığı ile belirsizlik ve olumsuz duygulara tahammülsüzlük arasındaki ilişkide dürtüsellik'in aracı rolü olduğu saptanmıştır.

Huang ve Szabó (2009) tarafından yapılan çalışmada, kognitif kaçınma, aşırı endişe ve düşük sıkıntı toleransı arasındaki ilişki incelenmiştir. 119 üniversite öğrencisiyle yapılan çalışmada, öğrencilere kendilerini en fazla endişeli hissettikleri durumlara ilişkin bir liste yapmaları istenmiştir. Sonrasında, öğrencilere kaygı duymaya yatkınlık, olumsuz duygulanım ve duygusal strese tahammül edebilmeye yönelik anket çalışması yürütülmüştür. Araştırmada beklendiği üzere, düşük düzeyde

sıkıntıya katlanma düzeyinin daha fazla endişe duymayla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Macatee ve Cogle (2013) tarafından yapılan araştırmada, yaygın, sosyal ve sağlık kaygısında duygusal tepkisellik ve tahammül düzeylerinin rolü incelenmiştir. Araştırmaya 122 kişi katılmıştır. Anket çalışmasında, kişilerin mutsuzluk, korku, öfke ve iğrenme duygularına tahammül düzeyleri, yaygın, sağlık ve sosyal anksiyete düzeyleri kendilerine gösterilen filmler üzerine beyan ettikleri görüşler üzerinden veriler elde edilmiştir. Bulgulara göre, yüksek düzeyde duygusal tepkiselliğin yaygın anksiyete düzeyleri için yordayıcı olduğu; duygusal tahammül düzeyinin ise sosyal anksiyeteyi yordayıcı olduğu sonucu elde edilmiştir.

Vanstone ve Hicks (2019) tarafından yapılan araştırmada, üniversite hayatına geçişte, sınav kaygısı, uyumlu ya da uyumsuz mükemmeliyetçilik ve başa çıkma becerileri incelenmiştir. Başa çıkma becerilerinin sınav kaygısı ve mükemmeliyetçilik değişkenleri üzerinde aracı rolü olup olmadığı incelenen araştırmaya 148 öğrenci katılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, uyumlu mükemmeliyetçiliğe sahip öğrencilerin daha az sınav kaygısı yaşadığı ve uyumsuz mükemmeliyetçiliği olanların sınav kaygısının daha yüksek olduğu ve başa çıkma olarak kaçınmayı tercih ettikleri bulunmuştur. Ayrıca, öğrencilerin sınav kaygısı düzeyleri duygu-odaklı baş etme tarafından yordandığı bulunmuştur.

Koç (2019) tarafından yapılan araştırmada, Turizm Otelcilik bölümü öğrencilerinin sosyal anksiyete ve kaçınma davranışları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 615 öğrenci katılmıştır. Bulgular doğrultusunda %54 oranında öğrenci hafif düzey %37,4 orta düzeyde ve %3,4 oranı şiddetli düzeyde sosyal anksiyete belirtisi olduğu saptanmıştır. Ayrıca, sosyal kaçınma açısından, %63,4 oranında öğrencinin zaman zaman kaçındığı, %27,2'sinin sıklıkla kaçındığı ve %1,3'ü genellikle kaçınma davranışında olduğu bulunmuştur.

2.5. Araştırmanın Amacı ve Soruları

Bu çalışmanın amacı, erken erişkin bireylerde sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan anne-baba tutumları ve sıkıntıya katlanma becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Ayrıca, araştırmaya katılanların demografik değişkenlerinin katılımcıların sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan anne-baba tutum alt boyutları ve sıkıntıya katlanma becerileri alt boyutları ile karşılaştırılması hedeflenmektedir.

Çalışma karşılaştırmalı ve yordayıcı-ilişkisel analiz yöntemlerini içeren ve anket çalışmasıyla verilerin elde edildiği nicel bir çalışmadır. Çalışmada ilişkisel yordayıcı yöntem gereğince istatistiksel analiz yöntemleri uygulanmıştır. Uygulanan istatistiksel yöntemler, analiz öncesinde yapılacak normallik testi ile belirlenmiş olup, parametrik ya da parametrik olmayan istatistiksel analiz yöntemleri uygulanmıştır. Çalışmada elde edilen veriler doğrultusunda, katılımcıların sosyal anksiyete düzeyleri, sıkıntıya katlanma düzeyleri ve algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, sosyal anksiyeteye yönelik koruyucu ve önleyici çalışmalarda göz önünde bulundurulması gereken psikolojik faktörlerin neler olabileceği konusunda veri elde edilmesi planlanmaktadır.

Araştırma Kapsamında yanıtlanması hedeflenen araştırma soruları aşağıdaki gibidir:

- 1) Erken erişkinlerde sosyal anksiyete düzeyleri ile algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki var mıdır?
- 2) Erken erişkinlerde sosyal anksiyete düzeyleri ile sıkıntıya dayanma düzeyleri arasında ilişki var mıdır?
- 3) Erken erişkinlerde sıkıntıya dayanma düzeyleri ile algılanan ebeveyn tutumları arasında ilişki var mıdır?
- 4) Algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri erken erişkinlerde sosyal anksiyete düzeylerini yordamakta mıdır?
- 5) Cinsiyete göre erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete, sıkıntıya dayanma ve algılanan ebeveyn tutumları anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
- 6) Yaş ile erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri arasında ilişki bulunmakta mıdır?
- 7) Anne-baba eğitim düzeyi bakımından erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?
- 8) Gelir düzeyi bakımından erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

9) Ailede kronik ve psikiyatrik rahatsızlık bulunması bakımından erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

10) Alkol ve sigara kullanımı bakımından erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya dayanma düzeyleri anlamlı düzeyde farklılık göstermekte midir?

2.6. Araştırmanın Önemi

Sosyal anksiyete bozukluğu tanısı olan kişiler özellikle de yaygın tip sosyal fobikler geriye dönük olarak ebeveynlerini sosyal ilişkileri sınırlı, başkalarıyla ilişkiden kaçınan kişiler olarak tanımlamışlardır (Albano ve ark, 1995). Bu da ailede sosyal fobik ebeveynlerin varlığını destekleyen bulgulardan birisidir. Ana baba tutumları ve sosyal kaygı arasındaki ilişkiler batı yazınında ele alınmakta ve incelenmektedir. Bu bağlamda sosyal kaygının kaynağına yönelik araştırmalara katkıda bulunmak amacıyla, Türk toplumunda, erken erişkinler tarafından algılanan ana-baba tutumları ile sosyal kaygının ilişkisini ortaya koymakta yarar vardır. Bu araştırmada elde edilecek sonuçların, bireylerin kaygı düzeylerinin ana-baba tutumlarına göre değişip değişmediği göstermesi öngörülmektedir

2.7. Sınırlılıklar

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmanın örneklem sayısının evreni temsil edebilme açısından sınırlı olduğu düşünülmektedir.
2. Araştırmada seçilen veri ölçüm araçları içerdikleri maddelerle sınırlıdır.
3. Araştırmada bulgular, kullanılan istatistiksel analiz yöntemleriyle sınırlıdır.
4. Araştırmada elde edilen veriler katılımcıların vermiş olduğu yanıtlarla sınırlıdır.

3. YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın evreni ve örnekleme, araştırmanın modeli, araştırmada kullanılan veri ölçüm araçları, veri toplama süreci ve veri analiz yöntemlerine ilişkin bilgiler yer almaktadır.

3.1. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul'da yaşayan 18-30 yaş erken erişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın evrenini oluşturan örneklem 257 erken erişkin bireyden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olup, araştırmaya katılmayı onaylayan 257 kişinin verilerinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmada seçilen 257 kişi, %95 güven aralığı ve %0,5 düzeyinde hata payıyla hesaplanmıştır. Güven aralığı ve sapma oranını belirlemek örneklem sayısının belirlenmesinde önem arz etmektedir (Büyüköztürk ve ark, 2012).

3.2. Araştırmanın Modeli

Çalışmada, erken erişkin bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumu ve sıkıntıya katlanma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla anket çalışması içeren nicel araştırma yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan yöntemler, ilişkisel tarama modeli çerçevesinde uygulanmıştır. İlişkisel tarama modeli ikiden çok değişken arasında birlikte değişimin varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir. Tarama yolu ile bulunan ilişkiler, gerçek bir neden sonuç ilişkisi olarak yorumlanamamakla birlikte, o yönde ipuçlar vererek bir değişkenin bilinmesi durumunda diğeri hakkında bilgi edinmeyi sağlayabilmektedir (Karasar, 2018).

3.3. Veri Toplama Yöntemi ve Araçları

Araştırmada, erken erişkin bireylerin demografik değişkenleri, sosyal anksiyete düzeyleri, algılanan ebeveyn tutumları ve sıkıntıya katlanma düzeylerini incelemek için anket formları kullanılmıştır. Demografik Bilgi Formu, 10 kapalı uçlu olmak üzere 11 sorudan oluşmaktadır. Sosyal anksiyete düzeylerini ölçmek için

Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen Liebowitz Sosyal Fobi Belirti Ölçeği, algılanan ebeveyn tutumlarını ölçmek için Kuzgun ve Eldeleklioğlu (1999) tarafından geliştirilen Anne-Baba Tutum Envanteri; sıkıntıya dayanma düzeyi için Simons ve meslektaşları (2005) tarafından geliştirilen Sıkıntıya Dayanma Ölçeği uygulanmıştır.

3.3.1. Demografik Bilgi Formu

Katılımcıların demografik ve bireysel değişkenleri ile ilgili soruların yer aldığı ve araştırmacı tarafından, literatürde yer alan benzer çalışmalarda kullanılan formlardan yararlanılarak oluşturulmuş bir öz bildirim formudur. 10 kapalı ve 1 açık uçlu 11 sorudan oluşan bu form ile cinsiyet, yaş, ebeveyn eğitim düzeyi, ailede kronik ve psikiyatrik rahatsızlık bulunması durumu ve alkol-sigara kullanımı durumlarına ilişkin sorular bulunmaktadır (Bkz. Ek-1).

3.3.2. Liebowitz Sosyal Fobi Belirti Ölçeği

Liebowitz (1987) tarafından geliştirilen ölçekte 13 sosyal performans ve 11 sosyal etkileşim durumunu ölçen iki alt boyut olmak üzere 24 madde bulunmaktadır. Ölçekteki maddeler performans kaygısı, performans kaçınması, sosyal korku ve sosyal kaçınmayı ölçmektedir. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Dilbaz ve Güz tarafından 2001 yılında yapılmıştır. Ülkemizdeki geçerlik ve güvenilirlik çalışması, ölçeğin iç tutarlılık katsayısının 0,94 ile 0,96 olduğu saptanmıştır. Ölçek, sosyal anksiyete bozukluğu belirtilerinin şiddetini ölçmek amacıyla kullanılabilen güvenilir ve geçerli bir ölçek olarak kullanılmaktadır (Soykan ve ark, 2003). Ölçeğin bir örneği EK 2'de verilmiştir.

3.3.3. Anne-Baba Tutum Envanteri

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumlarını değerlendirmek için Kuzgun ve Eldeleklioğlu (1999) tarafından geliştirilen Anne Baba Tutum Envanteri kullanılmıştır. Ölçek, demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter olmak üzere üç ebeveyn tutumu değerlendirilmektedir. 5'li likert ölçekte, katılımcılar Hiç uygun değil (1) ve Tamamen Uygun (5) yanıtları arasında sorulara cevap verebilmektedir. Toplam 40 maddeden oluşan ölçekte yüksek puanlar belirtilen ebeveyn tutumunun daha baskın olduğunu göstermektedir.

Demokratik ebeveyn tutumuna ilişkin soru maddeleri, çocuğun taleplerine karşı duyarlı olan, onların fikirlerine saygı duyan ve gelişimsel düzeyini gözeterek

kendi kararlarını almaları konusunda teşvik eden ebeveynler hakkındaki özellikleri içermektedir. Demokratik ebeveyn tutumunun ölçekteki madde sayısı 15'tir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999).

Koruyucu-istekçi ebeveyn tutumunu değerlendiren sorularda, çocuktan ayrılmayı istemeyen, onların talepleri yerine kendi taleplerinin geçerli olmasını bekleyen, çocuklarının özerk hareket etmesinden endişe duyan ve davranışlarını kontrol eden ebeveynleri değerlendirebilecek soruları içermektedir. Ölçekteki 10 madde, koruyucu-istekçi ebeveyn tutumunu değerlendirmektedir. 10 madde içerisindeki 3 madde koruyucu ebeveyn tutumunu; 7 madde ise istekçi (talepkar) ebeveyn tutumunu değerlendirmektedir (Kuzgun ve Eldeleklioğlu, 1999).

Otoriter ebeveyn tutumunu değerlendiren soru maddelerinde, ebeveynin çocukla iletişim kurmak istemediği; fakat taleplerinin eksiksiz bir biçimde yerine getirilmesini arzu eden ebeveynlere ilişkin bilgiler yer almaktadır. Çocuğun kendi yeterliliğini kabul etmeyen ve bunun yerine kendi gücünü ortaya koyan ebeveynlerin değerlendirilmesine ilişkin soruların yer aldığı alt boyutta 15 madde bulunmaktadır.

Ölçeğin psikometrik özellikleri incelendiğinde, iç tutarlılık katsayıları demokratik tutum için 0,92; otoriter tutum için 0,79 ve koruyucu-istekçi tutum için 0,78 olarak bulunmuştur. Ölçek alt boyutlarının değerlendirildiği madde sayıları aşağıdaki gibidir:

3.3.4. Sıkıntıya Dayanma Ölçeği

Sıkıntıya Dayanma Ölçeği (SDÖ) kişinin kendi sıkıntıya dayanmasını değerlendirdiği 15 maddelik Likert tipi bir ölçektir. Kişilerdeki sıkıntıya dayanma kapasindeki kişisel farklılıkları ölçmek adına Simons ve arkadaşları tarafından oluşturulmuştur (2005). Türkçe geçerlik güvenilirliğini Sargın ve arkadaşları yapmıştır (2012). İç tutarlılık katsayıları ölçeğin tümü için .89 olarak bulunmuş; alt ölçekler için ise bu değerler .90- .64 arası değişmektedir. Alt ölçekler öz yeterlik, tolerans ve regülasyon olarak ifade edilmektedir. Bu çalışmada ölçeğin toplam skoru değerlendirilmiş olup, iç tutarlılık katsayısı 0,89 bulunmuştur. Ölçeğin bir nüshası Ek-4'te verilmiştir.

3.4. Veri Toplama

Veri toplama işlemi, çevrimiçi anketler yoluyla yürütülmüş olup, sosyal medya uygulamaları ve e-posta adresleri üzerinden katılımcılara ulaşılarak

araştırmaya katılımı onaylayan katılımcılar tarafından anketlerin yanıtlanması istenmiştir.

3.5. Veri Analizi

Katılımcılardan anket çalışmasıyla toplanan veriler istatistiksel analiz yöntemleri uygulanmak üzere SPSS 24 yazılımına girilmesi yapılmıştır. Anketlerden elde edilen verilerin girişinin ardından veri analizi gerçekleştirilecektir. İlk olarak, araştırma değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermeme durumlarına göre karşılaştırma ve ilişki analizi yöntemleri uygulanmıştır. Dağılımın normal olması halinde, demografik değişkenler ve araştırma değişkenlerinin karşılaştırılmasında “Bağımsız Örneklem t Testi” ve “Tek Yönlü Varyans Analizi” uygulanmıştır.

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson korelasyonu ve Doğrusal Regresyon analizi uygulanacaktır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05 düzeyinde alınmıştır.

3.6. Araştırmanın Etiği

Araştırma, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulu'nun __/__/2019 tarihli ve __sayılı “Etik Kurul Onay Kararı” ile başlamıştır.

Araştırma verileri Mayıs-Ekim 2019 döneminde toplanmıştır. Araştırma ölçekleri, araştırma bilgisi verildikten sonra katılmak isteyenlere bireysel olarak elden verilmiştir.

Araştırma verilerinin toplanmasında, katılımcılara cevaplayacakları ölçeklere ilişkin gizlilik ilkeleri bireysel olarak anlatılmış ve araştırmacı dışında kimsenin bu verileri görmeyeceği belirtilmiştir. Katılımcılara verilen çevrimiçi anket formunda, gizlilik ve gönüllülük konusunda gerekli açıklamalar yapılarak bilgilendirilmiş onamları alınmıştır.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırma sorularının çözümlenmesi amacıyla yapılan istatistiksel analizlerin sonuçları ve tablo gösterimleri yer almaktadır.

4.1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Çizelge 1'de katılımcıların demografik değişkenlerine ilişkin frekans ve yüzde değerleri verilmiştir:

Çizelge 1. Demografik Değişkenlerin Betimleyici İstatistikleri

Demografik Değişkenler (n=257)	N	%	
Cinsiyet	Kadın	144	64,0
	Erkek	113	56,0
	Toplam	257	100,0
Kimlerle yaşamaktasınız?	Aile	138	53,7
	Arkadaş	68	26,5
	Yalnız	51	19,8
	Toplam	257	100,0
Anne Eğitim Düzeyi	İlköğretim	118	45,9
	Lise	70	27,2
	Üniversite	69	26,8
	Toplam	257	100,0
Baba Eğitim Düzeyi	İlköğretim	98	38,1
	Lise	72	28,0
	Üniversite	87	33,9
	Toplam	257	100,0
Gelir Düzeyi	Düşük	34	13,2
	Orta	197	76,7
	Yüksek	26	10,1
	Toplam	257	100,0
Kronik rahatsızlık öyküsü	Var	34	13,2
	Yok	223	86,8
	Toplam	257	100,0
Psikiyatrik rahatsızlık öyküsü	Var	25	9,7
	Yok	232	90,3
	Toplam	257	100,0
Alkol Kullanımı	Evet	94	36,6
	Hayır	163	63,4
	Toplam	257	100,0
Sigara Kullanımı	Evet	82	31,9
	Hayır	175	68,1
	Toplam	257	100,0

Çizelge 1'de demografik değişkenlerin dağılımına göre üniversite öğrencileri arasında kadınların oranı %64 (n=144) ve erkeklerin oranı %56 (n=113)'dir. Öğrencilerin kimlerle yaşadığı değişkenine göre, aileleriyle yaşayanlar %53,7 (n=138), arkadaşlarıyla yaşayanlar %26,5 (n=68) ve yalnız yaşayanlar %26,5 (n=68) oranındadır. Anne eğitim düzeyine göre ilköğretim mezunu %45,9 (n=118), lise mezunu %27,2 (n=70) ve üniversite mezunu %26,8 (n=69)'dir. Baba eğitim düzeyine göre ilköğretim mezunu %38,1 (n=98), lise mezunu %28,0 (n=72) ve üniversite mezunu %33,9 (n=87)'dir. Gelir düzeyi değişkenine göre %13,2 (n=34) düşük, %76,7 (n=197) orta ve %10,1 (n=26) yüksektir. Ailede kronik rahatsızlık öyküsü olanlar %13,2 (n=34) ve olmayanların oranı %86,8 (n=223)'dir. Ailede psikiyatri öyküsü olanların oranı %9,7 (n=25) ve olmayanların oranı %90,3 (n=232)'dir. Alkol kullanımı olan öğrencilerin oranı %36,6 (n=94) ve olmayanların oranı %63,4 (n=163)'dür. Sigara kullanımı olanlar %31,9 (n=82) ve sigara kullanmayanların oranı %68,1 (n=175)'dir.

Çizelge 2. Ölçek Puanları ve Yaş Değişkeninin Ortalama, Çarpıklık ve Basıklık Değerleri

Değişkenler	N	\bar{X}	ss	Çarpıklık	Basıklık
Yaş	257	22,37	3,103	,859	-,283
Liebowitz Kaçınma	257	43,78	13,515	,592	-,212
Liebowitz Kaygı	257	41,16	13,142	,929	,852
Sıkıntıya Katlanma	257	36,46	12,061	-,014	-,607
Demokratik tutum	257	55,74	16,471	-,992	,118
Koruyucu istekçi tutum	257	35,18	12,594	,705	-,050
Otoriter tutum	257	21,52	8,792	,906	,227

Çizelge 2’de ölçek puan ortalamaları ve yaşın betimsel istatistikleri verilmiştir. Dağılımın çarpıklık ve basıklık değerlerinin verildiği çizelgeki bulgular doğrultusunda, dağılımın normallik sınırlarında olduğu görülmektedir.

4.2. Demografik Değişkenler Bakımından Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumları Puanlarının Karşılaştırılması

Demografik değişkenler bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve ebeveyn tutumlarının karşılaştırılması için yapılan istatistiksel analiz yöntemleri, ikili bağımsız grup içeren demografik değişkenler (örn. Cinsiyet, alkol kullanımı vb.) için Bağımsız örneklem t Testi; ikiden fazla bağımsız değişken içeren gruplar için (örn. Gelir düzeyi, ebeveyn eğitimi vb.) Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analizlerde anlamlılık değeri 0,05, 0,01 ve 0,001 düzeylerinde alınmıştır.

Çizelge 3. Cinsiyete Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Cinsiyet		N	\bar{X}	ss	t	p
Liebowitz Kaçınma	Erkek	113	42,15	13,452	-1,721	,086
	Kadın	144	45,06	13,472		
Liebowitz Kaygı	Erkek	113	39,91	13,270	-1,347	,179
	Kadın	144	42,13	13,004		
Sıkıntıya Katlanma	Erkek	113	35,33	13,463	-1,339	,182
	Kadın	144	37,35	10,800		
Demokratik tutum	Erkek	113	51,64	16,409	-3,623	,000***
	Kadın	144	58,97	15,844		
Koruyucu istekçi tutum	Erkek	113	36,53	13,293	1,533	,127
	Kadın	144	34,11	11,957		
Otoriter tutum	Erkek	113	23,25	8,849	2,833	,005**
	Kadın	144	20,16	8,534		

***p<0,001 **p<0,01

Çizelge 3'te cinsiyete göre üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlükleri ve ebeveyn tutumlarının karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Örneklem t Testi bulgularına göre, algılanan demokratik tutum ($t=-3,623$; $p<0,001$) ve algılanan otoriter tutum ($t=2,833$; $p<0,01$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir. Bulgulara göre, kadın öğrencilerin algıladığı demokratik tutum daha yüksek; erkeklerin ise algıladığı otoriter tutum kadınlara göre daha yüksektir.

Çizelge 4. Ailede Psikiyatrik Öykü Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Ailede psikiyatrik rahatsızlık		N	\bar{X}	ss	t	p
Liebowitz Kaçınma	Var	25	47,68	16,668	1,522	,129
	Yok	232	43,36	13,105		
Liebowitz Kaygı	Var	25	45,16	16,790	1,608	,109
	Yok	232	40,72	12,657		
Sıkıntıya Katlanma	Var	25	40,52	11,755	1,778	,077
	Yok	232	36,03	12,037		
Demokratik tutum	Var	25	53,92	14,095	-,582	,561
	Yok	232	55,94	16,722		
Koruyucu istekçi tutum	Var	25	38,08	12,271	1,215	,226
	Yok	232	34,86	12,614		
Otoriter tutum	Var	25	23,84	7,576	1,393	,165
	Yok	232	21,27	8,892		

Çizelge 4'te ailede psikiyatrik öykü değişkenine göre üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlükleri ve ebeveyn

tutumlarının karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Örneklem t Testi bulgularına göre, puan ortalamalarının psikiyatrik hastalık değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Çizelge 5. Ailede Kronik Hastalık Öyküsü Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Ailede kronik rahatsızlık		N	\bar{X}	ss	t	p
Liebowitz Kaçınma	Var	34	46,21	15,045	1,123	,262
	Yok	223	43,41	13,264		
Liebowitz Kaygı	Var	34	42,97	14,352	,864	,388
	Yok	223	40,88	12,960		
Sıkıntıya Katlanma	Var	34	38,12	14,159	,858	,392
	Yok	223	36,21	11,725		
Demokratik tutum	Var	34	50,24	16,367	-2,107	,036
	Yok	223	56,58	16,361		
Koruyucu istekçi tutum	Var	34	39,09	13,377	1,956	,052
	Yok	223	34,58	12,394		
Otoriter tutum	Var	34	23,68	8,587	1,541	,125
	Yok	223	21,19	8,795		

Çizelge 5'te ailede kronik hastalık öyküsü değişkenine göre üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlükleri ve ebeveyn tutumlarının karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Örneklem t Testi bulgularına göre, puan ortalamalarının aile kronik rahatsızlık değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Çizelge 6. Alkol Kullanımı Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Alkol kullanıyor musunuz?		N	\bar{X}	ss	t	p
Liebowitz Kaçınma	Evet	94	40,52	13,615	-2,982	,003**
	Hayır	163	45,66	13,133		
Liebowitz Kaygı	Evet	94	38,07	13,531	-2,895	,004**
	Hayır	163	42,93	12,615		
Sıkıntıya Katlanma	Evet	94	35,64	12,448	-,832	,406
	Hayır	163	36,94	11,845		
Demokratik tutum	Evet	94	55,30	17,353	-,329	,743
	Hayır	163	56,00	15,990		
Koruyucu istekçi tutum	Evet	94	33,77	12,123	-1,364	,174
	Hayır	163	35,99	12,824		
Otoriter tutum	Evet	94	20,96	8,705	-,775	,439
	Hayır	163	21,84	8,853		

**p<0,01

Çizelge 6'da alkol kullanımı değişkenine göre üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlükleri ve ebeveyn tutumlarının karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Örneklem t Testi bulgularına göre, Liebowitz Kaçınma ($t=-2,982$; $p<0,01$) ve Liebowitz kaygı ($t=-2,895$; $p<0,01$) puanları anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Sonuçlara göre, alkol kullanmayanların sosyal anksiyete kaçınma ve kaygı alt boyutları puanları kullananlara kıyasla anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Çizelge 7. Sigara Kullanımı Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Bağımsız Örneklem t Testi

Sigara Kullanıyor musunuz?		N	\bar{X}	ss	t	p
Liebowitz Kaçınma	Evet	82	41,98	14,259	-1,470	,143
	Hayır	175	44,63	13,108		
Liebowitz Kaygı	Evet	82	40,16	14,851	-,832	,406
	Hayır	175	41,62	12,278		
Sıkıntıya Katlanma	Evet	82	34,82	12,629	-1,501	,135
	Hayır	175	37,23	11,744		
Demokratik tutum	Evet	82	52,80	18,416	-1,969	,050
	Hayır	175	57,12	15,340		
Koruyucu istekçi tutum	Evet	82	35,77	14,415	,516	,606
	Hayır	175	34,90	11,679		
Otoriter tutum	Evet	82	22,98	10,112	1,828	,069
	Hayır	175	20,83	8,042		

Çizelge 7’de sigara kullanımı değişkenine göre üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlükleri ve ebeveyn tutumlarının karşılaştırılması için yapılan Bağımsız Örneklem t Testi bulgularına göre, puan ortalamalarının sigara kullanımı değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Çizelge 8. Anne Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi

		N	\bar{X}	ss	F	sd	p	Anlamlı Farklılık
Anne Eğitim Düzeyi								
Liebowitz Kaçınma	İlköğretim ₁	118	47,47	13,464	9,298	2/254	,000***	1>3
	Lise ₂	70	41,93	12,770				
	Üniversite ₃	69	39,36	12,780				
	Toplam	257	43,78	13,515				
Liebowitz Kaygı	İlköğretim ₁	118	43,35	12,983	4,208	2/254	,016*	1>3
	Lise ₂	70	40,91	13,574				
	Üniversite ₃	69	37,65	12,343				
	Toplam	257	41,16	13,142				
Sıkıntıya Katlanma	İlköğretim ₁	118	39,94	10,830	10,439	2/254	,000***	1>3
	Lise ₂	70	34,67	11,974				
	Üniversite ₃	69	32,33	12,601				
	Toplam	257	36,46	12,061				
Demokratik tutum	İlköğretim	118	57,33	14,934	2,958	2/254	,054	
	Lise	70	57,10	17,155				
	Üniversite	69	51,65	17,771				
	Toplam	257	55,74	16,471				
Koruyucu istekçi tutum	İlköğretim	118	35,30	10,932	,304	2/254	,738	
	Lise	70	34,26	14,392				
	Üniversite	69	35,90	13,413				
	Toplam	257	35,18	12,594				
Otoriter tutum	İlköğretim	118	21,08	7,759	,503	2/254	,605	
	Lise	70	21,37	9,919				
	Üniversite	69	22,41	9,299				
	Toplam	257	21,52	8,792				

Çizelge 8’de anne eğitim düzeyi bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve algılanan ebeveyn tutumlarını incelemek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) bulgularına göre, Liebowitz kaçınma [$F(2/254)=9,298$; $p<0,001$], Liebowitz kaygı [$F(2/254)=4,208$; $p<0,05$] ve

sıkıntıya katlanma güçlüğü [$F(2/254)=10,439$; $p<0,001$] anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Anlamlı farklılığın kaynağını bulmak için yapılan Scheffe testine göre Liebowitz kaçınma, kaygı ve sıkıntıya katlanmada günlük en yüksek puan ortalamaları ilköğretim mezunu olan annelerin çocuklarında; en düşük puan ortalamaları anneleri üniversite mezunu olan katılımcılarda olduğu görülmüştür. Ayrıca, algılanan ebeveyn tutumu anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Çizelge 9. Baba Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi

Baba Eğitim Düzeyi		N	\bar{X}	ss	F	sd	p	Anlamlı Farklılık
Liebowitz Kaçınma	İlköğretim	98	47,15	13,687				
	Lise	72	44,57	12,603	8,336	2/254	,000***	1>3
	Üniversite	87	39,33	12,953				
	Toplam	257	43,78	13,515				
Liebowitz Kaygı	İlköğretim	98	42,72	12,257				
	Lise	72	42,46	13,575	3,143	2/254	,045*	1>3
	Üniversite	87	38,31	13,420				
	Toplam	257	41,16	13,142				
Sıkıntıya Katlanma	İlköğretim	98	39,85	10,406				
	Lise	72	36,71	11,017				
	Üniversite	87	32,45	13,466	9,252	2/254	,000***	1>3
	Toplam	257	36,46	12,061				
Demokratik Tutum	İlköğretim	98	58,47	14,844				
	Lise	72	56,94	14,819	4,291	2/254	,015*	1>3
	Üniversite	87	51,68	18,746				
	Toplam	257	55,74	16,471				
Koruyucu istekçi tutum	İlköğretim	98	34,42	11,360				
	Lise	72	34,83	12,223	,555	2/254	,575	
	Üniversite	87	36,31	14,184				
	Toplam	257	35,18	12,594				
Otoriter Tutum	İlköğretim	98	20,64	7,967				
	Lise	72	21,17	8,620	1,463	2/254	,233	
	Üniversite	87	22,79	9,724				
	Toplam	257	21,52	8,792				

* $p<0,05$

*** $p<0,001$

Çizelge 9’da baba eğitim düzeyi bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve algılanan ebeveyn tutumlarını incelemek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) bulgularına göre, Liebowitz kaçınma [$F(2/254)=8,336$; $p<0,001$], Liebowitz kaygı [$F(2/254)=3,143$; $p<0,05$], sıkıntıya katlanma güçlüğü [$F(2/254)=9,252$; $p<0,001$] ve algılanan demokratik tutum [$F(2/254)=4,291$; $p<0,05$] anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Anlamlı farklılığın kaynağını bulmak için yapılan Scheffe testine göre Liebowitz kaçınma, kaygı, sıkıntıya katlanmada güçlük ve algılanan demokratik tutum en yüksek puan ortalamaları ilköğretim mezunu olan babaların çocuklarında; en düşük puan ortalamaları babaları üniversite mezunu olan katılımcılarda olduğu görülmüştür. Ayrıca, algılanan otoriter ve koruyucu istekçi ebeveyn tutumu baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Çizelge 10. Öğrencilerin Kiminle Yaşıyor Olduğu Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi

Kiminle Yaşıyor?		N	\bar{X}	ss	F	sd	p	Anlamlı Farklılık
Liebowitz Kaçınma	Aile	138	43,66	13,981				
	Arkadaş	68	46,65	13,001	3,290	2/254	,039*	2>1
	Yalnız	51	40,29	12,225				
	Toplam	257	43,78	13,515				
Liebowitz Kaygı	Aile	138	41,79	13,598				
	Arkadaş	68	42,69	12,476	2,753	2/254	,066	
	Yalnız	51	37,39	12,261				
	Toplam	257	41,16	13,142				
Sıkıntıya Katlanma	Aile	138	35,70	10,543	6,780	2/254	,001**	2>3
	Arkadaş	68	40,63	12,381				
	Yalnız	51	32,96	14,040				
	Toplam	257	36,46	12,061				
Demokratik tutum	Aile	138	56,32	15,708				
	Arkadaş	68	56,69	15,429	,945	2/254	,390	
	Yalnız	51	52,92	19,591				
	Toplam	257	55,74	16,471				
Koruyucu istekçi tutum	Aile	138	35,57	12,345				
	Arkadaş	68	36,19	11,827				
	Yalnız	51	32,76	14,119	1,224	2/254	,296	
	Toplam	257	35,18	12,594				
Otoriter tutum	Aile	138	21,74	8,378				
	Arkadaş	68	22,04	8,676	,723	2/254	,486	
	Yalnız	51	20,22	10,019				
	Toplam	257	21,52	8,792				

*p<0,05

**p<0,01

Çizelge 10'da öğrencilerin kiminle yaşadığı değişkeni bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve algılanan ebeveyn tutumlarını incelemek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) bulgularına göre Liebowitz kaçınma [$F(2/254)=3,290$; $p<0,05$] ve sıkıntıya katlanmada güçlük [$F(2/254)=6,780$; $p<0,01$] puanları anlamlı düzeyde

farklılaşmaktadır. Liebowitz kaygı ve algılanan ebeveyn tutumlarının öğrencilerin kiminle yaşadığı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Anlamlı farklılığın tespiti için yapılan Scheffe testi bulgularına göre, arkadaşlarıyla yaşanan kaçınma ve sıkıntıya katlanmada güçlük puanlarının daha yüksek; yalnız yaşayanların ise daha düşük olduğu görülmüştür.

Çizelge 11. Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumu Puanlarının Tek Yönlü Varyans Analizi

	Gelir Düzeyi	N	\bar{X}	ss	F	sd	p	Anlamlı Farklılık
Liebowitz Kaçınma	Düşük	34	50,82	15,522	6,870	2/254	,001**	1>3
	Orta	197	43,23	12,580				
	Yüksek	26	38,77	14,681				
	Toplam	257	43,78	13,515				
Liebowitz Kaygı	Düşük	34	48,50	16,628	7,501	2/254	,001**	1>3
	Orta	197	40,49	11,814				
	Yüksek	26	36,58	14,517				
	Toplam	257	41,16	13,142				
Sıkıntıya Katlanma	Düşük	34	42,68	12,057	7,159	2/254	,001**	1>3
	Orta	197	36,05	11,687				
	Yüksek	26	31,50	12,143				
	Toplam	257	36,46	12,061				
Demokratik tutum	Düşük	34	55,88	14,690	5,885	2/254	,003**	2>3
	Orta	197	57,07	15,534				
	Yüksek	26	45,50	21,876				
	Toplam	257	55,74	16,471				
Koruyucu istekçi tutum	Düşük	34	36,50	12,939	2,691	2/254	,070	
	Orta	197	35,65	12,136				
	Yüksek	26	29,85	14,658				
	Toplam	257	35,18	12,594				
Otoriter tutum	Düşük	34	22,76	8,370	,535	2/254	,586	
	Orta	197	21,44	8,744				
	Yüksek	26	20,46	9,819				
	Toplam	257	21,52	8,792				

**p<0,05

Çizelge 11’de gelir düzeyi bakımından üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve algılanan ebeveyn tutumlarını incelemek için yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) bulgularına göre, Liebowitz kaçınma [F(2/254)= 6,780; p<0,001], Liebowitz kaygı [F(2/254)=7,501; p<0,05], sıkıntıya katlanma güçlüğü [F(2/254)=7,159; p<0,001] ve algılanan demokratik tutum [F(2/254)=5,885; p<0,05] anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Anlamlı farklılığın kaynağını bulmak için yapılan Scheffe testine göre Liebowitz kaçınma, kaygı ve sıkıntıya katlanmada güçlük en yüksek puan ortalamaları düşük gelir düzeyinde en yüksek; en düşük puan ortalamaları yüksek gelir düzeyi olan katılımcılarda olduğu görülmüştür. Algılanan demokratik tutum ise orta gelir düzeyinde daha yüksek; yüksek gelir düzeyindeki katılımcılarda daha düşüktür. Ayrıca, algılanan otoriter ve koruyucu istekçi ebeveyn tutumu gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

4.3. Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumlarının Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Araştırmada, üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete, sıkıntıya katlanma ve ebeveyn tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi için Pearson Korelasyonu uygulanmıştır. Analize ilişkin bulgular Çizelge 12’de verilmiştir:

Çizelge 12. Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete, Sıkıntıya Katlanma ve Ebeveyn Tutumlarının Pearson Korelasyonu

		Liebowitz Kaçınma	Liebowitz Kaygı	Sıkıntıya Katlanma	Demokratik Tutum	Koruyucu -istekçi Tutum	Otoriter Tutum
Liebowitz Kaçınma	r	1					
	p						
	N	257					
Liebowitz Kaygı	r	,813**	1				
	p	,000					
	N	257	257				
Sıkıntıya Katlanma	r	,451**	,380**	1			
	p	,000	,000				
	N	257	257	257			
Demokratik tutum	r	,161**	,112	,241**	1		
	p	,010	,073	,000			
	N	257	257	257	257		
Koruyucu istekçi tutum	r	,311**	,317**	,216**	,134*	1	
	p	,000	,000	,001	,031		
	N	257	257	257	257	257	
Otoriter tutum	r	,182**	,204**	,104	-,085	,792**	1
	p	,003	,001	,097	,174	,000	
	N	257	257	257	257	257	257

** . p<0,01

* . p<0,05

Çizelge 12’de yapılan korelasyon analizi bulgularına göre, Liebowitz kaygı alt boyutu ile sıkıntıya katlanma becerisinin düşük oluşu ($r=0,451$; $p<0,01$), demokratik tutum ($r=0,161$; $p<0,01$), koruyucu istekçi tutum ($r=0,311$; $p<0,01$) ve otoriter tutum ($r=0,182$; $p<0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Liebowitz kaçınma alt boyutu ile sıkıntıya katlanma ($r=0,380$; $p<0,01$), koruyucu istekçi tutum ($r=0,317$; $p<0,01$) ve otoriter tutum ($r=0,204$; $p<0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Sıkıntıya katlanma becerilerinin düşük olması ile demokratik tutum ($r=0,241$; $p<0,01$) ve koruyucu istekçi tutum ($r=0,216$; $p<0,01$) pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilidir.

Korelasyon analizinde anlamlı ilişki saptanan değişkenlerin yordayıcılığının incelenmesi için Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır. Analize ait bulgular Çizelge 13'te verilmiştir:

Çizelge 13. Üniversite Öğrencilerinin Sıkıntıya Katlanma, Yaş, Ebeveyn Tutumu ve Sosyal Anksiyete Düzeylerinin Yordayıcı Doğrusal Regresyon Analizi

Model	B	SH	β	F	t	p
1 (Sabit)	40,081	6,608			6,066	,000
Yaş	-1,074	,221	-,277	17,490***	-	,000
Liebowitz Kaçınma	,323	,082	,362		3,940	,000
Liebowitz Kaygı	,026	,084	,029		,313	,754
Demokratik Tutum	,042	,044	,057		,949	,344
Koruyucu İstekçi Tutum	,102	,091	,106		1,121	,264
Otoriter Tutum	-,032	,126	-,024		-,257	,797
$R^2=0,296$ Düzeltilmiş (adjusted) $R^2 = 0,280$						

Bağımlı değişken: Sıkıntıya Katlanma *** $p<0,001$ * $p<0,05$

Çizelge 13'te yaş, sosyal anksiyete, ebeveyn tutumu, sıkıntıya katlanma değişkenlerinin yordayıcı ilişkisi incelendiğinde, modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir [$F(4/252)=17,490$; $p<0,001$]. Ayrıca, sıkıntıya katlanma düzeyinin düşük olması, yaş ($\beta=-0,27$; $p<0,001$) ve Liebowitz Kaçınma ($\beta=0,36$;

p<0,001) ile anlamlı düzeyde yordanmaktadır. Yaşın küçük olması ve Liebowitz Kaçınma alt boyutu puanlarının daha yüksek olması, katılımcıların sıkıntıya katlanma düzeylerinin düşük oluşunu anlamlı düzeyde açıklamaktadır. Açıklanan ilişki katılımcıların %28'inde anlamlıdır.

5. TARTIŞMA

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumları, sosyal anksiyete düzeyleri ve sıkıntıya dayanma gücünü arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 257 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öğrencilere “Sosyodemografik Bilgi Formu”, “Liebowitz Sosyal Fobi Ölçeği”, “Anne-Baba Tutum Ölçeği” ve “Sıkıntıya Dayanma Ölçeği” uygulanmıştır. Öğrencilerin anketlere vermiş oldukları yanıtlar doğrultusunda araştırmanın problemlerine yönelik çözümler elde edilmiştir. İlk olarak, katılımcıların sosyodemografik değişkenlerine yönelik dağılımlar bulgularında yer almaktadır. Demografik değişkenlerin dağılımına göre, kız öğrencilerin sayısının erkeklere göre daha fazla olduğu görülmektedir. Literatürde, üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmaların bazılarında, kız öğrenci sayısının erkeklere göre daha fazla olduğu görülmüştür (Hakami ve ark, 2018; Othman ve ark, 2019; Vitasari ve ark, 2011).

Bununla birlikte, üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmada cinsiyet değişkenindeki farklılıkların öğrencilerin öğrenim gördükleri bölüme göre farklılık gösterebileceği düşünülmektedir. Örneğin Tıp ve Mühendislik fakültelerinde öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşturulan örnekleme erkek öğrencilerin sayısının daha fazla olduğu görülmüştür (Desalegn ve ark, 2019; Parvana Das, 2019). Diğer sosyodemografik değişkenler arasında, ebeveyn eğitim düzeyi ve gelir düzeyinin literatürde yer alan ve farklı ülkelerde yapılan araştırmalarla benzerlik gösterdiği görülmektedir (Hakami ve ark, 2018). Ebeveyn eğitim düzeyi ilköğretim mezunu olanların sayısının en fazla olduğu araştırmada, orta gelir düzeyine sahip olduğunu belirten katılımcıların sayısı daha fazladır.

Öğrencilerin kimlerle yaşadığına ilişkin soruya vermiş oldukları yanıt doğrultusunda, aileleriyle yaşadığını belirten katılımcıların oranının en yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, yalnız ve arkadaşlarıyla kaldığını belirten öğrenciler de araştırmada yer almaktadır. Literatürde yer alan araştırmalar arasında, yalnızlığın, üniversite öğrencilerinde psikolojik faktörlerle ilişkili bir unsur olduğu öne sürülmüştür. Bu doğrultuda, çalışmada karşılaştırılmak üzere yalnız yaşayan öğrenciler bulunmaktadır (Skues ve ark, 2016).

Ailede kronik ve psikiyatrik rahatsızlık değişkenine verilen yanıtlar doğrultusunda yaklaşık %10-%13 arasındaki oranlarla katılımcıların ailelerinin kronik ve psikiyatrik rahatsızlık öyküsü olduğu belirtilmiştir.

Araştırmada, demografik değişkenler bakımından üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumu, sosyal anksiyete düzeyleri ve sıkıntıya katlanma gücü düzeyleri karşılaştırılmıştır. İlk olarak, cinsiyet bakımından, öğrencilerin algılanan ebeveyn tutumlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı; sıkıntıya katlanma düzeyleri ve sosyal anksiyete alt boyutlarının anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Bulgulara göre, kız öğrencilerin bildirdiği algılanan demokratik tutumun erkeklere göre daha yüksek olduğu; erkek öğrencilerin ise algılanan otoriter tutumun kız öğrencilerden daha fazla olduğu görülmüştür. Kolburan ve meslektaşları (2012) tarafından yapılan araştırmada, kız öğrencilerin algılanan demokratik ebeveyn tutumunu erkek öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğu; erkek öğrencilerin ise algılanan otoriter ebeveyn tutumunun kız öğrencilere kıyasla daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu doğrultuda, araştırmada elde edilen bulgunun literatürle tutarlı olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, cinsiyet değişkeni bakımından sosyal anksiyete ve sıkıntıya dayanma düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği sonucu elde edilmiştir. Bu çalışmada, sosyal anksiyete düzeylerinin cinsiyete göre anlamlı farklılığı saptanmamakla birlikte literatürde farklı bulguların yer aldığı görülmektedir. Desalegn ve meslektaşları (2019) tarafından yapılan çalışmada, kız öğrencilerin sosyal anksiyete düzeyleri erkeklere göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Diğer bir demografik değişken olan ebeveyn eğitim düzeyine göre, öğrencilerin sosyal anksiyete düzeyi, algılanan ebeveyn tutumları incelenmiştir. Bulgulara göre, anne eğitim düzeyi bakımından, anneleri ilköğretim mezunu olan öğrencilerin sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma alt boyutları ile sıkıntıya dayanma gücü puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Elde edilen sonucun, annelerin çocuklarına sağladığı bilgi ve sergiledikleri tutumların eğitim düzeyinin getirmesi muhtemel farkındalıkla ilişkili olmasından ötürü sonucun tutarlı olduğu düşünülmektedir. Aynı şekilde, babaları ilköğretim mezunu olan öğrencilerin algılanan demokratik ebeveyn tutumu, sosyal anksiyete kaçınma ve kaygı alt boyutları ile sıkıntıya dayanma gücü puanları daha yüksek bulunmuştur. Literatürde, çocukların işlevselliğine yönelik ebeveyn tutumunun etkisini ele alan çalışmalar arasında Dubow ve meslektaşları (2009), ebeveynlerin eğitim düzeyinin

çocuklarının mesleki ve eğitim başarısına etkisi olduğunu öne sürmüştür.

Gelir düzeyi değişkeni bakımından, öğrencilerin algıladığı ebeveyn tutumları, sosyal anksiyete düzeyleri ve sıkıntıya dayanma gücünü puanları incelendiğinde, düşük gelir düzeyi bildiren öğrencilerin kaçınma, kaygı ve sıkıntıya dayanma gücününün anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, orta gelir düzeyi bildiren öğrencilerin algılanan demokratik ebeveyn tutumlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür. Vine ve meslektaşları (2012) tarafından yapılan çalışmada, ailenin gelir düzeyi ve yaşanan yerin öğrencilerin anksiyete düzeyleri arasında ilişki olduğu saptanmış; yüksek gelir düzeyi bildirenler daha yüksek düzeyde kaçınma belirtileri olduğu sonucu elde edilmiştir. Çalışmada, düşük gelir düzeyi bildiren öğrencilerin daha düşük düzeyde fiziksel anksiyete belirtileri olduğu görülmüştür. Literatürde yer alan bu çalışmanın farklı sonuçlar elde etmesi açısından bu çalışmadaki bulgularla tutarlı olmadığı görülmektedir.

Öğrencilerin kiminle yaşadığı değişkenine göre algılanan ebeveyn tutumu, sosyal anksiyete ve sıkıntıya dayanma gücününün farklılaşma düzeyleri incelendiğinde, arkadaşlarıyla kalan öğrencilerin sosyal anksiyete kaçınma puanlarının yalnız veya aileleriyle yaşayan kişilere kıyasla daha yüksek olduğu görülmüştür. Ek olarak, arkadaşlarıyla yaşayanların daha yüksek düzeyde sıkıntıya katlanma gücünü puanları olduğu görülmüştür. Elde edilen sonucun, üniversite hayatına uyum sağlamaya çalışan üniversite öğrencilerinin aşına olmadıkları sosyal bir ortamda anksiyete hissedebileceklerinden kaynaklı olduğu düşünülebilir.

Ailede kronik ve psikiyatrik değişkenlerine göre öğrencilerin algılanan ebeveyn tutumu, sosyal anksiyete ve sıkıntıya katlanma gücünü puanlarının farklılaşma düzeyleri incelenmiştir. Bulgular doğrultusunda kronik veya psikiyatrik rahatsızlık değişkenlerine göre anlamlı farklılık saptanmamıştır. Öte yandan, literatürde farklı bulgular mevcuttur. Stoeckel ve Weissbrod (2015), ailede kronik rahatsızlığı olan bir ebeveynin olmasının öğrencilerde depresyon ve anksiyete riskini arttıran önemli bir faktör olduğunu öne sürmüştür.

Üniversite öğrencilerinde alkol ve sigara kullanımı değişkenleri bakımından, algılanan ebeveyn tutumları, sosyal anksiyete ve sıkıntıya katlanma gücününün farklılaşma düzeyleri incelendiğinde, alkol kullandığını belirten üniversite öğrencilerinin kaygı ve kaçınma puanlarının daha düşük olduğu bulunmuştur. Elde

edilen bulgular doğrultusunda, alkol kullandığını belirten öğrencilerin, alkoli, anksiyeteyi azaltıcı ve kendilerini iyileştiren bir araç olarak görmelerinden kaynaklı bir durum olabileceği düşünülmektedir. Literatürde, üniversite öğrencilerinin alkol kullanımı ve ilişkili psikolojik faktörlerin incelendiği çalışmalarda, öğrencilerin kendilerini iyileştirme amaçlı alkol kullanımına yöneldiği ve bu şekilde dikkatlerini başka bir yöne çevirerek olumsuz duygularla baş edebildikleri belirtilmiştir (George ve ark, 2019; Pedrelli ve ark, 2018; Vidourek ve ark, 2019). Bu doğrultuda, sosyal anksiyete ve alkol kullanımı arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuş ve sonuçların literatürle tutarlı olduğu sonucu elde edilmiştir. Bir diğer çalışmada, Williams, Wik ve Wong (2015), tek başına alkol almayı tercih eden öğrencilerin sıkıntıyla başa çıkma yöntemi olarak alkol tüketimine yöneldiği sonucu elde edilmiştir. Sıkıntıya katlanma güçlüğü olan ve yalnız alkol tüketmeyi tercih edenlerin başa çıkma yönteminin alkol almak olması açısından sıkıntıya katlanma güçlüğünün önemli bir belirleyici olduğu görülmektedir. Ayrıca, Vidourek, King ve Huang (2019) tarafından yapılan araştırmada, öğrencilerin alkol kullanımı ile ilişkili faktörler arasında, anksiyete ve depresyon gibi ruh sağlığı problemleri, duygusal istismara maruz kalma ve uyuşturucu madde kullanımı yer almaktadır.

Üniversite öğrencilerinin algılanan ebeveyn tutumları, sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma alt boyutları ile sıkıntıya katlanma güçlüğü arasındaki ilişki incelendiğinde, sosyal anksiyete kaçınma alt boyut puanları ile ebeveyn tutumlarının tümü pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Öte yandan, sıkıntıya katlanma güçlüğüyle öğrencilerin sosyal anksiyete boyutları orta düzey ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Kaygı alt boyutu ile koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumlarıyla pozitif yönde ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Elde edilen bulguların literatürle tutarlılığını ele almak açısından, Russell ve Shaw (2009) tarafından yapılan çalışmada, sosyal anksiyetenin üniversite öğrencilerinde yaygın olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, Keough ve meslektaşları (2010), sıkıntıya katlanma güçlüğünün anksiyete bozuklukları ile pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili olduğunu bulmuştur.

Araştırmada, sıkıntıya katlanma güçlüğünün yordayıcıları olarak sosyal anksiyete boyutları ve algılanan ebeveyn tutumları incelendiğinde, ebeveyn tutumlarının anlamlı bir yordayıcı olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte, öğrencilerin yaşı ve sosyal anksiyete kaçınma alt boyutu puanlarının anlamlı düzeyde yordayıcı olduğu sonucu elde edilmiştir. Bulgular, kaçınma puanları yüksek olan

öğrencilerin sıkıntıya dayanma güçlüğü puanlarının yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Ayrıca, örnekleme, daha genç yaşta olan katılımcıların sıkıntıya katlanma güçlüğü puanlarının anlamlı düzeyde daha düşük olduğu sonucu elde edilmiştir. Araştırmada elde edilen bulguların, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve sosyal anksiyete arasındaki ilişki açısından tutarlılık gösterdiği düşünülmektedir. Örneğin, Keough ve meslektaşları (2010) yapmış oldukları çalışmada sıkıntıya katlanma güçlüklerinin, katılımcılardaki panik bozukluk, obsesif-kompulsif bozukluk, yaygın anksiyete ve sosyal anksiyete semptomlarıyla anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Laposa ve meslektaşları (2015) ise sıkıntıya katlanma güçlüğünün klinik olmayan örneklem üzerinde anksiyete hassasiyetine ilişkin anlamlı bulgular sağladığı görülmüştür. Ayrıca sıkıntıya katlanma güçlükleri ile yaygın anksiyete bozukluğu, sosyal anksiyete bozukluğu ve obsesif-kompulsif bozukluk semptomları arasında anlamlı ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Kaiser ve meslektaşları (2012) tarafından yapılan bir araştırmada, olumsuz duygularla baş etmek adına dürtüsel davranmanın, sıkıntıya katlanma güçlüğü ve madde kullanım bozukluğu arasındaki ilişkide yordayıcı olduğu sonucu elde edilmiştir. Kişilik özelliği olarak pozitif ve negatif duygu durumun sıkıntıya katlanma güçlüğü ile birlikte madde kullanımını etkileyen değişken olduğu bulunmuştur.

Allan ve meslektaşları (2015) tarafından yapılan araştırmada, anksiyete belirtilerine yönelik fiziksel, duygusal ve kognitif duyarlılık düzeylerinin korku, stres ve alkol-madde kullanımı ile anlamlı ilişkisi olduğu saptanmıştır. Ayrıca, sıkıntıya katlanma güçlüğünün söz konusu ilişkinin anlamlılık düzeyini arttıran aracı değişken olduğu görülmüştür.

6. SONUÇLAR

6.1. Araştırmanın Sonuçları

Araştırmada elde edilen bulgulara göre,

- Çalışmaya 257 üniversite öğrencisi katılmıştır.
- Kadınların sayısı erkeklere kıyasla daha fazla bulunmuştur.
- Öğrenciler arasında, ailesiyle yaşayanların sayısı, yalnız ve arkadaşlarıyla yaşayanlardan daha fazladır.
- orta gelir düzeyi bildirenler, düşük ve yüksek gelir düzeyine sahip olanlardan daha fazladır.
- Ebeveyn eğitim düzeyine göre, ilköğretim mezunu anne ve babaların sayısı lise ve üniversite mezunlarına kıyasla daha fazladır.
- Yaklaşık %30 ile %35 arasında öğrencinin sigara ve alkol kullandığı görülmektedir.
- Cinsiyet değişkenine göre kadınların algılanan demokratik ebeveyn tutumu puanları erkeklere kıyasla daha yüksektir.
- Erkeklerin, algılanan otoriter ebeveyn tutumu puanları kadınlara kıyasla daha yüksektir.
- Anne eğitim düzeyine göre, anneleri ilköğretim mezunu olan öğrencilerin sosyal anksiyete kaçınma ve kaygı alt boyut puanları daha yüksektir. Ayrıca, anneleri ilköğretim mezunu olan öğrencilerin sıkıntıya katlanma güçlüğü puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.
- Baba eğitim düzeyine göre, babaları ilköğretim mezunu olan öğrencilerin sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma alt boyut puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir. Ayrıca, babaları ilköğretim mezunu olan öğrencilerin sıkıntıya katlanma güçlükleri ve algılanan demokratik ebeveyn tutumu puanları anlamlı düzeyde daha yüksektir.
- Gelir düzeyi değişkenine göre, orta gelir düzeyine sahip olduğunu belirten öğrencilerin algılanan demokratik ebeveyn tutum puanları anlamlı düzeyde

daha yüksektir. Ayrıca, düşük gelir düzeyine sahip olduğunu belirten öğrencilerin sosyal anksiyete kaçınma ve kaygı alt boyutları ve sıkıntıya katlanma güçlükleri puan ortalamalarının orta ve yüksek gelir düzeyine kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur.

- Ailede kronik ve psikiyatrik rahatsızlık öyküsü bakımından öğrencilerin algılanan ebeveyn tutumu, sıkıntıya katlanma gücü ve sosyal anksiyete puanları anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.
- Alkol kullandığını belirten öğrencilerin sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma puanları daha yüksektir.
- Sigara kullanımı bakımından öğrencilerin algılanan ebeveyn tutumu, sosyal anksiyete ve sıkıntıya katlanma gücü anlamlı düzeyde farklılaşmamaktadır.
- Arkadaşlarıyla yaşadığını belirten öğrencilerin, aileleriyle veya yalnız yaşayan öğrencilere kıyasla sosyal anksiyete kaçınma ve sıkıntıya katlanma gücü puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır.
- Üniversite öğrencilerinin yaş, sosyal anksiyete kaygı ve kaçınma puanları, algılanan demokratik, koruyucu-istekçi ve otoriter ebeveyn tutumu ile sıkıntıya katlanma gücü arasında anlamlı ilişki saptanmıştır.
- Yordayıcı ilişkiye yönelik bulgular doğrultusunda, yaş azaldıkça öğrencilerin sıkıntıya katlanma güçlükleri artış göstermektedir.
- Öğrencilerin sosyal anksiyete kaçınma alt boyut puanları azaldıkça sıkıntıya katlanma düzeyleri artmaktadır.

7. ÖNERİLER

7.1. Öneriler

Araştırmada elde edilen bulgular doğrultusunda yapılacak ileri çalışmalara yönelik hem araştırmacılara hem de uygulayıcılara önerilerde bulunulabileceği düşünülmektedir.

Araştırmacılara yönelik öneriler arasında,

- Üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete düzeyleri ve algılanan ebeveyn tutumuna ilişkin değerlendirmelerde sıkıntıya katlanma güçlüğü değişkenine ek olarak farklı psikolojik faktörlerin dahil edilebileceği düşünülmektedir. Psikolojik faktörler olarak duygu düzenleme güçlüğü, sıkıntıya dayanma ile birlikte değerlendirilebilecek bir değişken olduğu düşünülmektedir.
- Araştırmacıların daha geniş örneklem sayısına ulaşarak çalışmayı tekrar etmesinin sonuçların genellenebilirliği açısından literatüre katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Uygulayıcılara yönelik öneriler arasında,

- Erken erişkinlikte önemli bir dönem olan üniversite hayatında öğrencilerin psikososyal işlevselliğine katkı sağlayabilecek ve iyi oluşlarını sürdürebilecek eğitim programları ve müdahale yaklaşımlarının bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda yapılandırılabilirliği düşünülmektedir.
- Yeni bir ortama uyum sağlamaya çalışan üniversite öğrencilerinin karşılaşılabileceği güçlüklerin tespiti ve uygun adımların atılması açısından araştırma bulgularının destekleyici olduğu öngörülmektedir.
- Üniversite öğrencilerinin yaş ve gelişimsel düzeylerine bağlı olarak ailelerinin dahil edilmediği ve bilgilendirmenin sağlanabileceği bir desteğin ya da hizmetin sunulmasının sosyal anksiyete açısından riskli olan kişileri belirleme ve ileri düzeyde çalışma yürütebilmek adına önemli katkıları olacağı düşünülebilir. Üniversitelerde kurulabilecek psikososyal destek birimlerinin söz konusu ilişkileri göz önünde bulundurarak psikoeğitim ve

destek ilişkisi ya da danışmanlık hizmetlerinin sağlanabileceği düşünölmektedir. Bu yüzden, farklı üniversitelerde aynı çalışmanın tekrar edilmesiyle güncel verilerin gözden geçirilerek sağlanacak desteğin yapılandırılması gerektiği düşünölmektedir.

8. KAYNAKLAR

- Akbaba, S. (2004). Psikolojik sağlığı koruyucu rehberlik ve psikolojik danışma. PegemA Yayıncılık, Ankara.
- Aktaş, S. (2011). 9. sınıfta anne baba tutumları ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Albano A.M., Di Bartolo P.M., Heimberg R.G, & Barlovv D.H. (1995). Children and Adolescents: Assessment and Treatment. Social Phobia ed. Heimber RG, Liebovvitz MR, Hope DA, Schneier. FR. Guilford Press, New York, London.1 S: 387-425.
- Allan WD., et al. (1998). Parental hostility: Impact on the family. Child Psychiatry and Human Development 28.3 169-178.4.
- Allan, N. P., Macatee, R. J., Norr, A. M., Raines, A. M., & Schmidt, N. B. (2015). Relations between common and specific factors of anxiety sensitivity and distress tolerance and fear, distress, and alcohol and substance use disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 33, 81-89. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.05.002>
- Al-Naggar, R. A., Bobryshev, Y. V., & Alabsi, M. (2013). Perfectionism and social anxiety among university students in Malaysia. *Asean Journal Of Psychiatry*, 14(1), 51-58. Retrieved from <https://aseanjournalofpsychiatry.org/index.php/aseanjournalofpsychiatry/article/viewFile/152/119#page=5>
- American Psychiatric Association. (2013) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Aydoğmuş, K. (2001). Çocuklarda Uyum ve Davranış Bozuklukları. Ana-Baba Okulu. İstanbul: Remzi Kitap Yayıncılık.

- Baumrind, D. (1966). Effects of authoritative parental control on child behavior. *Child development*, 887-907.
- Bernstein, G. A., Crosby, R. D., Perwien, A. R., & Borchardt, C. M. (1996). Anxiety rating for children — revised: Reliability and validity. *Journal of Anxiety Disorders*, 10(2), 97-114
- Bruch M.A., & Cheek J.M. (1995). Developmental factors in childhood and adolescent shyness. *Social Phobia ed. Heimber RG, Liebovitz MR, Hope DA, Schneier FR. Guilford Press, New York, London. 5:163-182.*
- Cox, B. J., Borger, S. C., & Enns, M. W. (1999). Anxiety sensitivity and emotional disorders: Psychometric studies and their theoretical implications. *Anxiety sensitivity: Theory, research, and treatment of the fear of anxiety*, 115-148
- Cüceloğlu, D. (1998). *İnsan ve Davranışı (8. Basım)*, İstanbul: Remzi Kitabevi, 331.
- Davidson J.R.T., & Hughes D.L, George L.K., & Blazer D.G. (1993). The epidemiology of social phobia: findings from the Duke Epidemiological Catchment Area Study. *Psychological Medicine*, 23:719-718.
- Derman, M. T., & Başal, H. A. (2013). Okulöncesi Çocuklarında Gözlenen Davranış Problemleri ile Ailelerinin Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 115-144.
- Dilbaz N. & Güz H (2001). Anksiyete bozuklarında yeti kaybı: Sosyal kaygı bozukluğu ile karşılaştırılması.
- Dubow, E. F., Boxer, P., & Huesmann, L. R. (2009). Long-term Effects of Parents' Education on Children's Educational and Occupational Success: Mediation by Family Interactions, Child Aggression, and Teenage Aspirations. *Merrill-Palmer quarterly (Wayne State University. Press)*, 55(3), 224-249. doi:10.1353/mpq.0.0030
- Eskicumalı, A., & Eroğlu, E. (2001). Ailenin sosyo-ekonomik ve eğitim düzeyleri ile çocukların problem çözme yetenekleri arasındaki ilişki. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (1).
- Fenigstein, A., Scheier, M. F.ve Buss, A.H. (1975). Public and Private Self-Consciousness: Assessment and Theory, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43 (4), 522-527.

- Furmark, T. (2002). Social phobia: Overview of community surveys *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105(2), 84-93.
- George, A. M., Zamboanga, B. L., Millington, E., & Ham, L. S. (2019). Social anxiety and drinking game behaviors among Australian university students. *Addictive Behaviors*, 88, 43-47. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2018.08.007>
- Hakami, R. M., Mahfouz, M. S., Adawi, A. M., Mahha, A. J., Athathi, A. J., Daghreeri, H. H., ... Areeshi, N. A. (2018). Social anxiety disorder and its impact in undergraduate students at Jazan University, Saudi Arabia. *Mental illness*, 9(2), 7274. doi:10.4081/mi.2017.7274
- Heimberg, R. ve Becker, R. (2002). *Cognitive-Behavioral Group Therapy for Social Phobia*. New York: Guilford Press
- Heimberg, R.G., Hope, D. A., Rapee, R. M. ve Bruch, M. A.(1988). "The Validity of The Social Avoidance and Distress Scale and The Fear of Negative Evaluation Scale with Social Phobic Patients," *Behaviour Research Therapy*,. 26 (5), 407-410
- Hillman EM. (1982). The relationship between the variables of family climate as perceived by the student achievement. PhD thesis, Miami University, In *Dissertation Abstract International* 43,7
- Hossain, S., Anjum, A., Uddin, M. E., Rahman, M. A., & Hossain, M. F. (2019). Impacts of socio-cultural environment and lifestyle factors on the psychological health of university students in Bangladesh: A longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 256, 393-403. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.06.001>
- Huang, K., Szabó, M., & Han, J. (2009). The relationship of low distress tolerance to excessive worrying and cognitive avoidance. *Behaviour Change*, 26(4), 223-234. <https://doi.org/10.1375/bech.26.4.223>
- Hudson, J. L.ve Rapee, R. M.(2000). "The Origins of Social Phobia," *Behavior Modification*, 24 (1) 102-130
- Kaiser, A. J., Milich, R., Lynam, D. R., & Charnigo, R. J. (2012). Negative Urgency, Distress Tolerance, and substance abuse among college students. *Addictive Behaviors*, 37(10), 1075-1083. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2012.04.017>

- Keough, M. E., Riccardi, C. J., Timpano, K. R., Mitchell, M. A., & Schmidt, N. B. (2010). Anxiety Symptomatology: The Association With Distress Tolerance and Anxiety Sensitivity. *Behavior Therapy*, 41(4), 567-574. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.04.002>
- Kessler, R. C., Stein, M. B., & Berglund, P. (1998). Social phobia subtypes in the national comorbidity survey. *The American Journal of Psychiatry*, 155(5), 613-619.
- Ko, C.-Y. A., & Chang, Y. (2019). Investigating the Relationships Among Resilience, Social Anxiety, and Procrastination in a Sample of College Students. *Psychological Reports*, 122(1), 231-245. <https://doi.org/10.1177/0033294118755111>
- Koc, E. (2019). Turkish Tourism and Hospitality Students' Social Anxiety and Avoidance. *Journal of Hospitality and Tourism Education*, 31(1), 49-54. <https://doi.org/10.1080/10963758.2018.1480962>
- Kolburan, G., Comert, I. T., Narter, M., & Isozen, H. (2012). Parental Attitude Perception in Adolescents by Gender. *Procedia- Social and Behavioral Sciences*, 47, 1299-1304.
- Kraft, J. D., Grant, D. M., White, E. J., Taylor, D. L., & Frosio, K. E. (2019). Cognitive mechanisms influence the relationship between social anxiety and depression among college students. *Journal of American College Health*. <https://doi.org/10.1080/07448481.2019.1661844>
- Kuzgun, Y., & Eldeleklioğlu, J. (1999). Ana baba tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 69-77.
- La Greca, A.M.ve Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents:Linkages with Peer Relations Friendships, *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26 (2), 83-94.
- Laposa, J. M., Collimore, K. C., Hawley, L. L., & Rector, N. A. (2015). Distress tolerance in OCD and anxiety disorders, And its relationship with anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 33, 8-14. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2015.04.003>

- Leary, M. R. ve Kowalski (1995). *Social Anxiety*, Newyork, London: The Guilford Press.
- Macatee, R. J., & Cogle, J. R. (2013). The Roles of Emotional Reactivity and Tolerance in Generalized, Social, and Health Anxiety: A Multimethod Exploration. *Behavior Therapy*, 44(1), 39-50. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2012.05.006>
- Maccoby, E. E., & Martin, J. A. (1983). Socialization in the context of the family: Parent-child interaction. *Handbook of child psychology: formerly Carmichael's Manual of child psychology*/Paul H. Mussen, editor
- Michel, N. M., Rowa, K., Young, L., & McCabe, R. E. (2016). Emotional distress tolerance across anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders*, 40, 94-103. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.04.009>
- Norhizan, N. F. A., Ghazi, H. F., Abdalrazak, H. A., Abdalqader, M. A., Baobaid, M. F., Hasan, T. N., & Hassan, M. R. (2019). Social phobia and its association with body shape and internet addiction among private university students in Selangor, Malaysia. *International Journal of Medical Toxicology and Legal Medicine*, 22(1-2), 106-110. <https://doi.org/10.5958/0974-4614.2019.00025.1>
- O'Bryan, E. M., Luberto, C. M., Kraemer, K. M., & McLeish, A. C. (2018). An examination of mindfulness skills in terms of affect tolerance among individuals with elevated levels of health anxiety. *Anxiety, Stress and Coping*, 31(6), 702-713. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1521515>
- Othman, N., Ahmad, F., El Morr, C., & Ritvo, P. (2019). Perceived impact of contextual determinants on depression, anxiety and stress: A survey with university students. *International Journal of Mental Health Systems*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0275-x>
- Oundo, E. N., Poipoi, M. W., & Were, D. S. (2014). Relationship between Parents' Attitude towards Educational Involvement and Academic Performance of Day Secondary School Students in Samia-Kenya. *International Journal of Human Resource Studies*, 4(3), 147.
- Özkan, F. & Tösten, R. (2011). İlköğretim I. Kademe Öğrencilere Dini Değerlerin Kazandırılmasında Ailenin Etkisi: Diyarbakır İli Örneği. *Eskişehir*

- Osmangazi Üniversitesi Değerler Eğitimi Sempozyumu (26-28 Ekim), Eskişehir.
- Patten CA & Gillin JC. (1997). Depressive symptoms in California adolescents Family structure and parental support. *Journal of Adolescent Health* 20.4 271-278
- Pawluk, E. J., & Koerner, N. (2016). The relationship between negative urgency and generalized anxiety disorder symptoms: The role of intolerance of negative emotions and intolerance of uncertainty. *Anxiety, Stress and Coping*, 29(6), 606-615. <https://doi.org/10.1080/10615806.2015.1134786>
- Pedrelli, P., MacPherson, L., Khan, A. J., Shapero, B. G., Fisher, L. B., Nyer, M., ... Silveri, M. M. (2018). Sex Differences in the Association between Heavy Drinking and Behavioral Distress Tolerance and Emotional Reactivity among Non-Depressed College Students. *Alcohol and Alcoholism*, 53(6), 674-681. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agy045>
- Pörhölä, M., Almonkari, M., & Kunttu, K. (2019). Bullying and social anxiety experiences in university learning situations. *Social Psychology of Education*, 22(3), 723-742. <https://doi.org/10.1007/s11218-019-09496-4>
- Provenzano, S., Santatangelo, O. E., & Firenze, A. (2018). Factors associated with the anxious symptomatology in a sample of university students. *Minerva Psichiatrica*, 59(4), 165-170. <https://doi.org/10.23736/S0391-1772.18.01975-1>
- Rapee, R. M.ve Heimberg, R.G. (1997). "A Cognitive-Behavioral Model of Anxiety in Social Phobia," *Behaviour Research Therapy*, 35 (8), 741-756.
- Reyes, A. V. & Reyes, B. A.. (2014). Social Anxiety Disorder of First Year University Students. *IAMURE International Journal of Multidisciplinary Research*, 10(1). Retrieved from <http://ejournals.ph/form/cite.php?id=2671>
- Robinson, M., Ross, J., Fletcher, S., Burns, C. R., Lagdon, S., & Armour, C. (2019). The Mediating Role of Distress Tolerance in the Relationship Between Childhood Maltreatment and Mental Health Outcomes Among University Students. *Journal of Interpersonal Violence*. <https://doi.org/10.1177/0886260519835002>

- Russell, G., & Shaw, S. (2009). *A study to investigate the prevalence of social anxiety in a sample of higher education students in the United Kingdom. Journal of Mental Health, 18(3), 198-206.*
- Sargın, A. E., Özdel, K., Utku, Ç., Kuru, E., Yalçınkaya-Alkar, Ö., & Türkçapar, M. H. (2012). Sıkıntıya Dayanma Ölçeği: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi, 1(3), 152-161.*
- Schneier, F.R., Johnson, J., Hornig, C.D., Liebowitz, M.R.ve Weissman, M. (1992). "Social Phobia: Comorbidity and Morbidity in an Epidemiologic Sample", *Archives of General Psychiatry, 49, 282-288.*
- Sezer, Ö. (2010). Ergenlerin Kendilik Algılarının Anne Baba Tutumları ve Bazı Faktörlerle İlişkisi (ss. 1-19). *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7(1).*
- Simons J.S., .& Gaher R.M. (2005) The distress tolerance scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion, 29:83-102*
- Skues, J., Williams, B., Oldmeadow, J., & Wise, L. (2016). The Effects of Boredom, Loneliness, and Distress Tolerance on Problem Internet Use Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction, 14(2), 167-180.* <https://doi.org/10.1007/s11469-015-9568-8>
- Song, S.-S., Wu, J.-S., & Zhang, F. (2019). Mediating role of resilience between stress and social anxiety in military medical university students. *Academic Journal of Second Military Medical University, 40(3), 346-349.* <https://doi.org/10.16781/j.0258-879x.2019.03.0346>
- Soykan C, Ozguven H.D, & Gencoz T. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: the Turkish version. *Psychol Rep, 93(3 Pt 2):1059-69.*
- Starkey, P., & Klein, A. (2000). Fostering parental support for children's mathematical development: An intervention with Head Start families. *Early Education and Development, 11(5), 659-680.*
- Stemberger R.T., Turner S.M., Beidel D.C., & Calhoun K.S. (1995). Social Phobia: An analysis of possible developmental factors. *J Abnormal Psychology, 104(3): 526-531*

- Stravynsky A, Elie R, & Franche R.L. (1989). Perception of early parenting by patients diagnosed avoidant personality disorder: a test of the overprotection hypothesis. *Açta Psychiatr Scand*, 80:415-420.
- Thompson, T., Van Zalk, N., Marshall, C., Sargeant, M., & Stubbs, B. (2019). Social anxiety increases visible anxiety signs during social encounters but does not impair performance. *BMC Psychology*, 7(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-019-0300-5>
- Totan, T., & Yöndem, Z. D. (2007). The investigation of bullying in adolescence related to parent and peer relations. *Ege Eğitim Dergisi*, 8(2), 53-68.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., Dancu, C. V., & Keys, D. J. (1986). Psychopathology of social phobia and comparison to avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(4), 389-394.
- Urzua RF. (1993). Risk factors and youth. The role of family and community". *Journal of Adolescent Health* 14.8 619-625.3.
- Uzuner, Y. (2003). Çocukta Ruh Sağlığı, Uyum Bozukluğu. Ailede Ruh Sağlığı (ed. Y. Uzuner). Eskişehir: Açık öğretim Fakültesi Yayınları, 45-56.
- Vanstone, D. M., & Hicks, R. E. (2019). Transitioning to university: Coping styles as mediators between adaptive-maladaptive perfectionism and test anxiety. *Personality and Individual Differences*, 141, 68-75. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.12.026>
- Vidourek, R. A., King, K. A., & Huang, S.-T. (2019). Sociodemographic factors associated with recent alcohol use among college students. *Journal of Substance Use*, 24(3), 258-264. <https://doi.org/10.1080/14659891.2018.1552730>
- Vine, M., Vander Stoep, A., Bell, J., Rhew, I. C., Gudmundsen, G., & McCauley, E. (2012). Associations between household and neighborhood income and anxiety symptoms in young adolescents. *Depression and anxiety*, 29(9), 824-832. doi:10.1002/da.21948
- Vitasari, P., Wahab, M. N. A., Herawan, T., & Sinnadurai, S. K. (2011). Representation of social anxiety among engineering students. *2nd World*

Conference on Psychology, Counselling and Guidance - 2011, 30, 620-624.
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.120>

Williams, C. L., Vik, P. W., & Wong, M. M. (2015). Distress tolerance in social versus solitary college student drinkers. *Addictive Behaviors, 50*, 89-95.
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.06.025>

Wongtongkam, N. (2019). Influence of coping, self-esteem and social support on undergraduate students' emotional distress. *Health Education, 119(3)*, 187-201. <https://doi.org/10.1108/HE-01-2019-0001>

WPA (Dünya Psikiyatri Birliği Sosyal Fobi Çalışma Grubu) (1995). Sosyal Fobi Cep Kitapçığı, Derl.: S. A. Montgomery (Londra: Science Press Ltd.).

Yavuzer, H. (2004). Ana-Baba ve Çocuk. 17. Basım, İstanbul:Remzi Kitabevi.

Yıldırım, A. (2005). Kurum bakımında olan ve ailesi ile birlikte kalan 13-18 yaş arası çocuklarda sürekli öfke ile depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.

Yüceant, M., & Ünlü, H . (2017). The analysis of social appearance anxiety levels of physical education teacher candidates in terms of different variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise* ,19 (1) , 102-108

9. EKLER

Ek-1. Sosyodemografik Bilgi Formu

- 1) Cinsiyet: a) Erkek b) Kadın
- 2) Yaş:
- 3) Bölüm:
- 4) Kimlerle yaşamaktasınız?
 - a) Ailemle
 - b) Arkadaşlarla
 - c) Akrabalarla
 - d) Yalnız
- 5) Anne Eğitim düzeyi?
 - a) İlköğretim
 - b) Lise
 - c) Yüksek Okul
 - d) Üniversite
 - e) Yüksek lisans/ Doktora
- 6) Baba Eğitim düzeyi?
 - a) İlköğretim
 - b) Lise
 - c) Yüksek Okul
 - d) Üniversite
 - e) Yüksek lisans/ Doktora
- 7) Gelir düzeyiniz? a) Düşük b) Orta c) Yüksek
- 8) Ailenizde tanı alan bir kronik fiziksel bir rahatsızlık var mı? a) Var b) Yok
- 9) Ailenizde tanı alan bir psikiyatrik rahatsızlık var mı? a) Var b) Yok
- 10) Alkol kullanıyor musunuz? a) Evet b) Hayır
- 11) Sigara kullanıyor musunuz? a) Evet b) Hayır

Ek-2. Liebowitz Sosyal Fobi Belirtileri Ölçeği

EK-3

Hastanın Adı, Soyadı:	Tarih:
Hastanın Yaşı ve Cinsiyeti:	Değerlendirici:

LIEBOWITZ SOSYAL FOBİ BELİRTİLERİ ÖLÇEĞİ

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyun.
Her kalemdeki durumlarla karşılaştığınız kişilerin yaşadıkları gibi, 1 ile 4 arasında puan verin. Şu şekilde puanlamalarla sonuçlandırılmıştır. Bir hafta bu durumlarla karşılaşmadıysa, kaygıdan kaçınmadıysa ya da 1 ile 4 arasında puan verin. Herkesin yaşadıkları tarzında puan yapın.
(Tıpkı kendiniz için)

Kayıgı	Kaçınma
1. Yüzünüzü gözetmek için	1. Karşılaşılacak ya da karşılaşılacak kişilerden kaçınmak
2. Hızlı	2. Zorunlu durumlarda kaçınmak
3. Çok hızlı hareketler	3. Kaçınmaya çalışmamak
4. Zorlanmak	4. Karşılaşılacak kişilerle karşılaşmak

Kayıgı	Puan	Kaçınma	Puan
1. Önceki bir toplantıda veya bir toplantıda kaygı yaşamak		1. Önceki bir toplantıda veya bir toplantıda kaygı yaşamamak	
2. Seyirci önünde hareket, konuşma ya da konuşmaya çalışmak		2. Seyirci önünde hareket, konuşma ya da konuşmaya çalışmak	
3. Önceki bir toplantıda konuşmak		3. Önceki bir toplantıda konuşmak	
4. Karşılaşılacak veya konuşulacak kişilerle konuşmak		4. Karşılaşılacak veya konuşulacak kişilerle konuşmak	
5. Bir gruba önceden hazırlanmış konuları söylemek		5. Bir gruba önceden hazırlanmış konuları söylemek	
6. Başkaları üzerinde konuşmak		6. Başkaları üzerinde konuşmak	
7. Kendi kendine daha yetenekli olduğuna inanmak		7. Kendi kendine daha yetenekli olduğuna inanmak	
8. Sizinle ilgili konuşmak için bir parayı ödemek için bir şeyler yapmak		8. Sizinle ilgili konuşmak için bir parayı ödemek için bir şeyler yapmak	
9. Çok iyi tanımadığınız kişilerle tanışmak veya konuşmak için bir şeyler yapmak		9. Çok iyi tanımadığınız kişilerle tanışmak veya konuşmak için bir şeyler yapmak	
10. Gösterdiğiniz başarıyı paylaşmak		10. Gösterdiğiniz başarıyı paylaşmak	
11. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle yazışmak		11. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle yazışmak	
12. Bir arkadaşla konuşmak		12. Bir arkadaşla konuşmak	
13. Çok iyi tanımadığınız kişilerle konuşmak için bir şeyler yapmak		13. Çok iyi tanımadığınız kişilerle konuşmak için bir şeyler yapmak	
14. Kendinizi, kendinizi ya da başkaları hakkında konuşmak		14. Kendinizi, kendinizi ya da başkaları hakkında konuşmak	
15. Gösterdiğiniz başarıyı paylaşmak		15. Gösterdiğiniz başarıyı paylaşmak	
16. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle telefonla konuşmak		16. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle telefonla konuşmak	
17. Üstünüzde yemek yemek		17. Üstünüzde yemek yemek	
18. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle tanışmak		18. Çok iyi tanımadığınız bir kişiyle tanışmak	
19. Kaygılı bir gruba katılmaya çalışmak		19. Kaygılı bir gruba katılmaya çalışmak	
20. İşinize yerinde bir şeyler yapmak		20. İşinize yerinde bir şeyler yapmak	
21. Üstünüzde yemek yemek		21. Üstünüzde yemek yemek	
22. Kendinizi, kendinizi ya da başkaları hakkında konuşmak		22. Kendinizi, kendinizi ya da başkaları hakkında konuşmak	
23. İşinize yerinde bir şeyler yapmak		23. İşinize yerinde bir şeyler yapmak	
24. İşinize yerinde bir şeyler yapmak		24. İşinize yerinde bir şeyler yapmak	

Ek-3. Anne-Baba Tutum Ölçeği

Size, ana babaların çocuklarını hangi yöntemlerle eğittiğini, çocuklarına toplumsal davranışlar kazandırırken nasıl davrandığını ifade eden cümlelerden oluşan bir liste verilmiştir. Sizden istenen bu cümleleri okuyup bunların ammanızın ya da babanızın sizi eğitirken genellikle benimsediği davranışlara ne derecede benzediğini, onların tutumuna ne kadar uyduğunu düşünerek cevap kağıdımızdaki seçeneklerden uygun bulduğunuzu işaretlemenizdir.

Cevaplamamın nasıl olacağını bir örnekle gösterelim:

Okula gidiş geliş saatlerini çok sıkı kontrol eder, kimlerle arkadaşlık ettiğini sorgular.

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

Eğer anne ya da babanız sizin hangi saatte nerede olduğunuzu ve kimlerle ne yaptığınızı hiç ilgilensiyorsa "Hiç uygun değil"ın karşılığı olarak A, sizi genellikle serbest bırakıyorsa "pek uygun değil"ın karşılığı olarak B, ne yaptığınızı çoğunlukla ilgilendiriyor bazen sizi serbest bırakıyorsa "biraz uygun"ın karşılığı olarak C, sizin hangi saatte nerede olduğunuzu ve kimlerle olduğunuzu izliyorsa "uygun" un karşılığı D'yi çok sıkı bir biçimde izliyorsa "Çok uygun"un karşılığı olarak E'yi işaretlemeniz beklenmektedir.

A) Hiç uygun değil

B) Pek uygun değil

C) Biraz uygun

D) Uygun

E) Çok uygun

1. Bana her zaman güven duygusu vermiş ve beni sevdiğini hissettirmiştir.

A) B() C() D() E()

2. Çok yönlü gelişme için beni olanakları ölçüsünde desteklemiştir

A) B() C() D() E()

3. Her yaptığım işin olumlu yanlarını değil kusurlarını görmüş ve benimleştirmiştir.

A) B() C() D() E()

4. Her zaman başımsa köftü bir şey gelecekmış gibi beni koruyup kollamaya çalışır.

A) B() C() D() E()

5. Aramızdaki ilişki ona içimi açmaya cesaret edemeyeceğim kadar resmidir.

A) B() C() D() E()

6. Arkadaşlarımı eve çağırmana izin verir, geldiklerinde onlara iyi davranırdı.

A() B() C() D() E()

7. Elimden geldiği kadar, her konuda benim fikrimi almaya özen gösterir.

A() B() C() D() E()

8. Çevremizdeki çocuklarla beni karşılaştırır onların benden daha iyi olduklarını söylerdi.

A() B() C() D() E()

9. Bana hükmetmeye çalışır. A() B() C() D() E()

10. Bugün bile alışverişe çıkacağına zaman kandırılacağını düşünerek bezimle gelmek ister.

A() B() C() D() E()

11. Benden her zaman gücümün üstünde başarı beklemiştir.

A() B() C() D() E()

12. Fiziksel ve duygusal olarak kendisine yakın olmak istediği zaman soğuk ve itici davranırdı. A()

B() C() D() E()

13. Sorularını enıyla rahatlıkla konuşabilirim.

A() B() C() D() E()

14. Neden bazı şeyleri yapma ya da yapmamam gerektiğini bana açıklar.

A() B() C() D() E()

15. Birlikte olduğumuz zamanlar ilişkimiz çok arkadaşçadır.

A() B() C() D() E()

16. Kendi istediği mesleği seçmem konusunda beni zorlamıştır.

A() B() C() D() E()

17. Sevmediğim yemekleri bana yarayacağı düşüncesi ile zorla yedirirdi.

A() B() C() D() E()

18. Sınavlarda hep üstün başarı göstermeni istemiştir.

A() B() C() D() E()

19. Kendimi yönetebileceğim yaşlarda bile gittiği her yere beni de götürür, benim evde yalnız

kalmamdan kaygılanırdı. A() B() C() D() E()

20. Evde bir konu tartışılırken görüşlerimi söylemem için beni teşvik eder.

A() B() C() D() E()

21. Küçük yaşından itibaren ders çalışma ve okuma alışkanlığı kazanmam konusunda bana yardımcı

olmuştur. A() B() C() D() E()

A() B() C() D() E()

23. Benim gibi bir evladı olduğu için kendini bahtsız hissettiğini sanıyorum.

A() B() C() D() E()

24. Okulda başarılı olmam konusunda beni zorlar, düşük not aldığında beni cezalandırır.

A() B() C() D() E()

25. Beni kendi emellerine ulaştırmak için bir araç olarak kullanır.

A() B() C() D() E()

26. Beni daima yapabileceğimden fazlasını yapmaya zorlar.

A() B() C() D() E()

27. Paramı nerelere harcadığımı ayrıntılı bir biçimde denetler.

A() B() C() D() E()

28. Her zaman her işte kusursuz olmam gerektiği inancındadır

A() B() C() D() E()

29. Ona yaklaşmak istediğimde bana sıcak bir şekilde karşılık verir.

A() B() C() D() E()

30. Bana önemli ve değerli bir kişi olduğum inancını aşmıştır.

A() B() C() D() E()

31. Cinsellik konusunda karşılaştığım sorunları kendisine anlatmak istediğimde hep ilgisiz kalmıştır.

A() B() C() D() E()

32. Benim iyiliğimi istediğini, benim için neyin iyi olduğunu ancak kendisinin bileceğini söyler. A()

B() C() D() E()

33. Her zaman nerede olduğumu ve ne yaptığımı merak eder.

A() B() C() D() E()

34. İyi bir iş yaptığımızda beni övmekten çok daha iyisini yapmam.

A() B() C() D() E()

35. Cinsel konularda çok tutucu olduğu için onun yanında bu konulara ilgi gösteremem.

A() B() C() D() E()

36. Aile ile ilgili kararlar alınırken benimde fikrimi öğrenmek ister

A() B() C() D() E()

37. Beni olduğum gibi kabul etmiştir.

A() B() C() D() E()

38. Başkalarına benden daha çok önem verir ve onlara daha nazıkdavranır.

A() B() C() D() E()

39. Günlük olaylar hakkında anlattıklarımı İgi ile dinler ve bana açıklayıcı cevaplar verir.

A() B() C() D() E()

40. Benimle genellikle sert bir tonda ve emrederek konuşur.

A() B() C() D() E()

Ek-4: Sıkıntıya Katlanma Ölçeği

Sorular	Hiç katılmıyorum	Pek katılmıyorum	Kararsızım	Ortaça Katlıyorum	Tamamen Katlıyorum
Sıkıntılı ya da üzgün hissetmek bana dayanılmaz gelir					
Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde tek düşünebildiğim ne kadar kötü hissettiğimdir.					
Sıkıntılı ya da üzgün hissetmenin üstesinden gelemem					
Sıkıntılı duygularımı beni tamamen ele geçirecek kadar yoğundur.					
Sıkıntılı ya da üzgün hissetmekten daha kötü bir şey yoktur.					
Sıkıntılı ya da üzgün olmaya diğer birçok kişi kadar katlanabilirim					
Sıkıntı ya da üzüntü duygularımı kabul edilemezdir.					
Sıkıntılı ya da üzüntülü hissetmemek için her şeyi yaparım.					
Diğer insanlar sıkıntılı ya da üzüntülü hissetmeye benden daha çok dayanıyor gibiler.					
Sıkıntılı ya da üzgün hissetmek her zaman benim için ateşten gömlektir.					
Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde utanırım					
Sıkıntılı hissetmek ya da üzüntülü olmak beni korkutur.					
Sıkıntılı veya üzgün hissetmeyi durdurmak için her şeyi yaparım					
Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde durdurmak için her şeyi yaparım.					
Sıkıntılı ya da üzgün hissettiğimde, sıkıntının aslında ne kadar kötü hissettirdiğine odaklanmaktan kendimi alamam.					



T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

SAYI : 102
KONU: Etik Kurul İzni

28.05.2019

Sayın; Şeyma Karabulut

Haliç Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından yapmış olduğunuz başvuru incelenmiş olup, Prof. Dr. İbrahim Balcıoğlu'nun danışmanlığında planladığımız “**Erken Erişkin Bireylerde Sosyal Anksiyete Düzeyleri, Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sıkıntıya Katlanma Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**” isimli araştırmanız kurulumuzun 28.05.2019 tarihli toplantısında etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinize sunarım.

Prof. Dr. Melek Güneş YAVUZER
Etik Kurul Başkanı

EK.Etik Kurul Kararı

Sütlüce Mah. İmrahor Cad. No:82 Beyoğlu- İSTANBUL
Tel: 0212 924 24 44/2704 Faks: 0212 343 08 78
etikkurul@halic.edu.tr Internet:www.halic.edu.tr



TC
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK
KURULU

Yayın Tarihi :10.12.2015
Revizyon Tarihi :25.01.2016
Revizyon No : 01
Sayfa No : 1 / 1

KARARLAR

Tarih:28 Mayıs 2019

Karar No :08

Toplantı Sayısı:05

Şeyma Karabulut'un Prof. Dr. İbrahim Balcıoğlu'nun danışmanlığında planladığı "Erken Erişkin Bireylerde Sosyal Anksiyete Düzeyleri, Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sıkıntıya Katlanma Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" konulu çalışması incelendi, yapılan inceleme sonucunda araştırmannın etik yönden uygun olduğuna karar verildi.

ÜYELER

Adı-Soyadı	Alanı	Kurumu	Araştırma ile İlişkisi	Toplantıya Katılma	İmza
Prof. Dr. Melek Güneş YAVUZER (Başkan)	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Filiz AÇKURT	Beslenme ve Diyetetik	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Burcu IRMAK YAZICIOğLU	Moleküler Biyoloji Genetik	Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input checked="" type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input checked="" type="checkbox"/>	
Dr. Öğr. Üye. Leman KUTLU (Yürütücü Sekreter)	Ebelik	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. İlhan ODABAŞ	Spor Yöneticiliği	Haliç Üniversitesi Beden Eğt. ve Spor Yük. Okulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Dr. Öğr. Üye. Atilla TEKİN	Psikoloji	Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Dr. Öğr. Üye .Nevra ALKANLI	Biyofizik	Haliç Üniversitesi Tıp Fakültesi Temel Tıp Bilimleri	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Dr. Öğr. Üye . Berrak YİğİT	Fizyoterapi ve Rehabilitasyon	Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Yüksekokulu	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	
Dr. Öğr. Üye . Maral TÖRENLİ ÇAKIROğLU	Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler	Haliç Üniversitesi İşletme Fakültesi	Var <input type="checkbox"/> Yok <input type="checkbox"/>	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	

ETKU:10

10. ÖZGEÇMİŞ

14.03.1995 yılında İstanbul'da doğdu. Lise öğrenimini Kağıthane Anadolu İmam Hatip Lisesi'nde tamamladı. Lisans öğrenimini Haliç Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi Psikoloji Bölümü'nde yaptı (2013-2018). Aynı dönemde İstanbul Üniversitesi Pedagojik Formasyon Eğitimi Programı'nı tamamladı. 2018 yılında Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans programına başlamıştır.

İletişim: seymakarabulut1@hotmail.com