



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

EBEVEYNLIK STİLLERİ İLE SOSYAL FOBİ ARASINDAKİ
İLİŞKİNİN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN
KARŞILANMA DÜZEYİNE GÖRE İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Sabriye Ece HÜR CAN

155180115

Danışman: Prof. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK

İSTANBUL, 2018



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI

**EBEVEYNLIK STİLLERİ İLE SOSYAL FOBİ
ARASINDAKİ İLİŞKİNİN TEMEL PSİKOLOJİK
İHTİYAÇLARIN KARŞILANMA DÜZEYİNE GÖRE
İNCELENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Tezi Hazırlayan: **Sabriye Ece HÜR CAN**

İSTANBUL, 2018

T.C.
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ
TEZLİ YÜKSEK LİSANS SINAV TUTANAĞI

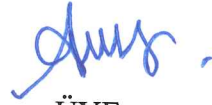
22/02/2018

Enstitümüz *Klinik Psikoloji* Anabilim dalı yüksek lisans öğrencilerinden **155180115** numaralı **Sabriye Ece HÜR CAN** “*İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği*”nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği “*Sosyal Fobi İle Ebeveynlik Stilleri Arasındaki İlişkinin Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılama Düzeyine Göre İncelenmesi*” konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun 30/01/2018 tarih ve 2018/4 sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 39. maddesi gereğince (45.) dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında *oyçokluğu/oybirliği* ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

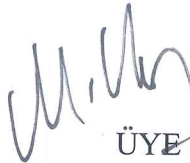
İşbu tutanak, 3 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü’ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



DANIŞMAN
PROF.DR.. ÖMER FARUK ŞİMŞEK



ÜYE
DOÇ.DR. ALİ ERYILMAZ



ÜYE
YRD.DOÇ. MURAT ARTIRAN

YEMİN METNİ

Yüksek lisans tezi olarak sunduğum ‘‘Ebeveynlik Stilleri ile Sosyal Fobi arasındaki İlişkinin Temel Psikolojik İhtiyaçların Karşılanma Düzeyine Göre İncelenmesi’’ başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullanıldıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

Sabriye Ece HÜRRCAN

ONAY

Tezimin kâğıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

Sabriye Ece HÜRÇAN

ÖZET

EBEVEYNLİK STİLLERİ İLE SOSYAL FOBİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARIN KARŞILANMA DÜZEYİNE GÖRE İNCELENMESİ

Sabriye Ece HÜR CAN

Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Ana Bilim Dalı

Danışman: Prof. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK

Ocak, 2018 - 75 sayfa

Öz-belirleme kuramına göre, özerklik, yeterlilik, ilişkili olmadan oluşan temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması insanları psikolojik sağlığa ve iyi oluşa götürmektedir. İnsanların bu temel ihtiyaçları deneyimleyebilmesi için çevresel destek gerekmektedir. Ailede, özellikle ebeveynlik stilleri, ihtiyaçların deneyimlenmesini etkileyen faktörlerden bir tanesidir. Bu araştırmanın amacı, ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin katılımcıların temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyine göre incelemektir.

Araştırmanın örneklemini 270 (151 kız, 119 erkek) 14-18 yaşları arasındaki lise öğrencilerinden oluşmaktadır. Öğrencilerin sosyal fobi düzeyini belirlemek amacıyla ‘Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği’, anne ve babalarının tutumlarını belirlemek amacıyla ‘Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği’, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyini belirlemek amacıyla ‘Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği’ kullanılmıştır.

Analiz sonuçları ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin aracılık rolü babalar için istatistiksel olarak anlamlı bulunurken, anneler için anlamlı bulunmamıştır. Babanın sosyal fobi üzerindeki dolaylı etkisinde temel psikolojik ihtiyaçların aracılık ettiği bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler; Ebeveynlik Stilleri, Sosyal Fobi, Sosyal Anksiyete Bozukluğu, Temel Psikolojik İhtiyaçlar

ABSTRACT

INVESTIGATION OF SATISFACTION LEVEL OF BASIC PSYCHOLOGICAL NEEDS IN RELATIONSHIP BETWEEN PARENTING STYLES AND SOCIAL PHOBIA

Sabriye Ece HÜRÇAN

Master Thesis, Department of Psychology

Consultant: Prof. Ömer Faruk ŞİMŞEK

January, 2018 - 75 pages

According to Self-Determination Theory, satisfaction of basic psychological needs which includes autonomy, competency and relatedness gives rise people to healthy social development, mental health and well-being. In order to experience those basic psychological needs environmental support is needed. Family, specifically parenting styles, is one of the environmental factors that affect experiencing of the basic psychological needs. Purpose of this study is to determine participants' satisfaction level of basic psychological needs in relationship between parenting styles and social phobia.

Sample of this research consists of 270 (151 girls, 119 boys) high school students who are in between 14-18 ages. Liebowitz Social Anxiety Scale is used to determine social phobia, The Leuven Adolescent Perceived Parental Scale is used to determine attitudes of mother and father, Basic Psychological Needs Scale is used to determine satisfaction level of basic psychological needs.

The result of the analysis is showed that adolescents' satisfaction level of basic psychological needs in relationship between parenting styles and social phobia are statistically significant for father but not mother. Effect of father on social phobia is mediated by basic psychological needs.

Key Words; Parenting Styles, Social Phobia, Social Anxiety Disorder, Basic Psychological Needs

ÖNSÖZ

Bu çalışmada, yoğun akademik çalışmaları arasında zamanını ayırarak tezimin her aşamasında bana yol gösteren, geri bildirimleri ile yardımcı olan tez danışmanım Prof. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK'e ilgi ve desteğinden ötürü teşekkürlerimi sunarım. Ayrıca, yardımlarını ve desteğini esirgemeyen Yrd. Doç. Dr. İpek PUR'a teşekkürü bir borç bilirim.

Tez süreci boyunca, maddi ve manevi desteğini esirgemeyen, kararlarımın her zaman saygı duyan babam Osman Erdiñ HÜRÇAN'a ve abim Hüseyin Dinçer HÜRÇAN'a teşekkür ederim. Tezimin veri toplama aşamasında desteğini esirgemeyen annem Gönül HÜRÇAN'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans döneminde hayatıma giren, her ihtiyacım olduğunda yanımda olan tez sürecinde de desteğini esirgemeyen değerli dostlarım Gökçe MAMATİ ve Gülşah YAYAN'a, hayatımın bu zorlu döneminde desteğini esirgemeyen değerli arkadaşlarım Banu KILIÇ ve Mustafa IŞIK'a, varlığı ile bana güç veren, hayatımı kolaylaştıran ve bu süreçteki desteğini de esirgemeyen ikiz kardeşim Mert Can HÜRÇAN'a teşekkür ederim.

İSTANBUL, 2018

Sabriye Ece HÜRÇAN

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
YEMİN METNİ	ii
ONAY	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	v
ÖNSÖZ	vi
KISALTMALAR	x
TABLolar LİSTESİ	xi
ŞEKİLLER LİSTESİ	xii
EKLER LİSTESİ	xiii

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.Araştırmanın Önemi.....	1
1.2. Sosyal Fobi.....	4
1.2.1. Kuramsal Açıklamalar.....	6
1.2.1.1. Biyolojik Yaklaşım.....	6
1.2.1.1.1. Genetik Faktörler.....	6
1.2.1.1.2. Mizaç Özellikleri.....	7
1.2.1.2. Bilişsel Yaklaşım.....	7
1.2.1.3. Kendilik Sunum Yaklaşımı.....	9
1.2.1.4. Analitik Yaklaşım.....	9
1.2.2. Diğer Faktörler.....	10
1.2.2.1. Aile İlişkileri.....	10

1.2.2.2. Sosyal Beceri Eksikliği.....	10
1.2.2.3. Zorlayıcı Yaşam Olayları.....	11
1.3. Ebeveynlik Stilleri.....	12
1.4.Sosyal Fobi ve Ebeveynlik Stilleri	18
1.5.Temel Psikolojik İhtiyaçlar.....	20
1.6.Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Ebeveynlik Stilleri.....	26
1.7. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Sosyal Fobi.....	31

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1.Araştırma Modeli.....	36
2.2.Evren ve Örneklem.....	36
2.3.Verilerin Toplanması.....	37
2.4. Veri Toplama Araçları.....	37
2.4.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği.....	38
2.4.2. Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği.....	38
2.4.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.....	39
2.4.4. Kişisel Bilgi Formu.....	39
2.5.Uygulama.....	39
2.6.Verilerin Çözümlemesi.....	40

BÖLÜM III

BULGULAR

3.1. Ölçme Modeli Sonuçları.....	41
3.1.1. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	43
3.1.2. Revize Edilmiş Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	44
3.1.3. Ölçme Modeline İlişkin Parametre Değerleri.....	45
3.1.4.Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	46

3.2. Yapısal Model Sonuçları.....	47
3.2.1. Yapısal Model İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	47
3.2.2. Yapısal Modele ilişkin Çözümleme Değerleri.....	48

BÖLÜM IV

TARTIŞMA

5.1. Sonuç, Araştırmanın Sınırlılıkları, Öneriler.....	58
--	----

KAYNAKÇA.....	59
----------------------	-----------

EKLER.....	69
-------------------	-----------

ÖZGEÇMİŞ.....	75
----------------------	-----------

KISALTMALAR LİSTESİ

SF	: Sosyal Fobi
TPIÖ	: Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği
LAABÖ	: Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği
LSKÖ	: Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği
KAY	: Kaygı
KAC	: Kaçınma
YET	: Yeterlilik
ILIS	: İlişkili Olma
OZ	: Özerklik
BDUY	: Baba Duyarlılık
ADUY	: Anne Duyarlılık
BDAD	: Baba Davranışsal Denetim
ADAD	: Anne Davranışsal Denetim
BOZDE	: Baba Özerklik Desteği
AOZDE	: Anne Özerklik Desteği
BPKO	: Baba Psikolojik Kontrol
APKO	: Anne Psikolojik Kontrol
KAYBOZ	: Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi)

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Örneklemin demografik özellikleri.....	37
Tablo 2. Değişkenler, Ortalama ve Standart Sapmalar.....	41
Tablo 3. Gözlemlenen değerler arasındaki korelasyonlar.....	42
Tablo 4. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	43
Tablo 5. Revize Edilmiş Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	44
Tablo 6. Ölçme Modeline İlişkin Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri.....	45
Tablo 7. Ölçme Modelinde Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler.....	46
Tablo 8. Yapısal Model İçin Uyum İyiliği Değerleri.....	47

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Yapısal Model Sonuçları.....	48
---------------------------------------	----



EKLER LİSTESİ

Ek-1. Bilgilendirilmiş Onam Formu.....	69
Ek-2. Kişisel Bilgi Formu.....	70
Ek-3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği.....	71
Ek-4. Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği.....	72
Ek-5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.....	74



BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1. Araştırmanın önemi

Türkçapar'a göre, kaygı, hayatımızı devam ettirmemiz için gerekli olarak görülmektedir. Ancak kaygının belirtileri belli bir düzeye kadar yararlıdır ve kimi durumlarda probleme sebep olur (Beck ve Emery, 2011). İnsanlar hayatta kalmak için çevrelerindeki tehdit edici sinyaller veren uyaranlara karşı duyarlıdırlar (Öhman ve Mineka, 2001). Dolayısıyla, sosyal fobi belirtileri olan bireylerin de tehlikeli olarak algıladıkları sosyal uyaranlara karşı tetikte oldukları ve bunlara karşı dikkat yanlılıklarının olabileceği düşünülmektedir (Heeren ve ark., 2015). Bütün patolojilerde olduğu gibi sosyal fobi etiyojisinde de biyolojik faktörlerin yanında çevresel faktörlerin de önemli rolü bulunmaktadır (Nolen-Hoeksema, 2011). Aile de bu bağlamda önemli faktörlerden bir tanesidir.

Kişilerin bakım verene karşı yakınlık araması ve yakınlığı sürdürmesi bağlanma olarak tanımlanmaktadır. Bu durumda genellikle anne ile birincil bağlanma gerçekleşirken, baba da önemli bağlanma figürlerindedir. Bebek bağlanma figürünün yanında güven duygusunu hissetmekte ve etrafı keşfetmektedir (Bowlby, 1969). Anne-çocuk arasındaki farklı bağlanma stillerinin çocuk üzerinde farklı yansımaları olabilmekte ve farklı tutumlar ile çocuğa yaklaşılabilmektedir. Anne-babalığın talepkarlık (davranışsal denetim) ve duyarlılık boyutunun (Maccoby ve Martin, 1983; Akt.: Baumrind, 1996) farklı birleşimleri ile farklı anne-babalık biçimleri tanımlanmaktadır. Duyarlılık ve talepkarlığa ek olarak bu boyutlara psikolojik kontrol (Darling, 1999) ve özerklik desteği (Silk ve ark., 2003) boyutu da eklenmiştir.

Demokratik tutumda yüksek duyarlılık, yüksek davranışsal denetim ve düşük psikolojik kontrol görülürken, otoriter tutumda düşük duyarlılık, yüksek davranışsal denetim ve yüksek psikolojik kontrol görülmektedir (Steinberg, 1985; Darling, 1999). Bunun yanında, demokratik tutumla yetişen çocukların otoriter tutumla yetişenlere göre daha özerk oldukları belirtilmiştir (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010). Dolayısıyla, ebeveynin özerklik desteği sağladığı

düşünülmektedir. Buna ek olarak, otoriter ve aşırı korumacı ebeveynlik tutumunun özerkliği zedeleyeceği söylenebilir. İlgisiz-kayıtsız ebeveynlik tutumunda ise, düşük duyarlılık ve düşük davranışsal denetim görülürken, izin verici tutumda ise yüksek duyarlılık yüksek davranışsal denetim görülmektedir (Steinberg, 1985).

Literatürde, anne-baba tutumları ile sosyal kaygı arasında ilişki olduğuna yönelik bilgiler vardır. Demokratik tutum ile yetişen çocukların otoriter, aşırı korumacı, ilgisiz-kayıtsız tutumla yetişen çocuklara göre daha düşük sosyal kaygı düzeyleri olduğu bulunmuştur (Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012). Yapılan araştırmalarda, aşırı koruyucu tutumun (Spokas ve Heimberg, 2009; Knappe ve ark, 2012), otoriter tutumun (Hamarta ve ark., 2010; Erkan, 2002b; Spokas ve Heimberg, 2009; Rana, Akhtar ve Tahir, 2013) ilgisiz-kayıtsız tutumun (Rana, Akhtar ve Tahir, 2013) yüksek sosyal kaygı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Öte yandan, düşük ebeveyn sıcaklığının sosyal fobi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. (Spokas ve Heimberg, 2009). Knappe ve arkadaşlarının (2012) yaptığı araştırmada ise babanın reddedici ve düşük duygusal sıcaklığı çocukta sosyal fobi ile ilişkili olduğu sonucuna varmışlardır. Dahası, reddedilme erkek ve kız çocuklarda aynı şekilde ilişkili gözükürken, babanın düşük duygusal sıcaklığı ise, kızlarda daha ilişkili bulunmuştur. Bu araştırmada ebeveynlik stilleri incelenirken duyarlılık, davranışsal denetim, psikolojik kontrol ve özerklik desteği boyutları ile ele alınmaktadır.

Öz-belirleme kuramı ihtiyacı, motivasyonun içeriğini, temel olarak davranışın yönünü ve harekete geçmeyi sağlamak olarak belirtmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyacı doğuştan, gerekli ve evrenseldir. Bir psikolojik ihtiyaç karşılanıyorsa enerji vericidir; sağlık ve iyi oluşa götürmektedir. Buna karşılık, karşılanmadığında ise, patolojiye ve hasta oluşa katkıda bulunmaktadır. Bu üç temel ihtiyaç, yapıcı sosyal gelişim ve kişisel iyi oluş ile olduğu kadar büyüme ve birleşmenin doğal eğiliminin en uygun işlevselliğine olanak sağlamak için esastır (Ryan ve Deci, 2000). Öz belirleme kuramı, bireylerin ilgi çeken aktivitelerle uğraşmasının, sosyal gruplarda bağlantı aramasının, kapasitesini alıştırma yapmasının, iç ruhsal ve kişilerarası deneyimlerini ilgili birliğe bütünleştirmesinin insan organizmasının uyumsal tasarımının bir parçası olduğunu ileri sürmüşlerdir. Bu doğal organizmasal

aktivitelerin ve bütünleşik arzuların eş güdümlenmesi için yeterlilik, ilişkili olma ve özerklik temel ihtiyaçlarını deneyimleyecek çevresel destek gerekmektedir. İnsanların şimdiki durumlarında ve gelişimsel öykülerindeki çevresel koşullar temel ihtiyaçların karşılanmasında önemlidir (Deci ve Ryan, 2000). Çevresel faktörler öz-motivasyona, sosyal işlevselliğe ve kişisel büyümeye engel olmakta ya da onları baltalamaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Aile de bu çevresel faktörlerden bir tanesidir.

Literatürde anne-baba tutumları ile temel psikolojik ihtiyaçlar arasında ilişki olduğuna yönelik bulgular vardır. Niemiec ve arkadaşlarının (2006) yaptığı araştırmaya göre, ebeveynin algılanan ihtiyaç desteği bağımsız olarak ergenin iyi oluşunu yordamaktadır. Kocayörük, Altıntaş ve İçbay'ın (2015) yaptığı araştırmaya göre ise, ebeveyn desteği (katılım, özerklik desteği, sıcaklık), iyi oluş ve ergenlerin özerk kendiliği arasında olumlu bir ilişki vardır.

Annenin katılımının ilişkili olma ihtiyacını (Grolnick, 2009), yeterlilik ihtiyacını (Grolnick ve Ryan, 1989; Grolnick, Ryan ve Deci, 1991) karşılarken anne kabulü/ilgisinin ise özerklik ihtiyacını (Musağaoğlu ve Güre, 2005) karşılamaktadır. Yapılan araştırmalarda, ebeveynin özerklik desteğinin yeterlilik ve özerklik ile olumlu ilişkili olduğu (Grolnick ve Ryan, 1989), anneden algılanan özerkliğin farklı ergenlik dönemine göre özerklik ihtiyacının davranışsal boyutuna farklı etkilerinin olduğu (Musağaoğlu ve Güre, 2005) bulunmuştur. Öte yandan, Kocayörük, Altıntaş ve İçbay'ın (2015) yaptığı araştırmada, anne ve baba arasında çocuğun algıladığı ebeveyn desteği (katılımı, özerklik desteği, sıcaklık) açısından farklılık vardır. Annenin katılımı, özerklik desteği ve sıcaklık seviyesi, babadan daha fazla olarak algılandığını bulmuşlardır. Grolnick, Ryan ve Deci'nin (1991) yaptıkları araştırmadaki sonuçlar, algılanan anne ve baba özerklik desteği ve katılımının algılanan özerklik ve yeterlilik ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bununla birlikte, yapılan bir başka araştırmada, psikolojik kontrolün, yalnızlık ile olumlu ilişkili (Kurt, Sayıl ve Kındap-Tepe, 2013), algılanan okul başarısı, olumlu arkadaşlık ile olumsuz ilişkili olduğu bulunmuştur (Kındap, Sayıl ve Kumru, 2008). Buradan hareketle, psikolojik kontrolün yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyacını olumsuz yönde etkilediği söylenebilir. Kındap, Sayıl ve Kumru'nun (2008) yaptığı araştırmada, davranışsal denetimin ise yalnızlık ile olumsuz ilişkili iken

algılanan okul başarısı, olumlu arkadaşlık, benlik değeri ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Dolayısıyla, davranışsal denetimin ilişkili olma ve yeterlilik ihtiyacını olumlu yönde etkilediği söylenebilir. Öte yandan, Sümer, Aktürk ve Helvacı'nın (2010) anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkilerini inceledikleri Türkiye'de yapılan çalışmaların derlemesinin neticesinde, algılanan demokratik tutuma sahip olan çocukların algılanan otoriter tutuma sahip olan çocuklara göre, daha özerk olmaları ile özerklik ihtiyacının, akademik olarak daha başarılı olmaları ile yeterlilik ihtiyacının, daha güvenli bağlanma ve daha olumlu sosyal davranış göstermeleri ile ilişkili olma ihtiyaçlarının karşılandığı düşünülmektedir.

Sarı ve arkadaşlarının (2011) yaptığı çalışmada, temel psikolojik ihtiyaçlar karşılandığında öz yeterliliğin yükseldiğini, sürekli kaygının azaldığını bulmuşlardır. Buradan hareketle, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasının kaygı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ancak literatürde buna yönelik fazla araştırma bulunmamaktadır. Diğer bir yandan, Deci ve Ryan'a (2000) göre, kontrolcü, kaotik, cezalandırıcı, ihmal eden ebeveynlik ve öğrenme çevreleri özerklik düzenlemesini ve ihtiyaç karşılanmasını daha az mümkün kılmaktadır. Bu durumun, içsel çatışma, anksiyete, depresyon, somatizasyon, yabancılaşma gibi sonuçlarının olduğunu belirtmişlerdir.

Sonuç olarak, literatüre baktığımızda, anne-baba tutumları ve sosyal fobi arasında ilişki vardır. Fakat, bu ilişkide aracılık yapan değişkenler bilinmemektedir. Bu ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların önemli rol oynadığı düşünülmektedir. Buna ilave olarak, anne ve baba tutumlarıyla temel psikolojik ihtiyaçların ilişkili olduğuna yönelik bulguların yanı sıra temel psikolojik ihtiyaçlar ile kaygı arasındaki ilişki olduğuna yönelik bulgularda vardır. Bu tez çalışmasında temel psikolojik ihtiyaçların ebeveynlik stilleri ve sosyal fobi arasındaki ilişkideki aracı rolünü belirlemek amacıyla yapılmıştır.

1.2. Sosyal Fobi

DSM-V Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı'na göre ise Sosyal Fobi (SF); kişinin "başkaları tarafından değerlendirilebilecek olduğu gözlenme (örn: yemek yerken), başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn: bir konuşma yapma) ya da toplumsal etkileşimde bulunma (örn: karşılıklı

konuşma) gibi bir ya da birden çok durumda her zaman kaygı ya da korku duyması" olarak tanımlanmıştır. Bu tanımlamaya göre kişi, olumsuz olarak değerlendirilecek biçimde (küçük düşeceği, utanç duyacağı bir biçimde ya da başkalarının kırılmasına yol açacağı, başkaları tarafından dışlanacağı biçimde) davranmaktan ya da kaygılandığına ilişkin belirtilerin farkedileceğinden korku duyar ve bu durumlardan kaçınır ya da yoğun bir kaygı ile buna katlanır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DSM-III-R bazlı 14 psikiyatrik hastalıkların ömür boyu ve 1 yıllık yaygınlığın tahminine yönelik yapılan bir çalışmaya göre sosyal fobi, major depresyon ve alkol bağımlılığından sonra 3. en yaygın hastalık olarak bulunmuştur (Kessler ve ark., 1994). Bununla birlikte, 1980'den 2002'ye kadar yapılan epidemiyolojik toplum araştırmaların gözden geçirildiği bir çalışmada, batı ülkelerinde, SF'nin tahmin edilen ömür boyu yaygınlığı %7-13 arasına düşmekte olduğu görülmüştür (Furmark, 2002). Sosyal fobi yaygınlık çalışmalarının gözden geçirildiği bir çalışmada ise SF yaygınlığının Avrupada Asya kıtasına göre daha yüksek olduğunu saptamışlardır (Çakın-Memik ve ark., 2001). Bu farklılığın toplumsalcılık ve bireyselcilik olan kültürel değerlerle bir derece ilgili olabileceği düşünülmektedir. Yüksek bireyselci toplumlarda kişi, haklarını savunması ile sosyal avantaj elde ederken ve toplum tarafından az düzeyde sosyal kaygı bile sıkıntı olarak görülürken, toplumsalcı kültürlerde kişi topluma uyması ile sosyal avantaj elde etmekte ve bir derece sosyal kaygı olumlu görülebilmektedir (Rapee ve Spence, 2004). Öte yandan, Otto ve arkadaşlarının (2001) çocukluk döneminde, anksiyete bozukluğu geçmişi olan sosyal fobik yetişkinlerde yaptığı araştırmada, %80'inin hastalık başlangıç yaşının 18 yaşından önce olduğunu bulmuşlardır. Shneier ve arkadaşlarının (1992) yaptığı 13.000'den fazla yetişkinin dahil edildiği epidemiyolojik araştırmada ise, sosyal fobinin ortalama başlama yaşı 15.5 olarak bulunmuştur.

Bazı sosyodemografik faktörlere bakıldığında, düşük eğitim düzeyi, bekar olma (Shneier ve ark., 1992), düşük sosyoekonomik statü (Shneier ve ark., 1992; Bella ve Omigbodun, 2009; Gültegin ve Dereboy, 2011) SF ile ilişkili bulunmuştur. Buna ek olarak, kadınlarda daha yüksek oranda SF görülürken (Shneier ve ark., 1992; Essau, Conradt & Peterman, 1999) klinik örnekleme yapılan bazı araştırmalarda ise çoğunlukla ya kadın ve erkeğin eşit oranda

olduğu ya da erkeklerin daha fazla olduğu görülmüştür (Otto ve ark., 2001). Utangaçlık ve çekingen davranma kadın cinsiyet rolüne uygun olarak görülürken erkeklerde eksiklik ve olumsuz özellik gibi görüldüğünden dolayı erkeklerin daha fazla işlevselliğini etkilediği ve yardım aradığı söylenebilir (Çakın-Memik ve ark., 2001). Yaygınlık çalışmaları sonuçlarının farklı olmasında baz alınan DSM kriterlerin farklı olması ve çalışmalarda metodolojik farklılıklar olmasının etkili olduğu düşünülmektedir. Diğer bir yandan, Çağlar, Dinçyürek ve Arsan'ının (2012) yaptığı çalışmada, annesi üniversite mezunu olan öğrencilerin annesi ilkökul, ortaokul, lisansüstü eğitim mezunu olan öğrencilere göre sosyal kaygı ölçeğinin sosyal kaçınma, kritize edilme, değersizlik duygusu alt ölçeklerinde daha yüksek puan aldığı bulunmuştur. Babanın eğitim düzeyinin ise öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinde etkili olmadığı bulunmuştur (Çağlar, Dinçyürek ve Arsan, 2012; Yüksel, 2002).

1.2.1. Kuramsal Açıklamalar

1.2.1.1. Biyolojik Yaklaşım

1.2.1.1.1. Genetik faktörler

Bu alanda yapılan çalışmalara göre, sosyal fobinin de içinde olduğu anksiyete bozukluklarının oluşumunda genetik geçiş önemli rol oynamaktadır. İkiz çalışmalarına göre, ikizler aynı anda aynı anksiyete bozukluğu göstermemesi ile birlikte genel anksiyete bozukluğu hariç diğer anksiyete bozukluklarında tek yumurta ikizleri (%34) için uyumluluk çift yumurta ikizlerine (%17) göre daha fazladır (Torgersen, 1983; Akt.: Elizabeth ve ark., 2006). Velting ve Albano'ya (2001) göre, sosyal fobinin gelişiminde önemli ama orta derecede genetik etki söz konusudur. Diğer bir yandan, Fyer ve arkadaşlarının (1993) yaptığı aile çalışmasının bulgularına göre, SF olgularının yakın akrabalarında sosyal fobi görülme riskinin önemli derecede yüksek olmakla birlikte diğer anksiyete bozukluklarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bu konuda başka bir husus ise, Tiihonen ve arkadaşlarının (1997) yaptığı çalışma ile Striatal dopamin sisteminin fonksiyon bozukluğunun SF ile ilgili olabileceğini Rowe ve arkadaşlarının (1998) ise, yaptığı çalışma ile dopamin taşıyıcı genin (DAT1) SF ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir.

1.2.1.1.2. Mizaç özellikleri

Mizaç erken yaşlarda ve çeşitli ortamlarda gözlemlenebilen çoğunlukla zamana karşı devam eden sabit tepki eğilimi olarak tanımlanmaktadır (Chess ve Thomas, 1997). Yabancı insanlara ve yeni durumlara verilen ilk tepkiye dayalı olarak "utangaçlığa karşı sosyallik", "sosyale karşı ketlenen", "içe dönüğe karşı dışa dönük" olarak çoğunlukla nitelendirilen iki tane önemli mizaç karakteri tanımlanmaktadır. Utangaç olanlar o durumdan uzaklaşma, devam eden davranışta kesilme, seste kısıtlanma gösterirken sosyal olan çocuklar etrafı ve yeniyi keşfettikleri, gülümsedikleri, konuşma başlattıkları görülmektedir (Elizabeth ve ark. 2006).

Sosyal fobinin gelişiminde mizaç faktörleri alanında son zamanlardaki araştırmaların çoğu davranışsal ketlenme odaklıdır (Velting ve Albano, 2001). Davranışsal ketlenme, aşına olunmayan insanlar, nesnelere ve ortamlardan geri çekilme ve etkileşime geçmede isteksizlik olan bir mizaç stilidir (Kagan ve ark., 1988; Akt.: Velting ve Albano, 2001). Hem davranışsal ketlenme gösteren çocukların tanısallık değerlendirmelerinin hem de aile çalışmalarının sonuçlarına göre, özellikle stabil formda olan ya da patolojik anksiyete aile öyküsü ile birlikte çocukluk döneminde davranışsal ketlenme öyküsünün olması anksiyete bozuklukları için riski arttırmaktadır. Ancak, yapılan araştırmada, çocukluk davranışsal ketlenme öyküsünün sosyal fobi belirtileri ile ilişkili olduğu görülürken ancak genel anksiyete bozukluğu ile ilişkili olmadığı görülmüştür (Mick ve Telch, 1998).

1.2.1.2. Bilişsel Yaklaşım

Clark ve Wells' in sosyal fobinin bilişsel modeline göre, erken deneyimlere dayanarak, sosyal fobisi olan insanlar kendisi ve sosyal dünya hakkında varsayımlar geliştirirler. Bu varsayımlar, sosyal performans için aşırı derecede yüksek beklentiler, belli bir yolla performans göstermeye ilişkin koşullu inançlar, kendisi hakkında koşullu olmayan negatif inançlardan oluşan üç kategoriye bölünmüştür. Bu inançlar, alakalı sosyal durumları istenilen performansa ulaşamayacaklarına yönelik tahmin olarak ve belirsiz ya da iyi durumlarda olumsuz değerlendirme ipuçları olarak yorumlanarak tehlikeli olarak anlamlandırmaktadır. Bir kere bir sosyal duruma bu yönde bir değer

biçildiğinde, sosyal fobik kaygılı olmaktadır. Birçok kısır döngü birleşmekte sonrasında da kişinin stresi devam ettiğinden olumsuz düşünce ve inançların yanlış olup olmadığını ispatlamayı engellemektedir (Ray-Crozier ve Alden, 2001).

Sosyal fobik bireyler, kaygı yaratan durumlarda odaklarını dışsal uyaranlardan içsel uyaranlara çevirmektedirler. Dolayısıyla bu durum, yorumlarken olumlu dönütlerin fark edilmesine engel oluşturmaktadır. Bu halde, kişiler içsel duyuları olumsuz bilişlerinin kanıtı olarak yorumlamakta ve anksiyetenin artması ile sonuçlanmaktadır. Diğer bir yandan, sosyal fobikler, korktuğu durumun gerçekleşmesini engellediğini varsaydıkları güvenlik sağlayıcı davranışlar ile ilgilenmektedirler. Bu davranışlarda korktuğu duruma yönelik inançların sorgulanmasını engellemektedir (Leahy ve Holland, 2000).

Clark ve Wells'in modelinde, sosyal fobisi olan bireyler özellikle anksiyetenin diğerleri tarafından gözlemlenebilecek terleme, titreme, zihinsel boşluk gibi, somatik ve bilişsel semptomları ile ilgilenmekte ve bu semptomları istenilen performansa ulaşamadaki başarısızlık olarak yorumlanmaktadır. Semptomlara karşı tetikte olma hali ise semptomların öznel yoğunluğunu artırma eğilimindedir. Başka bir hususta, birçok sosyal fobisi olan bireyler bir sosyal durumu beklerken önemli derecede kaygı yaşarlar. Yapılacak eylemden önce neler olabileceğini ayrıntılı bir şekilde gözden geçirirler. Düşünce içeriğinde, geçmiş başarısızlıkların anımsanması, olay sırasındaki kendi olumsuz görüntüleri, zayıf performansın tahminleri ve reddedilme egemen olmaktadır. Bu durum bazen kaçınma ile sonuçlanmakta ve dolayısıyla kişilerin kaygıları düşmektedir. Sosyal durum sonrası yapılan olayın "post mortem" inde ise etkileşimler detaylıca gözden geçirilmektedir. Bu sırada, kişinin kaygısı ve olumsuz kendilik algısı belirgin bir şekilde egemen olmakta, etkileşimler muhtemelen olduğundan daha negatif görülmekte ve hafızaya daha güçlü bir şekilde kodlanmaktadır. Ayrıca, algılanan diğer sosyal başarısızlık örnekleri hafızaya geri getirilmektedir. Gözlemcilerin gözünden nötr olabilecek bu etkileşimde örnek listeye eklendiğinde, kişinin sosyal olarak yetersiz olduğuna yönelik inancının güçlenmesi ile sonuçlanmaktadır ((Ray-Crozier ve Alden, 2001).

1.2.1.3. Kendilik Sunumu Yaklaşımı

Schlenker ve Leary'nin (1982) modeline göre, kendilik sunumu, benlik imajını istenilen biçimde göstermek için (çekici, dürüst, vb) kontrol etmeye çalışmaktır. Kişi, bu imaj uğruna kendilik sunumu ile ilgili hedefler belirler. Bu hedeflerin, insanlardan alacağı hayali, beklenen ya da görünen geri bildirimlerle tutarlı olması gerekmektedir. Bu bağlamda, kişi bırakmak istediği izlenimi nasıl sağlayacağı konusunda emin olamadığında, kişi kendilik sunumunun reddedileceğini düşünmektedir. Bu kişiler böyle bir durumla karşı karşıya kalacağına güçlü bir inanç geliştirerek sosyal kaygı yaşamaktadırlar.

İzlenimleri kontrol etme istekleri olarak tanımlanan kendilik sunumu motivasyonunun, başarısızlık karşısında artan onay alma isteğinin, mevcut insan sayısının ve belirsizliğin artması ile sosyal kaygı da artmaktadır. Diğer bir yandan, başkalarınca değerlendirilmenin önemi arttıkça (örn: yüksek mevkide ya da çekici olan) izlenimleri kontrol etme çabası artmakta ve dolayısıyla sosyal kaygı da artmaktadır. Kişilerin diğer insanlar üzerinde bıraktığı izlenime gösterdiği çaba ve düşüncenin miktarı olan izlenim yönetiminin yanında kişinin başkalarına nasıl görüldüğü ve nasıl değerlendirildiğiyle ilgilenmesi olan toplumsal kendilik farkındalığı da sosyal kaygı oluşumunda önemlidir. Ayrıca, ilgi ile birlikte diğerlerinin dış görünüş ve davranışlarımıza odaklandığının farkındalığa gelmesi ile de değerlendirilme gerçeği oluşmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995; Akt.: Erkan, 2002a).

1.2.1.4. Analitik Yaklaşım

Bu yaklaşıma göre cinsellik ya da saldırganlık dürtülerinin güçlenerek benliğin zayıflaması ile iç çatışma meydana gelmekte ve anksiyete oluşmaktadır. Anksiyete benlik için tehlike belirtisi olmasından dolayı, bu durumda benlik savunma mekanizmalarını harekete geçirmekte ve fobi yer değiştirme mekanizması ile anksiyetenin durum ya da nesneye bağlanması ile ortaya çıkmaktadır. Fobik duruma karşı kaçınma savunma mekanizması ile de kişi rahatlama sağlamaktadır (Öztürk ve Uluşahin, 2014).

Bu çerçevede sosyal fobi dinamiğinde 3 temel etken vardır. Bilinçdışı dikkat çekme ve onaylayıcı tepkiler alma isteğinin fazla olması, onaylayıcı olmayan ebeveyn tarafından utandırılma veya eleştirilme duygusuna neden

olmaktadır. Bu yüzden, kişiler onaylanmama ihtimali olan durumlardan kaçınarak hayali bir utandırılmadan kaçınmaktadırlar. Sosyal fobisi olan kişilerin bazılarında bilinçdışı olarak diğerlerinden tam bir ilgi alabilmek amacıyla ve tüm rakipleri korkutarak kaçırma veya yok etme arzusu ile birlikte saldırgan bir şekilde talepkarlık gösterirler. Utanç ile birlikte ortaya çıkan suçluluk duyguları ise rakiplerinin yerini alabilme durumundaki yetersizlikten kaynaklanmaktadır. Ayrılma anksiyetesinde ise sosyal fobisi olan çoğu kişinin bağımsızlık ve yeni kişilerle yakınlaşmanın, sevdiği figürlerin sevgisini kaybedeceğinden korkmaktadır. Kişiler temel figürleri tarafından reddedilmekten kaçmak için başkalarıyla ilişki kurmaktan kaçınır. Sonuç olarak, sosyal fobisi olan insanların utandıran, eleştiren, aşağılayan, alay eden, terk eden nesne temsilcileri temel bakıcılarıyla olan ilişkisi ile gelişmektedir ve kişiler erken dönemde stabilleşen bu içe atımları diğer insanlara yansıtarak insanlardan kaçınmaktadırlar (Türkçapar, 1999).

1.2.2. Diğer Faktörler

1.2.2.1. Aile İlişkileri

Sosyal Fobi ve Ebeveynlik Stilleri bölümde ele alınmıştır.

1.2.2.2. Sosyal Beceri Eksikliği

Sosyal fobisi olan insanlar sosyal durumlarda, özellikle akranlarıyla ilişkilerinde, zayıf beceri performansı göstermesi olumsuz sosyal çıktılarla sonuçlanmaktadır. Bu olumsuz sosyal çıktılarda anksiyeteye sebep olmakta ve sonrasında gerçekleştirdikleri kaçınma davranışından dolayı sosyal becerileri öğrenmek zorlaşır, sosyal becerileri daha çok zayıflar (Spence ve ark. 1999).

Bazı teorisyenler, sosyal fobisi olan bireylerin zayıf sosyal becerileri olma eğilimi olduğunu vurgularken, bazı teorisyenler ise bunu kabul etmemekte (Rapee & Spence, 2004) ve sosyal beceri eksikliğinin sosyal fobinin sürdürülmesinde katkıda bulunduğunu teorileştirmişlerdir (Kashdan ve Herbert, 2001). Yapılan araştırmalarda, hem çocuklar hem yetişkinler için farklı sonuçlar bulunmaktadır. Rapee ve Lim'in (1992) yaptığı küçük grup izleyiciye hazırlıksız bir şekilde konuşma yapmaları istenilen amprik araştırmada, yetişkin sosyal fobiklerin klinik olmayan kontrol grupla aralarında gözlemci değerlendirmeleri

açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Stopa ve Clark'ın (1993) yaptığı video kaydına alınan kısa sohbeti içeren amprik araştırmada ise kontrol grubuna göre, sosyal fobiklerin daha az güzel performans gösterdikleri bulunurken aynı zamanda sosyal fobiklerin çok az negatif düşünceleri diğer insanların eleştirilerinde bahsedildiği belirtilmektedir. Sosyal fobik çocuklarda ise, sosyal olarak zorlayıcı bir etkinlikte performanslarının daha az güzel olduklarına dair birçok araştırma vardır (Spence ve Rapee, 2016). Miers, Blote ve Westenberg'in (2010) 5 dakikalık konuşma yapmakla ilgili yaptığı araştırmada, tanımadıkları akran gözlemcilerinin değerlendirmelerine göre, yüksek sosyal kaygısı olan ergenlerin ölçülen bütün sosyal beceri alanlarında (konuşma konusu, yüz ifadesi, duruş ve beden hareketi, konuşma şekli) önemli derecede zayıf oldukları gözlenmiştir. Tuschen-Caffier, Kühl ve Bender'in (2011) yaptığı 2 sosyal-değerlendirme görevini içeren amprik araştırmada ise, sosyal fobisi olan çocuklar ve eşik altı sosyal kaygısı olan çocuklar, kontrol grubundaki çocuklara göre yüksek derecede kaygı ve olumsuz düşünce yaşadıkları ancak bu 3 grup arasında gerçek görev performansı açısından bir farklılık bulunmamışlardır. Sonuç olarak, araştırma sonuçları hem çocuk hem yetişkinler için farklılık göstermektedir.

1.2.2.3. Zorlayıcı yaşam olayları

Kessler, Davis ve Kendler (1997), boşanma gibi kayıp olayları, annenin depresyonu gibi ebeveynsel psikopatoloji, tecavüz gibi kişilerarası travmalar, doğal afet gibi diğer zorlayıcı çocukluk dönemi olaylarının DSIII-R' de yer alan duyu durum bozukluklarının, bağımlılık bozukluklarının ve dışavurum bozukluklarının yanında sosyal fobinin de içinde olduğu kaygı bozukluklarını sürdürmekten ziyade ortaya çıkmasıyla alakalı olduğunu belirtmişlerdir. Chartier, Walker ve Stein (2001), bir yetişkinle yakın ilişki eksikliğinin, sadece erkeklerde ilk çocuk olmamanın, kök ailesinde aile içi geçimsizliğin, çocukken 3 kereden fazla taşınmanın, ailesel ruhsal bozukluk geçmişinin, evden kaçmanın, çocukluk fiziksel ve cinsel tacizin, sınıfta kalmanın, 9 yaşından önce özel eğitime kaydolmanın, çocuğun refaha katılması, liseden ayrılma gibi yaşam olaylarının sosyal fobi ile pozitif ilişkisi olduğunu belirtmişlerdir.

Mulkens ve Bögels'in (1999) yaptığı sosyal fobide sık görülen kızarma korkusu hakkındaki araştırmada ise, kızarma korkusu olan insanlar kontrol gruba

göre çoğunlukla koşullu olay deneyimledikleri bildirmişlerdir. Hackmann, Clark ve McManus'un (2000) sosyal fobisi olan 22 hasta ile yaptığı çalışmanın sonucunda, erken dönem hoş olmayan deneyimlerin, kişinin sonraki sosyal durumlarda tekrarlayıcı biçimde aktive olan ve sonraki daha olumlu deneyimlerin ışığında güncellemekte başarısız olan sosyal kendiliklerinin aşırı derecede negatif görüntülerinin gelişmesine sebep olabileceğini önermiştir. Bu girici görüntülerin, sosyal fobinin ortaya çıkma zamanlarında kümelenen zorlayıcı sosyal olayları içeren belirli hatıralarla ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Özetle, sosyal fobinin açıklamalarında kuramsal olarak; biyolojik, bilişsel, kendilik sunumu ve analitik yaklaşımın olmasının yanında sosyal beceri eksikliği, zorlayıcı yaşam olayları ve aile ilişkileri gibi diğer faktörlerde vardır.

1.3. Ebeveynlik Stilleri

Bireyin önemli diğer bir kişi ile yakınlık kurma ve sürdürme eğilimi bağlanma davranışı olarak tanımlanmakla beraber, kişi, genellikle birincil bağlandığı anne figürün yanında güven duygusunu yaşamaktayken kaybetme korkusu ise kaygı duymaktadır. Baba da anneden sonra sık görülen diğer bağlanma figürlerindedir. Annenin gösterdiği ilginin yanında bebeğin girdiği etkileşim süresinin de, bebeğin göstereceği bağlanma biçiminde önemli olmaktadır (Bowlby, 1969). Diğer bir yandan, anne-babanın kendi bağlanma stili çocukla olan bağlanmasını (Arslan ve Teze, 2016) ve çocuğa karşı tutumunu etkilediği söylenebilir. Örneğin; saplantılı bağlanan annelerin zorlayıcı-öfkeli ebeveynlikte anlamlı derecede yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Adam, Gunnar ve Tanaka, 2004).

Ebeveynlik stilleri ana-babalığın iki önemli boyutunu içermektedir. Bunlar; duyarlılık ve talepkarlıktır (Maccoby ve Martin, 1983; Akt.: Baumrind, 1996). Duyarlılık, sıcaklık ve destekleyicilik olarak da anılırken, talepkarlık davranışsal kontrol olarak anılmaktadır (Darling, 1999). Yapılan araştırmalarda anne-babalığın duyarlılık, davranışsal denetim, psikolojik kontrol boyutları ön plana çıkmıştır (Sevim, 2014). Bunun yanında, Silk ve arkadaşlarının (2003) yaptıkları araştırma neticesinde psikolojik kontrol ile özerkliğin ayrı boyut olduğu belirtilmiş ve özerklik dördüncü boyut olarak alınmıştır.

İlk boyut duyarlılıktır. Ebeveynlerin çocuklarının ihtiyaçlarını ve taleplerini kabul edici, uyum sağlayan, destekleyici olarak kasıtlı bir şekilde bireyselliği ve kendini ortaya koymayı beslemesi duyarlılık olarak tanımlanmaktadır. Duyarlılık önemli bölümleri içerir. İlk olarak, ebeveynlerin sevgisinin duygusal ifadesi olarak tanımlanan sıcaklıktır. İkinci olarak, ebeveyn-bebek iletişiminde uyumluluk ve senkronize olma sürecini çevreleyen karşılıklıdır (Martin, 1981; Akt.: Baumrind, 1996). Üçüncü olan bölüm ise bağlanmadır. Batı toplumlarında, güvenli bağlanan bebeklerin genelde bakım verenleri ile karşılıklı sevgi dolu ilişkilere sahipken kaçınan bebeklerin ise, bakım verenlerin ilgilerinin müdahaleci ifadelerini azaltma çabası ile yakınlık aramamaktadır. Son olarak ise, duyarlılığın diğer bölümleri açık iletişimi ve insan merkezli açığa çıkarmayı içerir. Pozisyon merkezli ebeveyn iletişimi, ebeveynsel otoriteyi roller atamaya dayanılarak meşru kılmış ve böyle olunca çoğunlukla çocuk tarafından zorlayıcı olarak deneyimlenirken, detaylandırılan ve insan merkezli olan ebeveyn iletişimi, ebeveynsel otoriteyi ikna etmek ile meşru kılmış ve böylece, çocuk tarafından daha iyi kabul edilme eğiliminde olmaktadır. Ebeveyn çocuk arasındaki insan merkezli karşılıklı etkileşimler düşüncede değiştirilme ve her ikisi içinde eylem üretmektedir (Baumrind, 1996). Bununla birlikte, Yavuzer (2011), duyarlı, ulaşılabilir, kabul eden anne tutumunda, annenin bebeğin iletişim şekillerini tanıyıp onları olumlu bir biçimde yanıtladığı, bebeğin ihtiyaçlarına uygun bir şekilde cevap verdiği, onu yakından izlediği bir etkileşimin söz konusu olduğunu belirtmiştir. Winnicott annenin bebeğin gelişim dönemlerine uyumlu bir şekilde kendini fiziksel ve duygusal olarak ayarlamasını "yeterince iyi anne" kavramı olarak açıklamıştır.

İkinci boyut özerklik desteğidir. Özerklik araştırmalarında psikodinamik, bilişsel ve bütüncül yaklaşımlar baskın gelerek her biri özerkliğin farklı yanlarını ayırt etmişlerdir. Psikodinamik yaklaşımı baz alan araştırmacılar, ebeveyn ve ergen arasındaki ilişkisel değişime vurgu yapmaktadırlar. Ebeveyn ve çocuk aralarındaki eşit olmayan ilişkinin yavaşça daha eşit olan ilişkiye dönüşmesidir. Bilişsel bakış açısında ise, karar verme ve kontrol algısının önemine vurgu yapılmıştır. Alternatifleri listeleme ve karar verme sürecindeki ve bu süreçlerde kişinin kendi sorumluluğunun farkında olmasında tutum ve davranış arasındaki

bağ belirtilmiştir. Bütüncül bakış açısında ise, ilişkisel ve bilişsel yönler birleştirilerek diğer etmenlerde eklenmiştir (Noom, Dekovic ve Meeus, 2001).

Noom'un (1999) özerklik gelişimi modelinde davranışsal, duygusal ve bilişsel modelleri içine alan eklettik yaklaşımla birlikte özerkliğin üç ayrı boyutuna değinilmiştir. Bunlar; tutumsal, duygusal ve işlevsel özerkliktir (Musaagaoglu ve Güre, 2005). Sırasıyla bahsedilen boyutlar özerk davranışının bilişsel, duygusal ve düzenleyici tarafını yansıtmaktadır. Tutumsal Özerklik, seçenekleri belirleyebilme, karar verebilme ve amaç tanımlayabilme becerisi olarak tanımlanmıştır. Olasılıkların ve isteklerin değerlendirilmesinin, kişisel değerler oluşturmanın, kişisel amaçlar tanımlamanın bilişsel süreçlerinden bahsedilmiştir. Duygusal Özerklik, kişinin kendi seçim ve amaçlarına olan güven duygusu olarak tanımlanmıştır. Duygusal boyut ilişkisel ve duygusal anlama sahip olarak farklılaşmıştır. Duygusal boyut ebeveynlerden ve akranlardan duygusal bağımsızlığının algısını içermektedir. Ebeveynlerin ve akranların ikiside kendi isteklerine uyum sağlamak için baskı yapmaktadırlar. Ergenler, diğerlerinin amaçlarını göz önünde bulundururken, kendi amaçlarındaki güven duygusunu sürdürme ihtiyacıdadırlar. İşlevsel Özerklik ise kişinin amacına ulaşabilmesi için strateji geliştirebilme becerisi olarak tanımlanmıştır. Bu düzenleyici boyut kişinin amacına ulaşması için farklı yaklaşımları işaret etmektedir. Bu beceri yeterlilik ve kontrol algısı gibi düzenleyici süreçleri kapsamaktadır. Yeterlilik algısı bir amaca ulaşmak için farklı stratejilerin mevcudiyetinin farkında olmaktır. Kontrol algısı ise, belirli bir strateji seçme becerisini işaret etmektedir. Dahası, ergenin davranışı için teşvik işlevi olan önemli bir yön ise sorumluluk algısıdır (Noom, Dekovic ve Meeus, 2001). Öte yandan, Steinberg (1985) ise üç tür özerklikten bahsetmektedir. Bu özellikler, kişinin kendi kararlarını kendisi alma ve uygulamaya geçirme olan davranışsal özerklik, aile bireyleriyle olan etkileşimlerde ki değişikliklerle ilgili olan duygusal özerklik ve diğer kişilerin isteklerine uyum sağlama baskısına karşı koymaktan fazlası olan değer özerkligidir.

Özerklik destekleyici ebeveynlik, çocuğun referans çerçevesini tamamen almadığı, çocuğun tercihleriyle tutarlı seçenekler sunduğu, gerçekten anlamlı gerekçeler sağladığı bir ebeveynliğin olmasının yanında ebeveynin psikolojik olarak ulaşılabilir olması yani çocuk için neler olup bittiğine yönelik alıcı olduğu

bir ebeveynlik stilidir (Koop-deeder ve ark., 2015). Ebeveynler çocuğun problem çözmesini, seçim yapmasını, kararlara katılmasını cesaretlendiren teknikler kullanmakta ve buna değer vermektedir. Dışsal olarak zorla kabul ettirilen sonuçlar ve ceza disiplin tekniği, baskı ya da kontrol edici ödüller ile başarıyı motive etme gibi yolları kullanmamaktadır (Grolnick ve Ryan, 1989). Koop-deeder ve arkadaşları (2015), özerklik destekleyici ebeveynliğin çocukların iyi oluşu, duygu düzenleme becerileri, uyumsal sosyal ve bilişsel gelişimi için çok önemli olduğunu belirtmişlerdir.

Üçüncü boyut psikolojik kontroldür. Çocuğun düşünme süreçleri, kendini ifade etme, duygular, ebeveynlere bağlanma gibi psikolojik ve duygusal gelişimlerine karşılık kontrol etme girişimleridir. Bu kontrol etme çocuğun psikolojik ve duygusal deneyimlerini ve ifadelerini kısıtlama, geçersiz kılma ve yönlendirmektir (Barber, 1996). Silk ve arkadaşları (2003) ise, psikolojik kontrolü ergene karşı düşmanca olan zorlayıcı, pasif-agresif, müdahaleci kontrol tipi olarak tanımlamışlardır. Psikolojik kontrolün temel olarak gizli stratejilerle ortaya koyulduğunu belirtmişlerdir. Bunlar; geçersiz kılınan duygular, suçluluk aşılama ya da ergenin davranışına bağlı koşullu kabul ortamı yaratmak gibi stratejilerdir. Bunun tersine, özerklik bağışlamanın ebeveynlerin ergenin bireysel ifadelerini ve karar vermesini cesaretlendirdiğini yansıttığını söylemişlerdir. Ebeveynler, psikolojik kontrolü uygulamazken özerklik bağışlama da düşük olabileceği gibi psikolojik kontrol uygularken özerklik bağışlayıcı da olabilir. Örneğin, ebeveynler bir disiplin stratejisi olarak suçluluk aşılama kullanırken hala bağımsız düşünmeyi cesaretlendirebilir. Dolayısıyla, Silk ve arkadaşlarının (2003) yaptığı araştırmada psikolojik kontrol ve özerklik bağışlamanın ebeveyn kontrolü boyutunun zıt uçlarda olmasından ziyade ayrı ebeveynlik kavramları olduğunu belirtmişlerdir.

Dördüncü boyut ise, davranışsal denetimdir. Bu boyut, ebeveynlerin, çocuklarının davranışlarını kontrol etme ve yönetme girişimleri olarak tanımlanmıştır (Barber, 1996). Baumrind'e (1996) göre, davranışsal denetim ebeveynlerin olgun beklentileri, disiplin çabaları, gözetim, tartışmacı çocukla yüzleşmeye istekli olmaları ile çocuklarının aile ve toplum içine bütünleşmesini sağlamak olarak tanımlanmaktadır. Davranışsal denetimi kullanan ebeveynlerin çocuğun aktivitelerini kurnazca manipüle etmek yerine direk yüzleştirme ile

gözetmekte ve izlemektedirler. Bu halde, anlaşmazlık durumlarında çocuklarıyla açık çatışma yaşayabilirler. Davranışsal denetim (talepkarlık da denilmektedir); direk meydan okuma, izleme, tutarlı şarta bağlı disiplin bölümlerini içermektedir. Meydan okuma bölümünde, meydan okuyan ebeveynler ilgili ve sert olmasının yanında zorlayıcı da olabilirler. Bir meydan okuyan ebeveyn çatışmaya yol açsa bile olay karşısında tavrını almaktadır. İzleme bölümünde ise bir düzenli ev, tutarlı beklentiler, tanımlanan sorumluluklar ve yakın izleme çocuklukta kendini düzenleme ve planlılığı teşvik etmektedir. Tutarlı şarta bağlı disiplin bölümünde ise, ebeveynsel kontrol ebeveyn tarafından seçilen amaçlara yönlendirme niyetindedir. Ebeveynler olgunlaşmamış ifadeleri, bağımlılığı, düşmanca davranışları değiştirme ve ebeveyn standartlarına uymayı teşvik etmektedirler.

Barber'ın (1996) yaptığı anket çalışmasında, psikolojik kontrolün ergenin problem davranışlarında önemli bir yordayıcı olduğunu göstermişlerdir. Bu bulgunun önemli olduğunu çünkü ergenin sosyal tabakada pozisyonunu etkilerinin ağı olduğunu, bunların çoğu problemleri davranışın seviyesini etkilediğini belirtmişlerdir. Bu ilişkide özellikle, psikolojik kontrolün davranışsal denetime göre özgün katkısının olduğuna örnek olduğunu söylemişlerdir. Yapılan boylamsal ve kesitsel analizlerde, ergenlik öncesi ve ergenlik dönemindeki bireylerin algıladığı psikolojik kontrol, gençlerde içselleştirme problemlerini (örn: depresyon için karışık desteklendiği) ve bazı durumlarda dışsallaştırma problemlerini (örn: suç işleme) yordadığı ifade edilmekle beraber, davranışsal denetimin temel olarak dışsallaştırma problemleriyle alakalı olduğunu belirtmişlerdir. Öte yandan, Silk ve arkadaşları (2003), davranışsal denetimi özerklik bağışlamanın eksikliği ile ayırmanın önemli olduğunu ileri sürmüşlerdir. Onlara göre, davranışsal denetimin amacının sosyalleşme ve davranışsal düzenleme olduğunu, bunun aksine özerklik bağışlamanın eksikliğinin ebeveynlerin çocuklarını dışarının etkisinin ve fırsatlarının dışında bırakmalarının bağımlılıkla sonuçlandığını ifade etmişlerdir.

Maccoby ve Martin'nin (1983) belirttiği talepkarlık ve duyarlılık boyutunun farklı birleşimleri ile farklı anne ve babalık biçimleri tanımlanmaktadır (Baumrind, 1996). Bunlar; yetkili, yetkeci, izin verici, ilgisiz/kayıtsız ana babalık biçimleridir. Yüksek duyarlılık-yüksek talepkarlık ile

yetkili anne-baba tutumu, düşük duyarlılık-yüksek talepkarlık ile de yetkeci anne-baba tutumu tanımlanırken, düşük duyarlılık düşük talepkarlık ile ilgisiz/kayıtsız anne ve baba tutumu, yüksek duyarlılık-düşük talepkarlık boyutları ile izin verici anne ve baba tutumu tanımlanmaktadır (Steinberg, 1985). Duyarlılık ve talepkarlık boyutlarına ek diğer bir boyutta psikolojik kontroldür. Yetkeci ve yetkili anne ve baba tutumunda yüksek davranışsal kontrol (talepkarlık) varken yetkili tutum da düşük psikolojik kontrol, yetkeci de ise yüksek psikolojik kontrol vardır (Darling, 1999).

Demokratik-yetkili tutumda, çocuğa hem sınır koyma, hareketlerini kontrol etme hem de onu destekleme söz konusudur. Ebeveynin çocukla açık bir şekilde iletişim kurduğu, ilgi gösterdiği, aktif bir şekilde dinlediği, kendi isteklerini ve fikirlerini ifade ettiği bir tutum vardır. Diğer bir yandan, ebeveynin sevgisini sözel ve ya sözel olmayan yollarla ifade ettiği, çocukla beraber etkinliklerde bulunduğu, yakınlık kurduğu bir tutum vardır (Yavuzer, 2011). Ayrıca, özerklik destekleyici ebeveynlik söz konusudur (Steinberg, 1985).

Otoriter-yetkeci tutumda, çocuğun istek ve ihtiyaçları önemsenmeksizin, ebeveynlerin koyduğu kurallara sorgulamadan uyum sağlaması beklenmekle birlikte ebeveynlerin uyguladığı kısıtlayıcı ve cezalandırıcı yöntem ile katı bir şekilde disipline etme söz konusudur. Burada çocuğa belli bir düşünüş ve davranış biçimlerinin empoze edilmesi ile birlikte, sorgulama yapmadan ebeveynlerin en iyisini bildiği öğretilmekte (Yavuzer, 2011) ve sözel iletişim kullanılmamaktadır. Ayrıca, bu tutumda, ebeveynler özerkliği zedeleyici bir tutum içerisindedirler (Steinberg, 1985).

İlgisiz-kayıtsız tutumda, duygusal istismarın söz konusu olduğu ebeveynler ve çocuk arasındaki iletişimsizlikle birlikte ebeveynler çocuk yokmuş gibi davranmakta ve çocuğu tek başına bırakmaktadırlar (Yavuzer, 1989). Bazı bağlamlarda bu tutuma sahip ebeveynler ihmalkar davranmaktadırlar. Çocuğun hayatı hakkında bilgi ve ilgi eksikliği vardır ve ebeveyn karar almada merkezi rol oynamaktadır (Steinberg, 1985). Yavuzer'e (2011) göre, ihmalkar tutumda, ebeveynlerin kendi sosyal yaşamlarını çocuğun yaşamından daha üstün tutma durumundan dolayı çocuklar sosyal olarak zayıf

olan, zayıf benlik kontrolü olan, bağımsızlığa ulaşmada zorlanan bireyler olarak yetişmektedirler.

İzin verici olarak da adlandırılan *aşırı hoşgörülü tutumda* ise, ebeveynlerin çocuklarının özgürlüklerine sınır koymayan, onların her istediklerini yapan, yumuşak ve boyun eğici davranan, kontrolde başarılı olamayan (Yavuzer, 2011) ve çocuğun davranışlarına yönelik fazla talepte bulunmayan tutumları söz konusudur (Steinberg, 1985).

Tanımlanan dört tutuma ek olarak, aşırı korumacı ve tutarsız-kararsız anne-baba tutumları da vardır. *Aşırı korumacı tutumda*, ebeveynlerin çocuğa karşı normalden fazla kontrollü ve özenli bir tutum sergilemesi ile çocukta özerklik gelişimini engelleyerek sosyal gelişimine zarar vermektedir (Yavuzer, 1989). Ebeveynler, denetleyici bir tutumla çocuğu kısıtlamaktadırlar (Sargın, 2015). *Tutarsız-kararsız tutumda*, ebeveynlerin kendi aralarındaki konu hakkında görüş ayrılıkları ve davranışlarında farklılıklar görülmesinin yanında ebeveynlerin kendi özelliklerinden dolayı da kararsız tutum sergiledikleri görülebilmektedir. Bundan dolayı, çocuk hangi durumlarda nasıl davranacağı konusunda net bir fikir sahibi olamamaktadır (Yavuzer, 1989). Sargın' a (2015) göre ise, hem aşırı hoşgörülü hem de sert tutumun beraber olmasından kaynaklı bu tutumun oluştuğunu belirtmektedir.

1.4. Sosyal Fobi ve Ebeveynlik Stilleri

Sümer, Aktürk ve Helvacı'nın (2010) anne ve baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkilerini inceledikleri Türkiye'de yapılan çalışmaların derlemesinde, ebeveynlerden algılanan ilgi ve sıcaklığın çocuk üzerinde olumlu psikolojik etkileri görülürken, baskıcı ebeveynliğin olumsuz psikolojik etkiler için risk faktörü olduğunu belirtmişlerdir. Demokratik olarak algılanan ebeveyne sahip ailelerden gelen çocukların otoriter algılayan çocuklara göre karşılaştırıldıklarında kendilerini özerk tanımlamalarının yanında genel olarak çevreye uyumlarının da fazla olduğunu ve benlik değeri puanlarının yüksek olduğunu saptamışlardır. Ayrıca, düşük kaygı, depresyon, saldırganlık, yüksek olumlu sosyal davranış, güvenli bağlanma, bilişsel yetenek ve akademik başarı göstermektedirler. Diğer bir yandan, algılanan ebeveyn kontrolünün çocukta olumsuz etkisinin yanında olumlu etkisinin de olduğunu ihmalkar

tutumunda olduğu gibi düşük kontrolün çocuğu bir çok alanda dezavantajlı hale getirirken, demokratik tutumda olduğu gibi ilgi ve kontrolün çocuğu avantajlı hale getirdiğini belirtmektedirler. Bu çalışmalarda, etki büyüklüğu bilinmemekle birlikte, anne-baba tutumlarının çocuklarda orta derecede etkisinin olduğunu tespit etmişlerdir.

Demokratik tutumla yetişen çocukların koruyucu, otoriter, ilgisiz, ve tutarsız tutumla yetişen çocuklara göre, daha düşük sosyal fobi düzeylerinin olduğu bulunmuştur (Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012). Erkan'ın (2002b) yaptığı nitel araştırmada, demokratik tutumla yetişen çocuklarda sosyal fobi seviyelerinin az olduğu, otoriter ve koruyucu tutumla yetişen çocukların ise sosyal fobi seviyelerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında, ebeveynlerini otoriter olarak tanımlayan ergenlerin demokratik tanımlayanlara göre utangaçlık seviyeleri daha yüksekken (Hamarta ve ark., 2010), ergenlerde algılanan ebeveyn otoritesi ile sosyal fobi arasında istatistiksel olarak anlamlı olmayan negatif bir ilişki vardır (Yousaf, 2014). Diğer yandan, Özyürek'in (2015) yaptığı araştırma sonucuna göre ise, okul öncesi dönemdeki çocukların ebeveynlerinin gösterdiği demokratik tutumun çocuğun sosyal becerilerini olumlu yönde etkilemektedir. Rana, Akhtar ve Tahir'in (2013), üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada, anne ve babanın ilgisiz-kayıtsız tutumu ve otoriter tutumunun sosyal fobi için önemli yordayıcı olduğunu bulmuşlardır. Bir diğer husus, düşük ebeveyn sıcaklığı ve yüksek ebeveyn aşırı koruması üniversite öğrencilerinde sosyal fobi ile ilişkili olmasıdır (Spokas ve Heimberg, 2009).

Knappe ve arkadaşlarının yaptığı araştırmaya göre (2012), anne ve babanın çocukları için farklı roller oynadığı ve uygun olmayan anne ve baba tutumlarının birleşiminin çocukta sosyal fobi ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Annenin aşırı korumacı babanın ise reddedici ve düşük duygusal sıcaklığı çocukta sosyal fobi ile ilişkili olduğunu belirtmenin yanında reddedilme erkek ve kız çocuklarda aynı şekilde ilişkili görülürken, babanın düşük duygusal sıcaklığı kızlarda daha fazla ilişkili olmaktadır. Ayrıca, kızlar erkeklerden daha yüksek sosyal anksiyeteye sahiptir (Rana, Akhtar ve Tahir, 2013). Bögel ve arkadaşlarının (2011) belirsiz sosyal durumlarda annenin ve babanın çocuğun kaygısı üzerindeki etkisini araştırdıkları çalışmada, babanın davranışlarının

anneninin davranışlarına göre, yüksek sosyal kaygısı olan çocuğun güvenini ya da kaygısını daha çok etkilemektedir. Bunun aksine, normal ya da düşük sosyal kaygısı olan çocukta annenin davranışları babanın davranışlarına göre daha etkili olmaktadır. Anne düşük sosyal kaygısı olan çocuklarına sosyal ihtiyatlığı öğretme rolüne sahip olabilmekteyken babanın sosyal kaygılı çocuklarına sosyal güven öğretebileceğini belirtmişlerdir. Öte yandan, aşırı korumacı tutum çocuğun sosyal gelişimine zarar verebilmektedir (Yavuzer, 1989). Babanın aşırı koruyucu tutumunun yordayıcı değerine yönelik az destek olmasına rağmen, annenin aşırı koruyucu tutumunun anımsanmasının üniversitenin ilk döneminde sosyal anksiyetede bir artışın önemli yordayıcısıdır (Spokas ve Heimber, 2009). Eastburg ve Johnson (1990), kadın üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada, utangaçlığın algılanan anne kabulü ile negatif ilişkili olduğu ve annenin algılanan psikolojik kontrolü ile pozitif ilişkili olduğunu bulmuşlar ancak, baba ile önemli bir ilişki bulunmamıştır. Özdal ve Aral (2005) yaptıkları çalışmada baba yoksunu olan çocukların durumluk ve sürekli kaygılarının anne-babasıyla yaşayan çocuklara göre daha yüksek olduğunu bulmuşlardır.

Sosyal kaygı ebeveynlerin eğitim düzeyine göre değerlendirildiğinde ise, Kaya, Bozaslan ve Genç (2012), yaptıkları çalışma ile yüksek eğitim düzeyine sahip olan ebeveynlerin demokratik tutumda olduğunu ve demokratik tutumla yetişen çocuklarında daha düşük sosyal kaygı düzeylerinin olduğunu bulmuşlardır. Diğer bir yandan, Özyürek'e (2015) göre, üniversite ve lise mezunu annelerin ilk ve ortaokul eğitim düzeyine sahip annelerden daha az çocuklarıyla özdeşim kurduğu, toplumsal değişikliklere daha zor uyumluluğu sağlamakta ve geleneksel sosyal kalıplara daha az uygun davranmaktadırlar. Bunun yanında, annenin tutumunun annenin yaşı ile ilişkili olmadığı bulunmuştur. Ayrıca, çalışma hayatı içinde olmayan annelerin çocuklarına geleneksel sosyal kalıplar ile uyumlu tutumda davrandığı bulunmuştur.

1.5. Temel Psikolojik İhtiyaçlar

Motivasyon bazı sonuçları elde etmenin niyeti ile davranmak olarak tanımlanmaktadır. Fakat insanların sebep ve sonuçları farklılık gösterebilmektedir. Öz belirleme kuramı, içsel ve dışsal motivasyondan bahsetmektedir. Sadece aktiviteyi yapmak için ya da daha iyi yapmak için içten

gelen davranışa eşlik eden ilgi, heyecan, zevk ve tatminin deneyimlenmesi ile insanların motive olması içsel motivasyon olarak tanımlanmaktadır. Dışsal motivasyon ise, ödül almak, suçluluktan kaçınmak onay kazanmak gibi, bazı ayırt edilebilir sonuçları elde etmenin niyeti ile bir aktiviteyi yapmayı içermektedir (Deci, Ryan ve Richard, 1996).

Diğer bir yandan, bu motivasyonel farklılıklar ile davranışın düzenlenmesi de farklılık göstermektedir. Dışsal motivasyonun kendi içinde davranma niyetinde eksiklikle karakterize olan güdülenmeme ve özerk benlik yönetimi (self-determination) arasına düşmekle birlikte sırasıyla özerk benlik yönetimi seviyelerine göre artan dört farklı düzenleme çeşidi vardır. Bunlardan ilki ödül koşulunun ya da bir dışsal talebin tatmini olan ve aralarında en az özerk olan dışsal düzenleme, ikincisi anksiyete ya da suçluluktan kaçınmak için yerine getirilen düzenlemeye alınan ancak kişinin kendisi olarak tamamıyla kabullenilmeyen içe atılan düzenlemedir. Üçüncüsü, davranışsal hedefe ya da düzenlemeye bilinçli olarak değer vermenin yanında eylemler kişisel olarak önemli kabul edileni tanımlanan düzenlemedir. Sonuncusu ise aralarında en özerk olan bütünleşen düzenlemedir. Bu düzenlemede, tanımlanan düzenlemelerin kişiliğe tamamen özümsemiğinde bütünleşme oluşur. Diğer bir deyişle, birinin diğer değerleri ve ihtiyaçları ile eşleştirilerek uyumlu hale getirilir. Bütünleşik düzenleme de ayırt edilebilir sonuçları elde etmek için bunlar yapılırken, içsel motivasyonda ise doğuştan getirilen haz ile bunlar yapılır (Ryan ve Deci, 2000). Tamamen öz düzenlenen bir eylem de, kişiler baskı olmadan bir eylemle uğraşmadaki isteklilik hissini (sense of volition) deneyimlemektedirler (Deci, Ryan ve Richard, 1996).

İçselleştirilmiş motivasyonel davranışların, özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma temel psikolojik ihtiyaçlarını destekleyen durumlarda oluşması daha olasıdır (Ryan, 1995). İçselleştirilmiş motivasyonel davranışlar özerk benlik yönetimi eyleminin prototipidir ve kendilikten gelmektedir. Aynı zamanda, dışsallaştırılmış motivasyonel eylemlerde, bireyler düzenlemeler ile tanımlandığında ve onları tamamen özümsemiğinde özerk davranış olabilmektedir. İçselleştirme ve bütünleşme ile bireyler dışsal olarak motive olsalarda, içsel motivasyonel davranıştaki gibi otantiktir ve kendini adayabilir (Ryan ve Deci, 2000).

Öz belirleme kuramına göre, amaç, kişinin ulaşmak istediği bir şeyin temel olarak bir bilişsel temsilidir. Amaçlar bir kişinin eyleminin hedefi iken güdüler kişinin o hedefe sahip olmasının nedenleridir (Deci, Ryan ve Richard, 1996). Farklı düzenleme seçenekleri ihtiyaçların farklı seviyelerde karşılanmasına izin verdiğinden dolayı, amaç izleme ve amacı elde etme süreci farklı yönelim şekilleri (özerk, kontrol, kişisel olmayan) ile birlikte etkili olma ve iyi oluş açısından önemli farklılıklar oluşturmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Diğer bir yandan, insanların önem verdikleri kişisel farklılıklar vardır. Bunlardan biri, duygusal yakınlık, kişisel büyüme toplum gibi direkt olarak temel ihtiyaçları karşılayan amaçlar olan içsel arzulardır. Diğerleri ise, refah, şöhret, görünüm gibi temel ihtiyaçları dolaylı yoldan karşılayan amaçlar olan dışsal arzulardır (Kasser ve Ryan, 1996; Akt.: Deci ve Ryan, 2000). İnsanlar temel psikolojik ihtiyaçları karşılamayan amaçlar izlese ve elde etsede, optimum iyi oluşun altında deneyim sağlayacakları ileri sürülmüştür. Amaçların önemi kültürel ve gelişimsel etkiler ile değişiklik göstermektedir (Ryan ve Deci, 2000).

Öz-belirleme kuramı ihtiyacı, motivasyonun içeriğini, temel olarak davranışın yönünü belirlemek ve harekete geçmesini sağlamak olarak belirtmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyacı doğuştan, gerekli ve evrenseldir (Ryan ve Deci, 2000). Cinsiyet, ırk, kültür, sosyoekonomik statüden ve insanların bu ihtiyaçlara değer verip vermemesinden bağımsız olarak, optimal seviyede gelişim ve işlevsellik için bu ihtiyaçların her biri karşılanmalıdır (Deci ve Ryan, 2011). Bu üç temel ihtiyaç, yapıcı sosyal gelişim ve kişisel iyi oluş ile olduğu kadar büyüme ve birleşmenin doğal eğiliminin en uygun işlevselliğine olanak sağlamak için esastır (Ryan ve Deci, 2000). Reis ve arkadaşları (2000), günlük iyi oluşla ilgili yaptıkları araştırmada, duyuşsal iyi oluş ve ihtiyaçların karşılanmasının haftanın günlerine göre, sistematik değişiklik gösterdiğini bulmuşlardır.

Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması, içsel motivasyon, birleşme eğilimi, içsel amaç izlemenin vasıtası ile oluşan merkezi psikolojik süreç olmakla birlikte iyi oluş ve optimal gelişim ile sonuçlanmaktadır. Temel ihtiyaçların karşılanmaması durumunda ise tersine, yabancılaşma, dışsal amaç izleme ve hasta oluş kanalı ile olan süreçtir (Deci ve Vansteenkiste, 2004). Öte yandan, Sheldon ve Niemiec'in (2006) yaptıkları araştırmada, ihtiyaç doyumunu

dengeli deneyimleyen insanların, ihtiyaç doyumunda aynı toplam puana sahip ancak daha büyük değişkenlik gösteren insanlara göre yüksek iyi oluşa sahip olduklarını bildirmişlerdir. Milyavskaya ve arkadaşlarının (2009) yaptığı araştırmada ise, ev, okul, iş ve arkadaşlık gibi çevrelerde ergenler için yüksek düzeyde ihtiyaç doyumunun yanında, dengeli ihtiyaç doyumunda önemli rol oynadığı tespit edilmiştir.

Özerklik ihtiyacında, kişi duyguları ile hareket ederek bir eylemi kendisinin başlatması arzusu içindedir (Kesici, 2008). Özerklik ihtiyacı karşılandığında, insanlar isteklilik hissi ile davranmakta ve davranışlarının değerlerine uyumlu olarak özgürce seçilmesini deneyimlemektedirler (Costa ve ark., 2015). Özerklik ihtiyacı, isteklilik duygusunu deneyimlemekle ve bir aktivite yürütürken kendini onaylama ile alakalıdır. Örneğin, çocuğun ebeveynle karşı karşıyayken üzüntüsünü ifade etme fırsatı verildiğinde, özerklik ihtiyacının karşılandığı açıktır (Kaap-Deeder ve ark., 2015). Ryan ve Lynch'a (1989) göre, özerklik ve bağımsızlık birbirinden farklı kavramlardır. Şöyle ki; Özerklik kendi kendini yönetme iken bağımsızlık kendine bakabilme becerisidir. Yüksek özerklikte insanlar, yaptıkları eylemleri tamamen uygun bulmakta, eylemlerin sorumluluğunu almakta ve davranışları ve değerleri arasında uyumluluk hissini deneyimlemektedirler. Özerklik ihtiyacı karşılanmadığında ise, bireyler baskı ve zorlama hissetmektedirler (Costa ve ark., 2015).

Öz-belirleme kuramı, insanların davranışlarının sebebini özerk ve kontrol olarak ayırmakta ve davranışlar özerk güdüler tarafından yönlendirildiğinde bireylerin psikososyal uyumlarına yararlı etkisi olduğu belirtilmektedir (Smits, 2010). Özerklik birinin eylemleri için içsel destektir. Diğer bir deyişle, kişinin eylemlerinin kendisine ait olma hissidir. Dolayısıyla, özerk davranış seçilmektedir. Davranış ne kadar özerk ise, kişi, kendisine o kadar uygun bulur ve davranışları için sorumluluk alır. Özerklik desteği genelde daha çok içsel motivasyon, daha büyük ilgi, az baskı ve gerginlik, yüksek özsaygı, daha çok güven, davranışsal değişimin daha çok devam etmesi, daha iyi fiziksel ve psikolojik sağlık ile ilişkilendirilmektedir (Deci ve Ryan, 1987).

Yeterlilik ihtiyacı kişinin görevleri yerine getirirken seçtiği yolla birlikte bunun sonunda ne derece doyuma ulaştığıdır (Kesici, 2008). Yeterlilik ihtiyacı

karşılandığında, etkili ve becerikli hissetmektedir. Karşılanmadığında ise, kendilerini yetersiz hissetmektedirler (Costa ve ark., 2015). Yeterlilik ihtiyacı, günlük aktiviteleri icra ederken ustalığın deneyimlenmesi ve zorluklarla etkili şekilde başa çıkabilmenin deneyimlenmesini zorunlu kılmaktadır. Yeterlilik ihtiyacı karşılandığında örneğin, bireyin ödevlerini yaparken yeterli hissetmesi ya da müzik becerilerini geliştirirken kabiliyetli hissetmesidir (Kaap-Deeder ve ark., 2015). Bandura (1994), kişilerin, hayatlarını etkileyen olaylar üzerinde etkili olacak belirlenen performans üretmek için kendi yetenekleri hakkındaki inançlarını algılanan öz-yeterlilik olarak tanımlamaktadır. Buna göre, öz yeterlilik inancı, insanların ne hissettiğini, ne düşündüğünü, kendilerini nasıl motive edeceklerini ve nasıl davranmaları gerektiğini belirlemektedir. Güçlü yeterlilik hissi insanların başarılarını ve iyi oluşlarını birçok yoldan genişletmektedir. Becerilerine yüksek güveni olan insanlar zor görevleri kaçınılacak bir tehdit olarak görmemekte ve onları denemektedir. Buna karşılık, kendi becerileri hakkında şüphe eden insanlar zor görevlerden kaçınmakta, onları kişisel tehdit olarak görmektedir. Seçtikleri amaçları gerçekleştirmek için düşük arzuları ve zayıf bağlılıkları vardır.

Ryan ve Deci (2000), ilişkili olmayı diğerlerine ait olma ve bağlı olma ihtiyacı olarak tanımlamışlardır. Andersen ve arkadaşlarına (2000) göre, ilişkili olma ihtiyacı, kişinin duygusal olarak cevap verilebilirliğinin yanında sıcaklık, kabul ve duyarlılık yaşantılarını deneyimlemesini içermektedir. Birey, arzularına uyumlu olan şekilde çevresiyle ilişki kurarak ihtiyacını karşılamak istemektedir. Buna ek olarak, kişi etkileşim halindeyken ilişkiyi başlatmak ve ilişkide kontrollü ve bağımsız olmakla birlikte, güvende olmak da istemektedir (Kesici, 2008). İlişkili olma ihtiyacı karşılandığında, insanlar onlarla ilgilenenlere karşı bağlılık hissetmektedir. Bu ihtiyaç karşılanmadığında ise, insanlar sosyal yabancılaşma ve yalnızlık deneyimlemektedirler (Costa ve ark., 2015). İlişkili olma ihtiyacı sıcak ve güvenli ilişkilere sahip olmayı işaret etmektedir ve kişiler ebeveynlerine karşı bağlılık hissettiklerinde ve onşar tarafından önemsendiklerinde bu ihtiyaç karşılanmaktadır (Kaap-Deeder ve ark., 2015). Reis ve arkadaşlarına (2000) göre, sosyal ağlar ile daha iyi bütünleşen ve diğerlerine karşı tatmin edici şekilde bağlılık hisseden insanlar daha uzun yaşama ve daha iyi ruhsal ve fiziksel sağlığa sahip olma eğilimindedirler. Buna

ek olarak, sosyal aktivitelerin türleri ile sonuçlanan ilişkili olma hissi arasındaki ilişkiyi inceledikleri diğer bir araştırma sonucuna göre, kişiler, anlaşılmalı ve takdir edilmiş hissettiği, anlamlı konular hakkında konuştukları üç tane zaman alan sosyal etkileşimlerde bulunduğu günlerde, diğerleri ile daha çok yakın bağlantı kurduklarını hissetmektedirler. Diğerleri ile takılmak, memnun edici ya da komik şeyler yapmak ve kişisel farkındalıktan kaçınmak da ilişkili olma ile beraber gitmektedir. Yaptıkları araştırmada literatürün tersine, genel olarak ya da özellikle erkekler için, görev odaklı etkileşimler ilişkili olmayı arttırmadığını bulmuşlardır.

Öz belirleme kuramı, bu üç temel psikolojik ihtiyacın evrensel olduğunu ve insanların optimum seviyede sağlıklı olmaları için karşılanması gerektiğini belirtmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Kültürel olarak uygun bulunan değerlerin ve davranışların içselleştirilmesi ve bütünleştirilmesi ihtiyaçların karşılanmasına olanak sağlamaktadır. Bireylerin özerklik, yeterlilik ve ilişkili olmalarını farklı değerleri benimseyen kültürlerde farklı olarak ifade etme oranının yüksek olduğu belirtilmiştir (Ryan ve Deci, 2000). Örneğin, toplumsalcı kültürlerde, grup normlarına uygun davranarak ilişkili olma ve özerklik deneyimlenirken, bireyselci kültürlerde grup normlarına uygun davranmak, riayet etmek olarak deneyimlenmekte ve özerklik ifadesinden çok özerkliğe bir tehdit olabilmektedir. Dolayısıyla grup normlarına uygun davranmanın farklı anlamları ve etkileri olabilmektedir (Deci ve Ryan, 2000). Bununla birlikte, toplumsal faktörler (kültürel seviye) insanların ihtiyaçlarının karşılanma ya da engellenme düzeyini etkileyebilmektedir. Dolayısıyla, içsel ya da dışsal arzuların daha güçlü şekilde gelişmesini belirleyebilmektedir. İçsel hayat amaçlarını diğer bir deyişle içsel arzuları izlemek ve elde etmek psikolojik sağlık ve iyi oluşla ilişkilidir. Çünkü bu amaçlar temel psikolojik ihtiyacı karşılamaktadırlar. Dışsal hayat amaçları izlemek ve elde etmek ise, hasta oluşla ilişkilidir. Çünkü bu amaçlar, ihtiyaçların yerine koymadır ve temel psikolojik ihtiyaçların karşılanmasını engellemektedir (Deci ve Ryan, 2011).

İnsanlar tekrarlayan ihtiyaç engellenmesi ile karşılaştıklarında (Örn: yetersizliği için tekrarlanan eleştiriler), bunlara karşı savunma oluşturmakta ya da yerine geçen temel ihtiyaçlarını karşılamayan başka ihtiyaçların gelişimi ile telafi etme eğilimindedirler. (Deci ve Vansteenkiste, 2004). Ancak, telafi edici

güdüler ile insanlar eksik olan temel ihtiyacın doyumunu gerçekten sağlamamakta ama bu ikincil doyum sağlamaktadır. Diğer bir yandan, Öz-belirleme kuramına göre, insanlar temel ihtiyaçlarının karşılanmasına izin verecek ve destekleyecek amaçlar, alanlar, ilişkiler gütmeye eğiliminde olacaklarını belirtmişlerdir. Fakat, eğer güdüler ya da amaçlar direk olarak temel ihtiyaçlara bağlı değilse, ihtiyaçların karşılanması ya da engellenmesi beklenmemektedir (Deci ve Ryan, 2000).

Psikolojik ihtiyaçların karşılanması kişiler arası ve organizasyonel bağlamlardan önemli derecede etkilenmektedir. İnsanların bu üç ihtiyacını desteklemekte başarısız olan bağlamlar insanların içsel motivasyonlarını ifade etme becerisini ve aslında insan olarak büyümesini engellemesi olasıdır (Sheldon ve Kasser, 2001). Çevreler çocukların büyümesini, seçim yapabilmesini, diğerlerine yakın olabildiğini desteklediğinde, yetişkinliğe eriştiklerinde kişiler ihtiyaçlarını yansıtan değerlere ya da amaçlara odaklanacaklardır. Tersine, çevreler bu ihtiyaçları ve motivasyonları engellediğinde, insanlar diğerlerinin onları nasıl gördüğüyle ve kendi güvenlikleri ile ilgileneceklerdir. (Kasser, Koestner ve Lekes, 2002).

İnsanların şimdiki durumlarında ve gelişimsel öykülerindeki çevresel koşullar temel ihtiyaçların karşılanmasında önemlidir (Deci ve Ryan, 2000). Çevresel faktörler öz-motivasyona, sosyal işlevselliğe ve kişisel büyümeye engel olmakta ya da onları baltalamaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Çocuğun temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasını etkileyen faktörler vardır. Çocuğun özellikleri, akran öğretmen gibi diğer sosyalleşme figürlerinin yanında ebeveynin ihtiyaç destekleyici davranışları da bu faktörlerdendir (Costa ve ark., 2015). Kontrolcü, kaotik, cezalandırıcı, ihmal eden ebeveynlik ve öğrenme çevreleri özerklik düzenlemesini ve ihtiyaç karşılanmasını daha az mümkün kılmaktadır. Bu durum, içsel çatışma, anksiyete, depresyon, somatizasyon, yabancılaşma gibi sonuçların yanında, kontrol düzenleyici süreç ile telafi edici amaçların akomodasyonu ile sonuçlanabilmektedir. (Deci ve Ryan, 2000).

1.6. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Ebeveynlik Stilleri

Öz-belirleme kuramına göre, sosyalleşme temsili olarak ebeveynlik stilleri, ebeveyninden algılanan ihtiyaç desteği ve ergenin iyi oluşu arasındaki

ilişkiyi desteklemekte önemli bir rol oynamaktadır (Kocayörük, Altıntas ve İçbay, 2015). Niemiec ve arkadaşlarının (2006) üniversite öğrencileri ile yaptığı özerk öz düzenlemenin öncülleri ve sonuçlarına yönelik araştırmada, ebeveynlerden algılanan ihtiyaç desteği bağımsız olarak ergenin iyi oluşunu yordamaktadır. Bu ilişki anneler için babadan daha güçlüdür. Diğer çalışmalarında ise, üniversiteye katılmayı planlama için olan özerk öz düzenleme, ergenlerin algılanan ihtiyaç desteği ile iyi oluşu arasındaki ilişkiye önemli, kısmen aracılık yapmaktadır. Genel olarak, bu bulgulardan yola çıkarak, özerklik ve ilişkili olma temel ihtiyacı için destek deneyimlemenin etkili bir şekilde işlevselliği sağlamak için doğuştan büyüme eğilimi açısından esas olduğu söylenebilir. Dolayısıyla, daha iyi özerk öz düzenleme ve psikolojik sağlıklı sonuçlanmasına destek sağlamaktadır.

Öz-belirleme kuramının belirlediği üç ebeveynlik boyutu vardır. Bunlar; kontrole karşın özerklik desteği, katılım ve yapıdır. Anne çocuğun özerkliğini desteklediğinde, yapı ve katılım sağladığında çocuğun okulda özerk motivasyon sergilemesi daha olasıdır (Grolnick, 2009). Kocayörük, Altıntas ve İçbay' ın (2015) yaptığı araştırmada ulaştıkları sonuç, ebeveyn desteği (katılım, özerklik desteği, sıcaklık), ergenlerin iyi oluş ve özerkliği arasında olumlu bir ilişki olmasının yanında, yüksek ebeveyn desteğinin öznel iyi oluş ve özerklik desteği ile ilişkili olduğudur. Ebeveynlik iklimi, ergene özerklik geliştirecek ortam sağladığında bu ortam ergenin sağlıklı gelişim ve iyi oluşuna katkıda bulunur.

Öz-belirleme kuramının belirlediği ebeveynlik boyutlarından bir tanesi katılımdır. Grolnick, Ryan ve Deci (1991), ebeveyn katılımını ebeveynlerin çocuğun aktivite ve deneyimleriyle ilgilenme, bilgi sahibi olma ve çocuklarıyla vakit geçirme derecesi olarak tanımlamaktadırlar. Katılan anne, diğer bir deyişle çocuğuna kaynak sağlayan anne ile ilgi ve destek gösteren çevrelerin ilişkili olma ihtiyacını karşılamaktadır (Grolnick, 2009). Grolnick ve Ryan' nın (1989) yaptığı araştırmada, annenin katılımının başarı, öğretmenin değerlendirdiği yeterlilik, davranışsal uyumun bazı yönleri ile ilişkili olduğu bulunmuş ancak, babanın katılımı ile aralarında önemli ilişki bulunmamıştır. Diğer bir yandan, orta (lise 1 ve 2) ve son (üniversite 1 ve 2) ergenlik dönemindeki kız ve erkeklerin, algılanan anne kabulü/ilgisi ile davranışsal özerklikleri yordamaktadır (Musağaoğlu ve Güre, 2005). Buradan hareketle, katılım,

kabul ve ilgiyi içine alan duyarlılık boyutunun, ilişkili olma ihtiyacını, yeterlilik ihtiyacını ve özerklik ihtiyacının davranışsal boyutunu karşıladığı düşünülmektedir.

Öz-belirleme kuramının belirlediği diğer bir ebeveynlik boyutu özerklik desteğidir. Bu konuda, Grolnick ve Ryan'ın (1989) yaptıkları araştırmada, ebeveyn özerklik desteğinin çocuğun özerk öz düzenleme bildirimini, öğretmenin değerlendirdiği yeterlilik, uyumluluk ve okul notları ve başarı ile olumlu ilişkisi olduğu saptanmıştır. Diğer bir yandan, Musaağaoğlu ve Güre (2005) yaptıkları araştırmada, anneden algıladıkları özerklik arttıkça ilk ergenlik dönemindeki (6. ve 7. Sınıf) kızların davranışsal özerkliğinin azaldığını, son ergenlik dönemindeki (üniversite 1. ve 2. sınıf) kızların ise davranışsal özerkliğinin arttığını bulmuşlardır. Dolayısıyla, ebeveynin özerklik desteğinin yeterlilik ihtiyacını karşıladığı ve farklı ergenlik dönemine göre özerklik ihtiyacının davranışsal boyutuna farklı etkilerinin olduğu söylenebilir.

Grolnick, Ryan ve Deci'nin (1991) yaptıkları araştırmada, çocukların anneleri için babadan daha çok özerklik desteği aldıklarını bildirmişlerdir. Algılanan anne özerklik desteği ve katılımının algılanan yeterlilik, algılanan özerklik ve kontrol anlama ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Algılanan baba özerklik desteği ve katılımının algılanan özerklik ve yeterlilik ile ilişkili olduğunu sonuçlar göstermiştir. Kocayörük, Altıntas ve İçbay' a (2015) göre, anne ve baba arasında çocuğun algıladığı ebeveyn desteği (katılımı, özerklik desteği, sıcaklık) açısından farklılık vardır. Buna göre, annenin katılımı, özerklik desteği ve sıcaklık seviyesi babadan daha fazla olarak algılandığını bulmuşlardır. Bu bulgu, annenin desteğinin çocuklar tarafından fazla algılansa da babanın da katkısının olduğunu belirtmektedir.

Kocayörük'ün (2012) ergenlerin ebeveyn algısı (katılım, yakınlık, özerklik desteği) ile duyuşsal iyi oluşları arasındaki ilişkiyi öz-belirleme kuramına göre incelediği çalışmada, baba algısı ile olumlu ve olumsuz duygu arasındaki ilişkinin yanında anne algısı ile olumlu duygu ilişkisinde de özerk benlik yönetiminin kısmen aracılık yaptığı olumsuz duygu ve anne algısı arasındaki ilişkide ise özerk benlik yönetiminin tam aracılık yaptığı sonucuna ulaşmışlardır. Ebeveynin katılımı, yakınlığı ve özerklik desteğinin olumsuz

duygu ile negatif ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Hem özerk benlik yönetimi hem de olumlu duyguya anne ve babanın farklı seviyelerde pozitif ve anlamlı etkisi vardır. Amato'nun (1994) yaptığı araştırmada ise, anne-çocuk arasındaki ilişkinin kalitesinden bağımsız olarak, babaya yakınlaştıkça, çocukların daha mutlu, daha fazla yaşam doyumu ve daha az sıkıntı yaşadıkları bulunmuştur. Dolayısıyla, katılım ve yakınlığı içine alan duyarlılık boyutunun yanında özerklik desteği boyutunun, yeterlilik ve özerklik ihtiyacını karşılamakta önemli olduğunu ve bu boyutlar arttıkça olumsuz duygunun azaldığı ve iyi oluşa sebep olabileceği düşünülmektedir.

Kurt, Sayıl ve Kındap-Tepe'nin (2013) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada, kızların erkeklere nazaran ebeveyne duyulan güvende, ebeveyn ve akranlarına güvenli bağlanmada daha yüksek, ebeveyn den algılanan psikolojik kontrolde ise, daha düşük olduklarını bulmuşlardır. Algılanan psikolojik kontrol ile yalnızlık arasında olumlu ilişkinin olduğunu ve bu ilişkiye ebeveyne güvenin aracılık etmediği bulunurken, akrana bağlanmanın kısmi aracılık ettiği ancak akrana güvenin yalnızca kızlar için aracılık ettiği bulunmuştur. Başka bir deyişle, yapılan araştırma, ebeveynin psikolojik kontrolü yalnızlığın artması ile ilişkili olabileceği gibi, bu ilişkide aile ya da akran ortamında bulunan güven ve güvenli bağların koruyucu faktör olabileceğini belirtmektedir. Kındap, Sayıl ve Kumru (2008) yaptıkları araştırmada, kızların erkeklere göre daha fazla davranışsal kontrol algıladıklarını bulmuşlardır. Diğer bir yandan, davranışsal ve psikolojik kontrol arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Psikolojik kontrolün yalnızlık ile olumlu ilişkili, algılanan okul başarısı, olumlu arkadaşlık, benlik değeri ile olumsuz ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Davranışsal kontrolün ise tam tersine, yalnızlık ile olumsuz ilişkili iken, algılanan okul başarısı, olumlu arkadaşlık, benlik değeri ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Buna ek olarak yapılan bir çalışmada, orta ergenlik (lise 1-2) dönemindeki kızlardaki davranışsal özerkliğin ise algılanan anne kontrolü ile yordandığı belirtilmiştir. (Musağaoğlu ve Güre, 2005). Sonuç olarak, ebeveynin psikolojik kontrolünün, algılanan okul başarısından yola çıkarak yeterlilik ve olumlu arkadaşlık ve yalnızlıktan yola çıkarak ise ilişkili olma ihtiyacını etkilediği söylenebilir.

Grolnick'e (2009) göre, öz-belirleme kuramının belirlediği diğer bir ebeveynlik boyutu yapıdır. Açık kurallar, beklentiler ve kılavuz formunda yapı sağlayan çevreler yeterliliğin deneyimlenmesine olanak sağlamaya yardım etmektedir. Yapılan bir çalışmada demokratik ve otoriter tutumda akademik başarının yüksek olduğu, tutarsız ve ilgisiz tutumda düşük olduğu bulunmuştur (Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012). Buradan hareketle, demokratik, otoriter ve ilgisiz tutumda ortak olan davranışsal denetim boyutunun yeterlilik ihtiyacını karşılamakta önemli olduğu düşünülmektedir.

Kaap-Deeder ve arkadaşlarına (2015) göre, daha çok özerklik yeterlilik ve ilişkili olmayı deneyimleyen annelerin, özerklik yeterlilik ve ilişkili hissetmeyi daha çok bildiren küçük çocukları tarafından özerklik destekleyici olarak algılanması daha olasıdır. Annenin ihtiyaç doyumunun en azından küçük kardeşler arasında özerkliği destekleyici ebeveynlikle daha fazla ilişkili olduğunu ve çocukların yüksek ihtiyaç doyumu ile de ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bununla birlikte, Downie ve arkadaşlarının (2007) yaptıkları araştırmada, ebeveynlerini özerklik destekleyici olarak tanımlayan Kanada'da yaşayan çok-kültürlü katılımcılar hem ev sahibi oldukları hemde kök kültürlerini daha fazla tamamen içselleştirme olasılığının yanında, daha yüksek iyi oluş öz-bildiriminde bulunmaktadır. Ayrıca, ebeveynlerini özerklik destekleyici olarak algılayan Çinli-malezyalı misafirler kök kültürlerini daha fazla içselleştirme olasılığı ve daha yüksek iyi oluş belirtmektedirler. Yapılan iki araştırmada da kök kültürün içselleştirilmesinin yüksek iyi oluşla ilişki olduğunu bulmuşlardır. Bu araştırma özerklik ihtiyacının kültürler karşısında evrensel önemini vurgulamaktadır. Öte yandan, Yiğit'in (2012) Konya'da yaşayan yabancı öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarını incelediği çalışmada, annenin eğitim düzeyine göre özerklik ihtiyacı için anlamlı bulunan farkın dışında ebeveynlerin eğitim düzeyine göre öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının puanlarında fark bulunmamış olup, üniversite mezunu annelerin çocuklarında lise ve altı mezunu annelerin çocuklarına göre özerklik puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Temel psikolojik ihtiyaçlarda cinsiyete göre farklılık görülmezken, yaşa göre anlamlı fark görülmektedir. Sınıf değişkeni açısından değerlendirildiğinde ise, ilişkili olma ihtiyacında farklılaşma görülmezken, özerklik ve yeterlilik ihtiyacında olan farklılaşma anlamlı görülmektedir.

1.7. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ve Sosyal Fobi

Deci ve Ryan'a (2000) göre, insanların şimdiki durumlarında ve gelişimsel öykülerindeki çevresel koşullar temel ihtiyaçların karşılanmasında önemlidir. Çevresel faktörler öz-motivasyona, sosyal işlevselliğe ve kişisel büyümeye engel olmakta ya da onları baltalamaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Öz belirleme kuramına göre, kontrolcü, kaotik, cezalandırıcı, ihmal eden ebeveynlik özerklik düzenlemesini ve ihtiyaç karşılanmasını olumsuz yönde etkilemekte ve bu durum, içsel çatışma, anksiyete, depresyon, somatizasyon, yabancılaşma gibi sonuçları doğurmaktadır (Deci ve Ryan, 2000). Bununla birlikte, Sarı ve arkadaşlarının (2011) yaptığı araştırmada ise, temel psikolojik ihtiyaçlar karşılandığında öz yeterliliğin yükseldiğini, sürekli kaygının azaldığını bulmuşlardır. Buradan hareketle, temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin kaygı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Kendilik sunum yaklaşımına göre, kişilerin izlenim motivasyonunun artması durum, insan ve zaman açısından değişiklik gösterse de sosyal kaygı düzeylerini artırmaktadır. Örneğin, mevcut insan sayısının artması ile sosyal kaygı da artmaktadır. Ayrıca, kişilerin diğer insanlar üzerinde bıraktığı izlenime gösterdiği çaba ve düşüncenin miktarı izlenim yönetmedir. Kişilerin kendi izlenimlerinin farkındalığı ve bunun hakkındaki endişeleri davranışlarını etkilemektedir (Leary ve Kowalski, 1995; Akt.: Erkan, 2002a). Öte yandan, Kesici (2008) özerklik ihtiyacında, kişilerin duygularını baz alarak hareket etmesi ile eylemi kendisinin başlatma arzusu içinde olduğunu belirtmiştir. Dolayısıyla, kişilerin davranışları diğer insanların varlığı ile kontrol edilmektedir. Diğer bir yandan, Öz-belirleme kuramına göre, kişinin bazı ayırt edilebilir sonuçlar elde etmek için bir aktiviteyi yerine getirmesi dışsal motivasyondur. Dışsal motivasyonda, davranış düzenlemesinde farklılıklar vardır. İçe atılan düzenlemede anksiyete ya da suçluluktan kaçınmak için yerine getirilen ancak kişinin kendisiyle tamamen kabullenilmeyen içe atılan düzenleme olarak tanımlanmaktadır (Ryan ve Deci, 2000). Bu bağlamda kişinin izlenim yönetmeye çalışması, insan sayısının artması ile izlenim bırakma motivasyonu kontrol edilen davranış olmakla birlikte özerklik ihtiyacının düşük düzeyde karşılandığı düşünülmektedir. Diğer yandan, analitik kurama göre, sosyal fobinin dinamiğinde olan, kişilerin onaylanmama ihtimali olduğu

durumlardan kaçınarak hayali utandırılmadan kaçınmasının yanında, kişilerin temel figürleri tarafından reddedilmesinden kaçmak için insanlarla ilişki kurmaktan kaçınması (Türkçapar, 1999) da bu bağlamda kontrol edilen davranış olmasından dolayı özerklik ihtiyacının düşük düzeyde karşılandığı söylenebilir.

Zhou'nun (2016) ikinci dil öğrenmede sosyal anksiyete, özerklik ve öğrenme yöneliminin rolünü araştırdığı çalışma sonucuna değinmek gerekirse, dil öğrenmede sosyal anksiyete yaşayan öğrencilerin daha az özerk hissettiklerini, daha zayıf işbirlikçi öğrenme yönelimi tuttuklarını ve İngilizce öğrenmede daha az başarılı oldukları bulunmuştur. Dolayısıyla, özerklik ihtiyacının yanında yeterlilik ihtiyacının da düşük düzeyde deneyimlendiği söylenebilir. Bununla birlikte, Iancu, Bodner ve Ben-Zion' nun (2015) yaptıkları araştırmaya göre, sosyal fobisi olan hastaların benlik saygısı ve öz-yeterlilik ile olumsuz ilişkili olduğunu bulurken, bağımlılık ve öz-eleştiri ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Sosyal kaygı arttıkça öz-yeterlilik düşmekte ve bağımlılık artmaktadır. Dolayısıyla, sosyal anksiyenin varlığının özerklik ve yeterlilik ihtiyacının karşılanmasını engellediği söylenebilir.

Clark ve Wells'in bilişsel yaklaşımına göre, sosyal fobisi olan kişilerin sosyal performans için yüksek beklentilerinin olduğunu, belli bir yolla performans göstermeye ilişkin koşullu inançlarının ve kendisi hakkında koşullu olmayan olumsuz inançlarının olmasının kişilerin performans gösterecekleri durumlarda istenilen performansa ulaşmada başarısız olacaklarına yönelik olumsuz tahminlerinin olmasına sebep olmaktadır (Ray-Crozier ve Alden, 2001). Diğer bir yandan, Kaap-Deeder ve arkadaşlarına (2015) göre, yeterlilik ihtiyacı, günlük aktiviteleri icra ederken ustalığın deneyimlenmesi ve zorluklarla etkili şekilde başa çıkabilmenin deneyimlenmesini gerektirmektedir. Buradan hareketle, sosyal fobisi olan kişilerin sosyal duruma ilişkin olumsuz tahminlerinin olması ve bu durumun kaygı verici olması ile bir kısır döngüye girmekte olduğundan dolayı, yeterlilik ihtiyacının düşük düzeyde karşılandığı düşünülmektedir. Aynı zamanda, Clark ve Wells'in modelinde, sosyal fobiklerin sosyal durum öncesinde beklenen olayın neler olabileceğini ayrıntılı olarak gözden geçirmesinin yanında sosyal durum sonrasında yapılan 'post-mortem'de' etkileşimler detaylıca gözden geçirilir. Bu gözden geçirmeler sırasında kişinin kaygısı ve olumsuz kendilik algısı hakim olmakla birlikte

geçmiş başarısızlıkların anımsanmasına yol açmaktadır. Bundan dolayı, Post-mortem’de, etkileşimler olduğundan daha negatif olarak görülmekte ve hafızaya olumsuz olarak kodlanmaktadır (Ray-Crozier ve Alden, 2001). Öbür yandan, Kesici (2008), yeterlilik ihtiyacını kişinin görevleri yerine getirirken seçtiği yolla birlikte bunun sonunda ne derece doyuma ulaştığı olarak tanımlamıştır. Dolayısıyla, kişinin seçtiği bu yol ile yeterlilik ihtiyacının karşılanmamasının yanında yetersizlik inancını da güçlendirdiği söylenebilir.

Kendilik sunum yaklaşımına göre, düşük sonuç beklentisi sosyal kaygıyı doğuran durumlardandır. Kişiler başkası üzerinde bir izlenim bırakmayı hedefleyip bunu nasıl yapacağını bilmediğinde veya bildiği zaman ise kendi potansiyellerinin buna yetmeyeceğini anladığı zaman sosyal kaygı yaşamaktadırlar (Schlenker ve Leary, 1982). Öte yandan, Bandura (1994), kişilerin hayatlarını etkileyen olaylar üzerinde etkili olacak belirlenen performansı üretmek için kendi yetenekleri hakkındaki inançlarını algılanan öz-yeterlilik olarak tanımlamaktadır. Dolayısıyla, kişilerin potansiyellerinin istediklerine ulaşmaya yetmeyeceğini anlamaları karşısında sosyal kaygı yaşaması ile öz-yeterliliklerinin düşük olduğu söylenebilir. Bir başka hususta, onay alma isteği sosyal kaygıyı doğuran diğer durumlardandır. Buna göre, başarısızlık durumlarında kişi oluşturduğu izlenimi düzeltmek istemekle birlikte değerli hissetmesi başkalarının değerlendirilmelerine bağlı olduğundan dolayı sosyal onay alma isteği artmakta ve dolayısıyla sosyal kaygıyı hissetmesi de artmaktadır (Leary ve Kowalski, 1995; Akt.: Erkan, 2002a). Diğer bir yandan, Costa ve arkadaşları (2015), yeterlilik ihtiyacı karşılandığında kişilerin etkili ve becerikli hissettiklerini, karşılanmadığında ise yetersiz hissettiklerini belirtmiştir. Buradan hareketle, başarısızlık durumu karşısında onay alma isteğinin artmasının sosyal kaygıyı etkilemesi ile yetersizlik ihtiyacının düşük düzeyde karşılanmasının sosyal kaygı ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

Blote ve Westenberg’in (2010) 5 dakikalık konuşma yapmakla ilgili yaptığı araştırmada, tanımadıkları akran gözlemcilerin değerlendirmelerine göre, yüksek sosyal kaygısı olan ergenlerin ölçülen bütün sosyal beceri alanlarında (konuşma konusu, yüz ifadesi, duruş ve beden hareketi, konuşma şekli) önemli derecede zayıf oldukları gözlemlenmiştir. Öte yandan, Kaap-Deeder ve arkadaşlarına (2015) göre, yeterlilik ihtiyacı, günlük aktiviteleri icra

ederken ustalığın deneyimlenmesi ve zorluklarla etkili şekilde başa çıkabilmenin deneyimlenmesini gerektirmektedir. Bu bağlamda, yapılan konuşmada gözlemlenen sosyal beceri eksikliğinin yapılan aktivitede ustalığın deneyimlenmesi açısından değerlendirildiğinde yeterlilik ihtiyacının karşılanmasını olumsuz yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Analitik yaklaşıma göre, sosyal fobisi olan kişilerin bazılarında bilinçdışı olarak diğerlerinden tam ve mükemmel olan bir ilgi alabilmek amacıyla ve tüm rakipleri korkutarak kaçırma veya yok etme arzusu ile birlikte saldırgan bir şekilde talepkarlık göstermektedir. Utanç ile birlikte ortaya çıkan suçluluk duyguları ise rakiplerinin yerini alabilme durumundaki yetersizlikten kaynaklanmaktadır (Türkçapar, 1999). Dolayısıyla, yeterlilik ihtiyacının karşılanma düzeyinin düşük olduğu söylenebilir. Öte yandan, bu yaklaşıma göre, bilinçdışı dikkat çekme ve onaylayıcı tepkiler alma isteğinin fazla olması onaylayıcı olmayan ebeveyn tarafından kişinin utandırılmasına sebep olmaktadır. Dolayısıyla, kişiler utandırılmadan kaçınmak için onaylanmamanın mümkün olabileceği durumlardan kaçınmaktadırlar (Türkçapar, 1999). Diğer bir yandan, Andersen ve arkadaşlarına (2000) göre, ilişkili olma ihtiyacı, kişinin duygusal olarak cevap verilebilirliğinin yanında sıcaklık, kabul ve duyarlılık yaşantılarını deneyimlemesini içermektedir. Buradan hareketle, onaylayıcı olmayan ebeveynin utandırması ve eleştirmesi kişilerin ilişkili olma ihtiyacının karşılanma düzeyinin düşük olmasına sebep olduğu düşünülmektedir. Buna ek olarak, analitik yaklaşıma göre, kişiler temel figürleri tarafından reddedilmekten kaçmak için başkalarıyla ilişki kurmaktan kaçınması (Türkçapar, 1999) diğerlerine ait olma ve bağlı olma ihtiyacı olarak tanımlanan ilişkili olma ihtiyacının (Ryan ve Deci, 2000) karşılanma düzeyini olumsuz yönde etkilediği düşünülmektedir.

Stopa ve Clark'ın (1999) yaptığı video kaydına alınan kısa sohbeti içeren amprik araştırmada, kontrol grubuna göre, sosyal fobiklerin daha az güzel performans gösterdikleri bulmuşlardır. Sosyal fobisi olan insanlar sosyal durumlarda, özellikle akranlarıyla ilişkilerinde, zayıf beceri performansı göstermeleri olumsuz sosyal çıktılarla sonuçlanmaktadır. Bu durumda anksiyeteye sebep olmakta ve sosyal fobikler bu durumlardan kaçınma eğiliminde olmaktadır. Ancak kaçınmanın sonucunda ise sosyal becerileri

öğrenmek için daha az fırsat bulmaktadırlar (Spence ve ark., 1999). Öbür yandan, Costa ve arkadaşlarına (2015) göre, ilişkili olma ihtiyacı karşılandığında, insanlar onlarla ilgilenenlere karşı bağlılık hissetmektedir. Bu ihtiyaç karşılanmadığında ise, insanlar sosyal yabancılaşma ve yalnızlık deneyimlemektedirler. Bu bağlamda, sosyal fobisi olan insanların sosyal beceri eksikliğinin sonucunda ilişkili olma ihtiyacının düşük düzeyde karşılandığı söylenebilir. Diğer bir hususta, sosyal beceri eksikliğinin sebep olduğu olumsuz sosyal çıktılardan kaynaklanan anksiyeteden kaçınmanın özerk davranış olmaktan ziyade kontrol edilen davranış olması sebebi ile sosyal fobisi olan insanların özerklik ihtiyacının karşılanma düzeyinin düşük olmasına sebebiyet verebilir.

Sonuç olarak, sosyal fobi özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyaçlarının düşük seviyede karşılanması ile ilişkili olabileceği düşünülmektedir.

BÖLÜM II

YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyine göre incelenmesi amaçladığından LISREL yapısal eşitlik modeline uygun olarak çalışma gerçekleştirilmiştir.

Duyarlılık, davranışsal denetim, psikolojik kontrol ve özerklik desteğinden oluşan ebeveynlik stillerinin ne derece özerklik, yeterlilik, ilişkili olma temel psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı ve dolayısıyla sosyal fobinin oluşumuna katkıda bulunduğunu tespit etmeyi amaçlamaktadır. Bu nedenle, ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolünü belirlemek için LISREL yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın örneklemini 270 kişiden (151 kız ve 119 erkek) oluşan 14-18 yaş arasındaki lise öğrencilerinden toplanmıştır. Katılımcıların annelerinin yaşları 32-53 arasında olduğu, babalarının yaşlarının ise 33-60 arasında olduğu görülmektedir. Annenin yaş ortalaması 40 iken, babaların yaş ortalaması 45'tir. Katılımcıların annelerinin eğitim durumları %27'sinin ilköğretim, %43'ü lise, %24'ü üniversite, %2'si yüksek lisans ve %4'ü diğerlerinden, babalarının eğitim durumları ise %14'ü ilköğretim, %48'i lise, %28'i üniversite, %6'sı yüksek lisans ve %7'si diğerlerinden oluşmaktadır. Ayrıca katılımcıların %36'sının annelerinin çalışmakta %62'sinin ise çalışmamakta olduğu görülmektedir. Katılımcıların %95'inin babalarının çalışmakta %3'ünün ise çalışmamakta olduğu görülmektedir. Örneklemin cinsiyet, yaş, anne-baba yaş ve anne-baba eğitim durumu, anne baba çalışma durumuna yönelik bilgiler tablo 1'de sayısal olarak ifade edilmiştir.

Tablo 1. Örneklemin Demografik Özellikleri

Değişken	Sayı/Yüzde	
Cinsiyet	K:151	E:119
Ebeveyn Yaş Aralığı	K:32-53	E: 33-60
Ebeveyn Yaş Ortalaması	K:40	E:45
Eğitim Durumu		
İlkokul	K:27	E:14
Lise	K:43	E:48
Üniversite	K:24	E:28
Yüksek Lisans	K:2	E:6
Diğerleri	K:4	E:7
Çalışma Durumu		
Çalışıyor	K:%36	E:%95
Çalışmıyor	K:%62	E:%3

Not: K:kadın, E:erkek, İ:ilkokul, L:lise, Ü:üniversite, YL:yüksek lisans, D:diğerleri.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri kolaydan örnekleme ile 5 tane özel okulun lise kısmından toplanmıştır. Verilerin toplanması sırasında araştırmanın ölçekleri hakkında genel bilgi verilmesinin yanında araştırmaya katılmanın gizlilik ve gönüllülük esasına dayandığı anlatılmıştır.

2.4. Veri Toplama Araçları

"Kişisel bilgi formu" ile katılımcıların demografik bilgilerini ve ebeveynlerinin yaş ve eğitim durumlarına yönelik bilgi alınmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyi hakkındaki bilgiler "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" ile, ebeveynler ile olan ilişkiler hakkındaki bilgiler "Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği" ile, sosyal yaşantılardaki kaygı ve kaçınmaları hakkındaki bilgiler "Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği" ile sırasıyla toplanmıştır.

2.4.1. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (TPIÖ)

2000 yılında Deci ve Ryan tarafından ABD’de geliştirilen İhtiyaç doyum ölçeğinin Türkçeye uyarlaması 2003 yılında Kesici, Üre, Bozgeyikli ve Sünbül tarafından yapılmıştır. Ölçek 21 sorudan oluşmakta ve temel psikolojik ihtiyaçları ölçmektedir. Ölçeğin, özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma alt boyutları vardır. Ölçekte özerklik için 7 madde, yeterlilik için 6 madde, ilişkili olma ihtiyacı için 8 madde yer almaktadır. Ölçekte 5’li likert tipi (1: bana hiç uygun değil, 5: bana tamamen uygun) ile katılımcı yanıtları derecelendirilmiştir.

Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin toplam Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı .76’dır. Alt boyutlara bakıldığında ise, özerklik ihtiyacı için .73, yeterlilik ihtiyacı için .60, ilişkili olma ihtiyacı için .72’dir. Ölçeğin dış geçerliliğini değerlendirmek için Edward Kişisel Tercih Envanteri kullanılmıştır. Temel Psikolojik İhtiyaçlar ölçeğinin özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma ihtiyaçları sırasıyla Edward Kişisel Tercih Envanterinin özerklik, başarı ve yakınlık alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bu boyutlar arasındaki korelasyonlar sırasıyla .58, .39, ve .36 ‘dır (Kesici, 2003).

2.4.2. Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği (LAABÖ)

2004 yılında Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği ergen sürümü Soenens, Beyers ve Goossens tarafından geliştirilmiştir. Ölçek ergenlerin algılanan ana ve babalık biçimlerini ölçmektedir. Ölçeğin duyarlılık, davranışsal denetim, psikolojik kontrol ve özerklik desteğinden oluşan 4 alt boyutu olmakla birlikte bu boyutlar anne ve baba için ayrı ölçülmektedir. Ölçek 5’li likert tipinden (1: hiç doğru değil, 5: her zaman doğru) oluşmakta olup anne için 21, baba için ise 19 madde bulunmaktadır.

2014 yılında Sevim tarafından Türkçeye uyarlama çalışması yapılmıştır. Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği ergen sürümü bu çalışmada kullanılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi ile anne ve baba için ölçek doğrulanmıştır. Anne-ergen sürümü için duyarlılığın 0.88, davranışsal denetimin 0.58, psikolojik kontrolün 0.81, özerklik desteğinin ise 0.72 iç tutarlılık katsayıları olduğu bulunmuştur. Baba-ergen sürümünde ise, duyarlılığın 0.91,

davranışsal denetimin 0.78, psikolojik kontrolün 0.77, özerklik desteğinin ise 0.67 iç tutarlılık katsayıları olduğu bulunmuştur (Sevim, 2014).

2.4.3. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

1987 yılında ölçek Liebowitz tarafından geliştirilmiş olup Türkçeye uyarlaması 2003 yılında Soykan, Özgüven ve Gençöz tarafından yapılmıştır. Ölçek sosyal durumlarda yaşanan kaygı ve kaçınma alt boyutlarını içermekte ve her bir boyut için 24 soru bulunmaktadır. Ölçek 4'lü likert tipi (1: kaçınma yok ya da çok ender, 4: her zaman kaçınırım) ile derecelendirilmekte ve ölçekten alınan toplam puan 48-192 arasındadır.

Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .97'dir. Ölçeğin tamamının Cronbach Alpha'sı .98 iken kaygı alt boyutu için .96, kaçınma alt boyutu için ise .95 dir. Beck anksiyete ölçeği baz alınarak değerlendirildiğinde, ölçeğin uyumsal geçerliliği toplamda .25, iken kaygı alt boyutu için .26, kaçınma alt boyutu için ise .21 dir (Soykan, Özgüven ve Gençöz, 2003).

2.4.4. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Katılımcıların cinsiyeti, yaşı, anne ve babasının yaşı, anne ve babasının eğitim ve çalışma durumu hakkında bilgi almaya yönelik sorular yer almıştır. Hazırlanan formda katılımcıların kimlik bilgilerine yönelik sorular bulunmamaktadır.

2.5. Uygulama

"Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği" ile ebeveynlerin tutumlarına ilişkin bilgiler, "Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği" ile sosyal yaşantılara ilişkin bilgiler, "Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği" ile temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyine ilişkin bilgiler elde edilmiştir. Ölçeklerin ilk sayfasında onam formu yer almaktadır. Araştırmaya katılım kabul edildikten sonra diğer sayfalarda demografik bilgiler ve ölçeklere ilişkin sorular yer almaktadır. Araştırma, 5 tane özel okulun sorumlu kişilerinden izin alındıktan sonra rehber öğretmenlerin eşliğinde yapılmıştır.

2.6. Verilerin Çözümlemesi

Bu araştırmada, ilk olarak veriler SPSS programına girilmiştir sonrasında LISREL 8.51 programı kullanılarak elde edilen veriler analiz edilmiştir. Veriler Baron & Kenny Metodu ile Revizyonlu ölçme modeline göre analiz edilmiştir. Analizde ilk olarak ölçme modeli test edilmiştir. Sonrasında, ebeveynlik stillerinin alt boyutları anne ve baba olarak ayrılmıştır. Bu alt boyutların sosyal fobinin kaygı ve kaçınma alt boyutları ile arasındaki ilişkiye özerklik, yeterlilik, ilişkili olmadan oluşan temel psikolojik ihtiyaçların aracılık etme rolünü belirlemek amacıyla yapısal eşitlik modeli test edilmiştir.



BÖLÜM III

BULGULAR

3.1. Ölçme Modeli Sonuçları

Tablo 2. Değişkenler, Ortalama ve Standart Sapmalar

Değişken	Ortalama	Standart Sapma
1.KAY	48.83	12.85
2. KAC	46.60	13.15
3. YET	17.81	3.70
4. ILIS	33.18	6.17
5. OZ	26.17	4.28
6.BDUY	25.73	7.51
7.ADUY	28.91	6.22
8.BDAD	11.97	4.02
9.ADAD	12.42	3.82
10. BOZDE	14.31	3.99
11.AOZDE	18.86	4.51
12.BPKO	9.59	3.95
13.APKO	12.11	5.07

Not.N=270 KAY=Kaygı; KAC=Kaçınma; YET=Yeterlilik; ILIS=İlişkili Olma; OZ=Özerklik; BDUY= Baba Duyarlılık; ADUY=Anne Duyarlılık; BDAD=Baba Davranışsal Denetim; ADAD=Anne Davranışsal Denetim; BOZDE=Baba Özerklik Desteği; AOZDE=Anne Özerklik Desteği; BPKO=Baba Psikolojik Kontrol; APKO=Anne Psikolojik Kontrol.

Tablo 3. Gözlemlenen Değerler Arasındaki Korelasyonlar

Değişken	KAY	KAC	YET	ILIS	OZ	BDUY	ADUY	BDAD	ADAD	BOZDE	AOZDE	BPKO	APKO
1.KAY	-												
2.KAC	.831**	-											
3.YET	-.217**	-.214**	-										
4.ILIS	-.228**	-.270**	.563**	-									
5.OZ	-.325**	-.321**	.516**	.385**	-								
6.BDUY	-.069	-.073	.325**	.331**	.386**	-							
7.ADUY	.002	-.017	.227**	.263**	.312**	.386**	-						
8.BDAD	.046	-.003	-.193**	-.179**	-.363**	-.454**	-.206**	-					
9.ADAD	.108	.108	.123	.049	.223**	.146*	.362**	-.603**	-				
10.BOZDE	-.082	-.079	.294**	.276**	.419**	.587**	.244**	-.612**	.291**	-			
11.AOZDE	.023	.028	.227**	.210**	.326**	.283**	.611**	-.333**	.561**	.450**	-		
12.BPKO	.058	.066	-.193**	-.095	-.285**	-.280**	-.989	.240**	-.089	-.146*	-.046	-	
13.APKO	.042	-.023	-.196**	-.110	-.205**	-.210**	-.243**	.158*	-.119	-.171**	-.193**	.443**	-

Not. N=270 KAY=Kaygı; KAC=Kaçınma; YET=Yeterlilik; ILIS=İlişkili Olma; OZ=Özerklik; BDUY= Baba Duyarlılık; ADUY=Anne Duyarlılık; BDAD=Baba Davranışsal Denetim; ADAD=Anne Davranışsal Denetim; BOZDE=Baba Özerklik Desteği; AOZDE=Anne Özerklik Desteği; BPKO=Baba Psikolojik Kontrol; APKO=Anne Psikolojik Kontrol. Tüm korelasyonlarda anlamlılık düzeyi *p<0.05, **p<0.01.

3.1.1. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Tablo 4. Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Uyum	İyi Uyum	Kabul Edilebilir	Değer	Yorum	Ölçüsü
X ²			355.35		
Sd			59		
X ² /sd	2	5		6.02	Yetersiz Uyum
RMSEA	0<RMSEA<.05	.05<RMSEA<.10		.14	Yetersiz Uyum
SRMR	0<RMSEA<.05	.05<RMSEA<.08		.08	Yetersiz Uyum
NFI	.95<NFI<1	.90<NFI<.95		.77	Yetersiz Uyum
CFI	.95<CFI<1	.90<CFI<.95		.80	Yetersiz Uyum
GFI	.95<GFI<1	.90<GFI<.95		.83	Yetersiz Uyum

Not. N:270.

Bu sonuçlara göre, ölçme modelinin veriye yeterli düzeyde uyum sağlamadığı anlaşılmaktadır. LISREL programının ürettiği öneriler incelendiğinde modeldeki anne ve babaya ilişkin duyarlılık, davranışsal denetim ve psikolojik kontrol puanlarının ve ek olarak ilişkili olma ve özerklik puanlarının hatalarının ilişkili olduğu görülmüştür. Dolayısıyla söz konusu değişkenlerin hata varyansları ilişkilendirilmiştir. Belirtilen düzeltmelerin modele eklenmesi sonucunda, model uyum iyiliği istatistiklerinin daha iyi çıktığı gözlenmiştir (Tablo 5).

3.1.2. Revize Edilmiş Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Tablo 5. Revize Edilmiş Ölçme Modeli İçin Uyum İyiliği Değerleri

Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
X^2		124.91		
sd		55		
X^2/sd	2	5	2.27	Kabul Edilebilir
RMSEA	$0 < RMSEA < .05$	$.05 < RMSEA < .10$.06	Kabul Edilebilir
SRMR	$0 < RMSEA < .05$	$.05 < RMSEA < .8$.06	Kabul Edilebilir
NFI	$.95 < NFI < 1$	$.90 < NFI < .95$.92	Kabul Edilebilir
CFI	$.95 < CFI < 1$	$.90 < CFI < .95$.95	İyi Uyum
GFI	$.95 < GFI < 1$	$.90 < GFI < .95$.93	Kabul Edilebilir

Not. N:270.

Görüldüğü üzere, yapılan revizyon modelin uyum iyiliği istatistiklerinde olumlu yönde iyileşmeye yol açmıştır. Yapılan revizyonun modelin uyum değerlerine yapmış olduğu bu etkinin anlamlı olup olmadığını belirlemek üzere hesaplanan ki-kare farklılık testi (231, 4: $p < .05$) sonucu anlamlı çıkmıştır.

3.1.3. Ölçme Modeline İlişkin Parametre Değerleri

Tablo 6. Ölçme Modeline İlişkin Faktör Yükleri, Standart Hata Değerleri ve T-Değerleri

Örtük ve Gözlenen Değişkenler	Standardize Edilmemiş Faktör Yükleri	SH	t	Standardize Faktör Yük Değerleri
Sosyal Fobi				
KAY	11.35*	0.67	17.00*	0.92
KAC	11.94*	0.65	18.37*	0.97
Temel Psikolojik-İhtiyaçlar				
OZ	3.95*	0.31	12.61*	0.90
YET	2.09*	0.23	9.05*	0.57
ILIS	4.65*	0.45	10.33*	0.77
Annne				
DUY	4.48*	0.35	12.69*	0.71
DAD	2.10*	0.20	10.53*	0.56
OZDE	3.93*	0.24	16.60*	0.93
PKO	-1.02*	0.29	-3.58*	-0.21
Baba				
DUY	5.21*	0.42	12.36*	0.68
DAD	-2.83*	0.21	-13.31*	-0.68
OZDE	3.35*	0.23	14.51*	0.81
PKO	-0.86*	0.24	-3.57*	-0.22

Not. N=270, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği; KAY=Kaygı ve KAC=Kaçınma alt boyutları; İhtiyaç Doyumu Ölçeği; YET=Yeterlilik, ILIS=İlişkili Olma, ve OZ=Özerklik alt boyutları; Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği; Anne alt boyutu; ADUY=Anne Duyarlılık, ADAD=Anne Davranışsal Denetim, AOZDE=Anne Özerklik Desteği, APKO=Anne Psikolojik Kontrol. Baba alt boyutu; BDUY= Baba Duyarlılık, BDAD=Baba Davranışsal Denetim, BOZDE=Baba Özerklik Desteği, BPKO=Baba Psikolojik Kontrol. Tüm korelasyonlarda anlamlılık düzeyi *p<0.05.

Tablo 6'dan anlaşılacağı üzere, standardize edilmiş faktör yüklerinin .56 ile .97 arasında değiştiği ve tümünün istatistiksel olarak anlamlı olduğu anlaşılmaktadır. Dolayısıyla, söz konusu istatistikler, ölçme modelindeki gözlenen değişkenlerin, örtük değişkenlerinin güvenilir göstergeleri olduğuna ilişkin kanıt olarak sunulmaktadır.

3.1.4. Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Tablo 7. Ölçme Modelinde Örtük Değişkenler Arasındaki İlişkiler

Örtük Değişkenler	SF	TPI	A	B
1 Sosyal Fobi	-	-0.44	-0.04	-0.25
2 Temel Psikolojik İhtiyaçlar		-	0.28	0.61
3 Anne			-	0.48
4 Baba				-

Not. N:270. SF=Sosyal Fobi; TPI=Temel Psikolojik İhtiyaçlar; A=Anne; B=Baba.

Tablo 7'den görülebileceği gibi, örtük değişkenler arasındaki ilişkilerin genel olarak düşük, orta ve yüksek düzeyde olduğu anlaşılmaktadır. En yüksek ilişki temel psikolojik ihtiyaçlar ile baba değişkeni arasında pozitif yönde olduğu gözlemlenirken, en düşük ilişkinin ise sosyal fobi ile anne arasında negatif yönde olduğu gözlemlenmiştir. Temel psikolojik ihtiyaçlar ve anne arasında pozitif yönde zayıf ilişki gözlemlenmiştir. Sosyal fobi ve baba arasındaki ilişkinin ise zayıf ancak negatif yönde olduğu gözlemlenmiştir. Temel psikolojik ihtiyaçlar ve sosyal fobi arasında negatif yönde orta bir ilişki gözlemlenmiştir. Anne ile baba arasında orta düzeyde pozitif ilişki gözlemlenmiştir.

3.2. Yapısal Model Sonuçları

3.2.1. Yapısal Model İçin Uyum İyiliği Değerleri

Tablo 8. Yapısal Model İçin Uyum İyiliği Değerleri

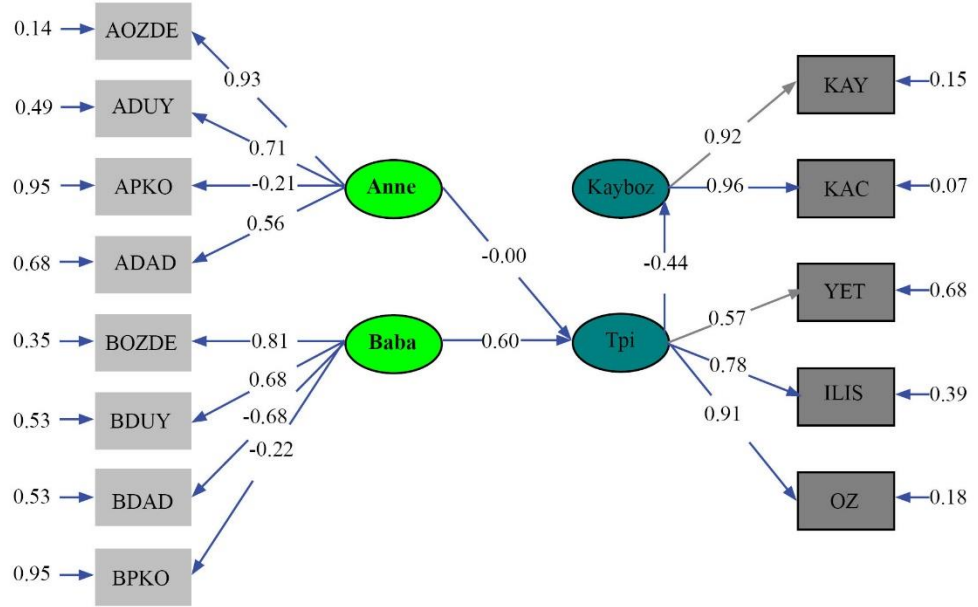
Uyum Ölçüsü	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Değer	Yorum
X ²		126.38		
sd		57		
X ² /sd	2	5	2.21	İyi Uyum
RMSEA	0<RMSEA<.05	.05<RMSEA<.10	.06	Kabul Edilebilir
SRMR	0<RMSEA<.05	.05<RMSEA<.08	.06	Kabul Edilebilir
NFI	.95<NFI<1	.90<NFI<.95	.92	Kabul Edilebilir
CFI	.95<CFI<1	.90<CFI<.95	.95	İyi Uyum
GFI	.95<GFI<1	.90<GFI<.95	.93	Kabul Edilebilir

Not. N:270.

Bu sonuçlara göre, modelin kabul edilebilir uyum değerleri ürettiği görülmüştür.

3.2.2. Yapısal Modele İlişkin Çözümleme Değerleri

Yapısal model sonuçları Şekil 1.'de gösterilmiştir.



ŞEKİL 1. Yapısal Model Sonuçları

Not. N=270, KAYBOZ=Kaygı Bozukluğu (Sosyal Fobi); KAY=Kaygı; KAC=Kaçınma; YET=Yeterlilik; ILIS=İlişkili Olma; OZ=Özerklik; BDUY=Baba Duyarlılık; ADUY=Anne Duyarlılık; BDAD=Baba Davranışsal Denetim; ADAD=Anne Davranışsal Denetim; BOZDE=Baba Özerklik Desteği; AOZDE=Anne Özerklik Desteği; BPKO=Baba Psikolojik Kontrol; APKO=Anne Psikolojik Kontrol.

LISREL program tarafından hesaplanan dolaylı etkilere ilişkin istatistikler, annenin sosyal fobi üzerindeki dolaylı etkisinin 0.00 olduğunu ve bu dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığını ($t=0.05$, $p<.05$) göstermektedir. Diğer bir yandan, babanın sosyal fobi üzerindeki dolaylı etkisinin -0.26 olduğunu ve bu dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu ($t= -4.97$, $p<.05$) göstermektedir. Bu sonuçlar, annenin sosyal fobi üzerindeki etkisinin temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından aracılık edilmediğine dair kanıt olarak sunulmuştur. Ayrıca, bu sonuçlar, babanın sosyal fobi üzerindeki etkisinin temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından aracılık edildiğine dair kanıt olarak sunulmuştur.

Model testi sonucunda elde edilen değerler, buradaki modelin temel psikolojik ihtiyaçlar değişkenindeki varyansın % 36'sını, sosyal fobideki varyansın % 19'unu açıkladığını ortaya koymuştur.



BÖLÜM IV

TARTIŞMA

Bu araştırmada, babanın sosyal fobi üzerindeki etkisinin temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından aracılık edildiği bulunmuştur. Diğer bir deyişle, babanın özerklik desteğinin, davranışsal denetimin, psikolojik kontrolünün ve duyarlılığının özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma temel psikolojik ihtiyaçlarını karşıladığı ve dolayısıyla sosyal fobinin oluşumunda etkili olduğu bulunmuştur.

Baba çocuğun temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanması açısından önemli rol oynamakta ve sosyal fobinin düzeyini düşürmektedir. Niemiec ve arkadaşlarının (2006) yaptığı araştırmaya göre, babadan algılanan ihtiyaç desteği bağımsız olarak ergenin iyi oluşunu yordamaktadır. Amato'nun (1994), yaptığı araştırmada ise anne-çocuk arasındaki ilişkinin kalitesinden bağımsız olarak, babaya yakınlaştıkça, çocukların daha mutlu, daha fazla yaşam doyumu ve daha az sıkıntı yaşadıkları bulunmuştur. Diğer bir yandan, Kocayörük'ün (2012) yaptığı çalışmada, hem özerk benlik yönetimi hem de olumlu duyguya babanın pozitif ve anlamlı etkisi vardır. Babanın, çocuğun psikolojik ihtiyaçları karşılaması iyi oluş için önemlidir. Dolayısıyla, babanın yokluğu çocuğun psikolojik ihtiyaçların karşılanmasını engellemekte ve hasta oluşa götürmektedir. Baba yoksunluğuyla ilgili Özdal ve Aral (2005) yaptıkları çalışmada, baba yoksunu olan çocukların durumluk ve sürekli kaygılarının anne-babasıyla yaşayan çocuklara göre daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bu bağlamda, literatürdeki babanın çocuğun kaygı düzeyinde etkili olduğuna yönelik bulgular ile bu araştırmanın sonucu uyumludur.

Öz- belirlenme kuramına göre, kontrolcü, kaotik, cezalandırıcı, ihmal eden ebeveynliğin ihtiyaçların karşılanmasını olumsuz etkilemekte ve kaygı ile sonuçlanabilmektedir. Sarı ve arkadaşlarının (2011) yaptığı araştırmada ise, temel psikolojik ihtiyaçlar karşılandığında öz yeterliliğin yükseldiğini, sürekli kaygının azaldığını bulmuşlardır. Bireylerin temel psikolojik ihtiyaçları karşılandığında, kaygılarında azalma görülmektedir (Cihangir-Çankaya, 2009). Bu araştırmada, duyarlık ve özerklik desteğinde yüksek, psikolojik kontrolde düşük ve davranışsal denetimde ise orta düzeyde olan babanın temel psikolojik

ihtiyaçları karşıladığını ve dolayısıyla kaygı bozukluklarından biri olan sosyal fobi ile ilişkisinin olumsuz yönde olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Babanın tutumunun temel psikolojik ihtiyaçları karşılama düzeyine göre değerlendirdiğimizde, özerklik ihtiyacını yüksek düzeyde karşılamakla birlikte ilişkili olma ihtiyacından daha yüksek düzeyde karşıladığı bulunurken babanın yeterlilik ihtiyacını orta düzeyde karşıladığı bulunmuştur. Literatürde ise, babanın yeterlilik ihtiyacını karşılamadığına yönelik araştırma olsa da, bu görüşü desteklemeyen araştırmalarda mevcuttur. Grolnick ve Ryan'ın (1989) yaptığı araştırmada, babanın katılımı ile başarı, öğretmenin değerlendirdiği yeterlilik arasında önemli ilişki bulunmamıştır. Ancak, Grolnick, Ryan ve Deci'nin (1991) yaptıkları araştırmada ise, algılanan babanın katılımının ve özerklik desteğinin algılanan yeterlilik, algılanan özerklik ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Diğer bir yandan, babanın katılımı ile çocukların daha pozitif arkadaş ilişkileri olduğu, daha popüler olduğu ve daha çok sevildiği tespit edilmişken (Allen ve Daly, 2007), yüksek baba desteği tarif eden çocuğun ise güçlü sosyal yeterlilik hissine sahip olduğunun yanında babanın varlığının çocuk tarafından algılanan yeterlilik ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Dubowitz ve ark., 2001). Dolayısıyla, bu araştırmanın bulgularındaki, babanın duyarlılığının ve özerklik desteğinin ilişkili olma ve özerklik ihtiyacını karşılaması literatürle tutarlıdır.

Rana, Akhtar ve Tahir'in (2013) üniversite öğrencileri ile yaptıkları araştırmada, anne ve babanın ilgisiz-kayıtsız tutumu ve otoriter tutumunun sosyal fobi için önemli yordayıcı olduğunu bulmuşlardır. Buradan hareketle, ilgisiz-kayıtsız tutumda görülen anne ve babanın düşük davranışsal denetim ve düşük duyarlılığın sosyal fobi için yordayıcı olduğu söylenebilir. Ayrıca, anne ve babanın yüksek psikolojik kontrol ve davranışsal denetimin yanında düşük özerklik desteği ve duyarlılığın görüldüğü otoriter tutumun sosyal fobi için yordayıcı olduğu söylenebilir. Ayrıca, bu araştırmada sonucunda, baba ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin negatif yönde zayıf, anne ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin ise çok zayıf olduğu bulunmuştur.

Öte yandan, ebeveynin otoriter tutumunun (Steinberg, 1985) yanında aşırı korumacı tutumunun (Yavuzer, 1989) da çocuğun özerkliğini etkilediği söylenebilir. Ancak, Spokas ve Heimberg'in (2009) yaptığı çalışmada, babanın

aşırı koruyucu tutumun sosyal fobinin artışını yordayıcı değerine yönelik az destek olduğunu belirtmişlerdir. Diğer bir yandan, Eastburg ve Johnson (1990), kadın üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada ise, utangaçlığın algılanan baba kabulü ve algılanan baba psikolojik kontrolü ile arasında önemli bir ilişki bulmamışlardır. Sonuç olarak, babanın tutumu ile sosyal fobi arasındaki ilişkiye dair literatürdeki bulguların tutarsız olduğu görülmüştür.

Annenin tutumları ile sosyal fobi ile ilgili literatüre baktığımızda ise, Eastburg ve Johnson (1990), kadın üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada, utangaçlığın algılanan anne kabulü ile negatif ilişkili olduğunu bulmuştur. Ayrıca, utangaçlığın annenin algılanan psikolojik kontrolü ile pozitif ilişkili olduğunu bulunmuştur (Eastburg ve Johnson, 1990). Spokas ve Heimberg'in (2009) yaptığı çalışmada ise, annenin aşırı koruyucu tutumunun anımsanmasının üniversitenin ilk döneminde sosyal anksiyetede artışın önemli yordayıcısıdır. Yavuzer'e (1989) göre, ebeveynin çocuğa karşı fazla kontrollü ve özenli bir tutum sergilemesi çocuğun özerklik gelişimini engellemektedir.

Anne tutumu ile temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilgili literatüre baktığımızda ise, Grolnick'e (2009) göre, katılan anne ile ilgi ve destek gösteren çevreler ilişkili olma ihtiyacını karşılamaktadır. Diğer bir yandan, Grolnick ve Ryan'nın (1989) yaptığı araştırmada ise, annenin katılımının, çocuğun başarısıyla beraber, öğretmenin değerlendirdiği yeterlilik ile de ilişkisi olduğu bulunmuştur. Ayrıca, Grolnick, Ryan ve Deci'nin (1991) yaptıkları araştırmada, algılanan anne özerklik desteği ve katılımının algılanan yeterlilik, algılanan özerklik ile olumlu ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Dolayısıyla, literatürdeki çalışmalarda annenin yeterlilik, özerklik ve ilişkili olma ihtiyacı ile olumlu ilişkili olduğu söylenebilir. Yapılan bu araştırmada ise, annenin temel psikolojik ihtiyaçlar ile arasındaki ilişki olumlu yönde ancak zayıftır.

Bu araştırmanın diğer bir bulgusu ise, annenin tutumu ile sosyal fobi arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü bulunmamıştır. Annenin özerklik desteğinin, davranışsal denetiminin, psikolojik kontrolünün ve duyarlılığının sosyal fobi üzerindeki etkisinde temel psikolojik ihtiyaçların katkıda bulunmadığı saptanmıştır. Knappe ve arkadaşlarına (2012) göre, anne ve baba çocukları için farklı roller oynamakta ve uygun olmayan anne ve baba

tutumlarının birleşimi çocukta sosyal fobi ile ilişkilendirilmektedir. Annenin aşırı korumacı babanın ise reddedici ve düşük duygusal sıcaklığı çocukta sosyal fobi ile ilişkili bulunmuştur. Bu yönden, annenin düşük özerklik desteğinin ve babanın düşük duyarlılığının birleşimi sosyal fobi ile ilişkili olduğu söylenebilir. Öte yandan, Bögel ve arkadaşlarının (2011) belirsiz sosyal durumlar ile ilgili yaptıkları araştırmada, çocuğun kaygı düzeyine göre anne ve babanın davranışlarının çocuk üzerinde etkisi farklı olmaktadır. Buna göre, babanın davranışlarının annenin davranışlarına göre yüksek sosyal kaygısı olan çocuğun güvenini ya da kaygısını daha çok etkilemektedir. Bunun aksine, normal ya da düşük sosyal kaygısı olan çocukta annenin davranışları babanın davranışlarına göre daha etkili olmaktadır. Sonuç olarak, sosyal fobinin oluşumunda anne ve baba tutumlarının birleşiminin çocukta oluşabilecek etkisinin yanında anne ve baba davranışının sosyal fobi düzeyine göre çocukta farklı etkileri ile sonuçlandığı bulguları önemlidir. Yapılan araştırmada bu etkiler incelenmemiştir ve bulgular üzerinde etkisi olabileceği düşünülmektedir.

Yiğit'in (2012), Konya'da yaşayan yabancı öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarını incelediği çalışmada, annenin eğitim düzeyine göre özerklik ihtiyacı için anlamlı bulunan farkın dışında ebeveynlerin eğitim düzeyine göre öğrencilerin temel psikolojik ihtiyaçlarının puanlarında fark bulunmamıştır. Üniversite mezunu annelerin çocuklarında, lise ve altı mezunu annelerin çocuklarına göre, özerklik puanlarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu araştırmada, annenin sosyal fobi ile ilişkisinde temel psikolojik ihtiyaçların aracılık etmediği bulgusunda araştırmanın örneklemindeki annelerin %60'ı ilkokul ve lise mezunudur. Bu araştırmadaki annenin özerklik ihtiyacını karşılamaması eğitim düzeyi ile açıklanabilir.

Bu araştırmada, ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin ergenlerin temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanma düzeyinin aracılık rolü babalar için anlamlı bulunurken, anneler için anlamlı bulunmaması sonucunun araştırma ölçeğinden kaynaklı olabileceği düşünülmektedir. Ülkemizde alanyazında yapılan çalışmalar çoğunlukla ana-babalığın diğer boyutlarını ele almıştır. Bizim araştırmamızdaki boyutlarla yurtdışında yapılan çalışmalarda bağ çıkmıştır. Ancak, ülkemizde bu boyutlarla yapılan pek fazla araştırma bulunmamaktadır.

Stern, Bruschweiler-Stern ve Freeland'a (2016) göre, bebeğin dünyaya gelmesi ile çiftin roller ve iş bölümü yapmasına "Ebeveynlik Kültürel İnanışları" denmektedir. Bu bağlamda, geleneksel ve eşitlikçi olarak iki kategori söz konusudur. Geleneksel çiftte, annenin çocuk bakımı için içe dönmesi ve babanın aileyi tehlikelerden korumak için dış dünyaya dönmesinden bahsedilmektedir. Geleneksel babanın rolü genel anlamda dış dünya ile çocuğu tanıştırmaktır. Eşitlikçi çiftde ise, annesinde iş hayatına girmesi ve feminisimin eşitlikçi düşüncesi ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda, eşit olmasada anne ve babanın görev dağılımı söz konusudur. Ancak, yapılan araştırmalarda, eşitlikçi veya geleneksel babanın bebekle ilişkisinde fazla fark yaratmadığını belirtilmiştir. Bununla birlikte, babanın tarzlarının bebek büyüdükçe farklılık yaratacağı düşünülmektedir. Anne Çocuk Eğitim Vakfı'nın (AÇEV) 51 ilden 3-10 yaş arası çocuğu olan 3225 baba ile gerçekleştirdikleri Türkiye'de ilgili babalık ve belirleyicilerine yönelik gerçekleştirdikleri araştırmada, babaların 0-3 yaş grubundaki çocuklarıyla, 4-10 yaş grubundaki çocuklarına göre, çocuğun gelişiminde destekleyici olacak aktiviteleri yapma oranı daha azdır. Ayrıca, babaların çocuklarına sıcaklık ve yakınlık gösterdiklerinden bahsetmişler (AÇEV, 2017).

TÜBİTAK'ın erkekliğin toplumsal ve gelişimsel inşası isimli Türkiye'nin 7 ilinden 21-55 yaş arasındaki 52 erkek ile yaptığı niteliksel araştırmasında (Okman-Fişek, 2014), babaların kendi babalarıyla ve kendi çocuklarıyla olan ilişkisini incelemişlerdir. Babalar kendi babalarıyla olan ilişkilerinde saygı, korku, mesafe ve kısıtlanmadan bahsettiklerini ve kendilerinin de babaları ile paylaşım yapma konusunda geri adım attıklarından bahsedilmiştir. Diğer bir yandan, babaları ile zaman geçirememeleri ve babalarının sevgiyi gösteremediklerini belirtmişlerdir. İletişimin ve yakınlığın olmadığı bir baba-oğul ilişkisi olan bu babaların anneleri ile olan ilişkileri aksine yakınlık, açık iletişime dayalı, özgüveni arttırıcı ve değerlilik duygusunu verdiklerini bahsetmişlerdir. Anne ile olan duygu paylaşımı ve açık iletişimin yanında bahsedilen geleneksel kültürde, demografik olarak farklılık gözlemlenmemiştir. Sözü edilen ebeveyn tutumları ile büyüyen babaların kendi çocuklarıyla ilişkisine bakıldığında ise, kendi babaları ile karşılaştırarak, sevgi ilgi ve yakınlık gösterme konusunda daha fazla, otoriter tutumda ise daha az

olduklarını belirterek gelenekselden farklı davranmaya çabaladıklarından bahsetmişlerdir. Babaların davranış değişikliği göstermesinin, çocuğun temel psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına olanak sağladığı dolayısıyla iyi oluşa sebep olduğu söylenebilir.

Anne-bebek arasındaki sembiyotik ilişkiden dolayı bebeğin tanıştığı, kendinden farklı olan ilk yetişkin babadır ve babanın işlevi bebeğin anneyle olan bu sembiyotik ilişkiden dış dünyaya yönelmesini sağlamaktır. Bu bağlamda, aile ile toplum arasındaki geçişliliği sağlayan baba rol model ve sevgi nesnesi olması ile çocuğun benlik saygısı ve sosyal gelişiminin olumlu yönde olması için çocuğun hayatında önemli bir konumdadır (Yavuzer, 2010). Öte yandan, babalar, çocukların koruma içgüdüsünden dolayı çevreyi keşfetmelerineç oğunlukla müsaade etmeyen annelere kıyasla, daha çok müsaade etmektedirler. Baba ile geçirilen vakitle birlikteçocukların sözel iletişim becerilerindeki deneyimleri de farklılık göstermektedir (örn: duyguları tanımlama, başkalarının duygularını anlama). Baba ile geçirilen zamanda alınan farklı uyaranlar çocuğun duygu dünyasının yanında zihinsel becerilerini de olumlu yönde etkilemektedir. Etkili babalık ile çocuklar sosyal becerileri hızlı edinmekte, arkadaşları ile sorun yaşamaları azalmakta ve zorlanmadan arkadaş edinmektedirler. Ayrıca, çocuklukta kurulan baba ile yakın ve iyi ilişki, çocuğun özgüvenine, etrafı keşfetmesine, sorgulama yapmasına olumlu etki etmekle birlikte çocuklarının ilerideki dönemlerde sosyal ilişkiler kurmakta daha iyi oldukları saptanmıştır (Saygılı ve Çankırı, 2014).

Tüm bunlar göz önüne alındığında, aile ve toplum arasındaki geçişliliği sağlayan, dış dünyayı tanıtan kişi olarak çocuğun hayatında işlev görmesine olanak sağlayan babalarda bir önceki nesile göre davranış değişikliği görülmektedir. Babaların kendi babalarına kıyasla sevgi, ilgi ve yakınlık göstermesi ve daha az otoriter davranarak çocuklarını eğitme çabasında olmalarının babanın tutumunu olumlu yönde etkilemesinin çocuğun özerklik, yeterlilik ve ilişkili olma temel psikolojik ihtiyaçlarını karşılamaktadır. Babanın çocuğun zihinsel becerisine ve duygu dünyasına yaptığı etkinin yanında çocuğun sosyal becerileri hızlı öğrenmesi, arkadaşları ile daha az sorun yaşadıkları saptanmıştır. Dolayısıyla, babanın bu tutumları ile öz-belirleme kuramının

önerdiği gibi temel psikolojik ihtiyaçların karşılanması bu araştırmada da sosyal fobiye azaltmakta ve iyi oluşa sebep olmaktadır.

4.2. Sonuç, Sınırlılıklar, Öneriler

Sonuç olarak, bu araştırmada ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi arasındaki ilişkinin temel psikolojik ihtiyaçların karşılanma düzeyinin katkısına bakılmıştır. Bu bağlamda annenin ve babanın ayrı olarak sosyal fobi üzerindeki etkisi ve ihtiyaçların karşılanmasındaki rolü incelenmiştir. Babanın sosyal fobi üzerindeki etkisinin temel psikolojik ihtiyaçlar tarafından aracılık edildiği bulunmuş olup, annenin sosyal fobi üzerindeki etkisinde temel psikolojik ihtiyaçların aracı rolü bulunmamıştır.

Literatürde temel psikolojik ihtiyaçlar ile kaygı arasındaki ilişkiyi inceleyen az sayıda araştırma vardır. Bunun yanında spesifik olarak sosyal kaygı ile temel psikolojik ihtiyaçların incelendiği bir araştırma yoktur. Bu bağlamda, bu çalışmanın yapılacak yeni araştırmalar için yol gösterici olacağı düşünülmektedir. Diğer bir yandan, ebeveynlik stilleri ile sosyal fobi literatürde çokça araştırmanın konusu olarak incelenmiştir. Ancak, Türkiye’de yapılan çalışmalarda anne ve babayı ayrı olarak inceleyen fazla araştırma bulunmamakla birlikte araştırmalarda tutumlar açısından ele alınan boyutlar farklılık göstermektedir. Öte yandan, bu ilişkideki aracı roller bilinmemektedir. Bu bağlamda, anne ve babanın ayrı olarak hem sosyal fobi hem de temel psikolojik ihtiyaçlar ile ilişkisinin ebeveynlik stilleri boyutlarıyla incelenmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca belirtmek gerekirse, literatürde anneye yönelik fazla araştırma olmasına rağmen babanın rolünün araştırmalara pek fazla dahil olmadığı görülmektedir.

Ülkemizde, sıklıkla yapılan annelik okulları ile birlikte babalık okulları da yaygınlaştırılmalıdır. AÇEV’in ilgili babalık ve belirleyicilerine yönelik gerçekleştirdikleri araştırmada, babaların çoğunlukla babalığı kendi kendine öğrendiklerini belirtmişlerdir. Bu bağlamda, babanın çocuk gelişiminde nasıl bir rol üstlenmesi gerektiğine yönelik eğitiminin yanında babalığın çocuğun gelişimine katkıları hakkında bilgilendirme çalışmalarının yapılması gerekmektedir. Diğer bir yandan, babalar ile temel psikolojik ihtiyaçların

karşılanmasına dair yapılacak olan çalışmalar ile sosyal kaygıyı önleme ve iyi oluşı ortam hazırlanabilir.

Yapılan çalışmada örneklem sayısının az olmasının yanında örneklem grubu olarak ergenler seçilmiştir. Diğer bir yandan, çalışmada veri toplama aracı olarak ‘‘Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği’’, ‘‘Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği’’ ve ‘‘Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği’’ kullanılmıştır. Araştırmaya katılanların ölçekleri içtenlikle yanıtladığı varsayılmaktadır. Aynı örneklem grubu genişletilerek veya farklı örneklem grubunda ve farklı demografik özelliklere sahip katılımcılarla farklı ölçekler aracılığı ile yapılacak olan çalışmalar genellenebilirliği arttırabilir.



KAYNAKÇA

Adam, E. K., Gunnar, M. R., ve Tanaka, A. (2004). Adult attachment, parent emotion, and observed parenting behavior: mediator and moderator models. *Child Development*, 75,1,110-21.

Adams, E. B., ve Sarason, I. G. (1963). Relation between Anxiety in Children and Their Parents. *Child Development*, 34, 1, 237-246.

Anne Çocuk Eğitim Vakfı. (2017). Türkiye’de İlgili Babalık ve Belirleyicileri Özet Araştırma Raporu. *Türkiye’de Babalığı Anlamak Serisi*, 1, 22-24.

Amato, P. R. (1994). Father-Child Relations, Mother-Child Relations, and Offspring Psychological Well-Being in Early Adulthood. *Journal of Marriage and Family*, 56, 4, 1031-1042.

Amerikan Psikiyatri Birliği. (2013). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-V), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı, E. Köroğlu (çev.), Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Andersen, S., Chen, S., ve Carter, C. (2000). Fundamental Human Needs: Making Social Cognition Relevant. *Psychological Inquiry*, 11, (4), 269-318.

Arslan, E. Ve Teze, S. (2016). Bağlanma Kuramı. N. Sargin, S. Avşaroğlu & A. Ünal (Ed). *Eğitim ve Psikolojiden Yansımalar* içinde. Konya: Çizgi Kitabevi, 71-90.

Bandura, A. (1994). Self-efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4, pp. 71-81). New York: Academic Press. (Reprinted in H. Friedman [Ed.], *Encyclopedia of mental health*. San Diego: Academic Press, 1998).

Baumrind D. (1996). The discipline controversy revisited. *Family Relations*, 45, 405-414.

Barber B. K. (1996). Parental psychological control: revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67, 3296-3319.

Beck, A. T. ve Emery, G. (2011). *Anksiyete Bozuklukları ve Fobiler*. 2. Baskı. İstanbul: Litera Yayıncılık.

Bella, T. T., & Omigbodun, O. O. (2009). Social Phobia in Nigerian university students: prevalence, correlates and co-morbidity. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44, 458-463.

Bowlby, J. (1969). *Bağlanma*, T. V. Soylu (çev.), 2. Baskı. İstanbul: Pinhan Yayıncılık.

Bögels, S., Stevens, J., ve Majdandzic, M. (2011). Parenting and social anxiety: fathers' versus mothers' influence on their children's anxiety in ambiguous social situations. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 52, 5, 599-606.

Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1994). Differences in perceptions of parental and personal characteristics between generalized and nongeneralized social phobics. *Journal of Anxiety Disorders*, 8, 155-168.

Cihangir-Çankaya, Z. (2009). Özerklik Desteği, Temel Psikolojik İhtiyaçların Doyumu ve Öznel İyi Olma: Öz-belirleme Kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4, 31, 23-31.

Chartier, M. J., Walker, J. R., ve Stein, M. B. (2001). Social phobia and potential risk factors in a community sample. *Psychological Medicine*, 31, 2, 307-315.

Chess, S., ve Thomas, A. (1977). Temperamental individuality from childhood to adolescence. *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*, 16, 218-226.

Costa, S., Soenens, B., Gugliandolo, M. C., Cuzzocrea, F., & Larcán, R. (2015). The mediating role of experiences of need satisfaction in associations between parental psychological control and internalizing problems: A study among Italian college students. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1106-1116.

Çağlar, M., Dinçyürek, S., ve Arsan, N. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygılarının Analizi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43, 106-116.

Çakın-Memik, N., Yıldız, Ö., Tural, Ü., ve Ağaoğlu, B. (2011). *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48, 4-10.

Darling N. Parenting style and its correlates. *ERIC Digest*, ERIC Identifier: ED427896, <http://www.eric.ed.gov/PDFS/ED427896.pdf> (Mart, 1999).

Deci E., ve Ryan, R.M., (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 53, 6, 1024-1037.

Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (2000). The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 1, 227–268.

Deci, E. L., ve Ryan, R. M. (2011). Levels of analysis, regrant causes of behavior and well-being: the role of psychological needs. *Psychological Inquiry*, 22, 17-22.

Deci, E. L., Ryan, R. M. ve Richard, M. (1996). Need satisfaction and the self-regulation of learning. *Learning & Individual Differences*, 8, 3.

Deci, E., ve Vansteenkistee, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia*, 1, 27, 23-40.

Downie, M., Chua, S. N., Koestner, R., Barrios, M. F., Rip, B., ve Birkou, S. M. (2007). The Relations of Parental Autonomy Support to Cultural Internalization and Well-Being of Immigrants and Sojourners. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 13, 3, 241–249.

Eastburg, M., ve Johnson, W. B. (1990). Shyness and perceptions of parental behavior. *Psychological Reports*, 66, 915-921.

Elizabeth, J., King, N., Ollendick, T.H., Gullone, E., Tonge, B., Watson, S., ve Macdermott, S. (2006). Social anxiety disorder in children and youth: A research update on aetiological factors, *Counselling Psychology Quarterly*, 19, 2, 151-163.

Erkan, Z. (2002a). Sosyal Kaygı ve Kendilik Sunum Yaklaşımı. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 23, 7-11.

Erkan, Z. (2002b). Sosyal Kaygı düzeyi yüksek ve düşük ergenlerin ana baba tutumlarına ilişkin nitel bir çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10,10, 120-133.

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

Furmark, T. (2002). Social Phobia: overview of community surveys. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 105, 84-93.

Fyer, A. J., Mannuzza, S., Chapman, T. F., Liebowitz, M. R., & Klein, D. F. (1993). A direct interview family study of social phobia. *Archives of General Psychiatry*, 50, 286-293.

Gültekin, B. K., ve Dereboy, İ. F. (2011). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobinin Yaygınlığı ve Sosyal Fobinin Yaşam Kalitesi, Akademik Başarı ve Kimlik Oluşumu Üzerine Etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22, 3, 150- 58.

Grolnick, W. S. (2009). The role of parents in facilitating autonomous self-regulation for education. *Theory and Research in Education*, 7, 2, 164-173.

Grolnick, W. S., ve Ryan, R. M. (1989). Parent Styles Associated With Children's Self-Regulation and Competence in School. *Journal of Educational Psychology*, 81, 2, 143-154.

Grolnick, W. S., Ryan, R. M., ve Deci, E. L. (1991). Inner Resources for School Achievement: Motivational Mediators of Children's Perceptions of Their Parents. *Journal of Educational Psychology*, 83, 4, 508-517.

Hackmann, A., Clark, D. M., ve McManus, F. (2000). Recurrent images and early memories in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 6, 601-610.

Hamarta, E., Baltacı, Ö., Üre, Ö., ve Demirbaş, E. (2010). Lise öğrencilerinin utangaçlıklarının algılanan anne baba tutumları ve problem çözme yaklaşımları açısından incelenmesi. *Aile ve Toplum Eğitim-Kültür ve Araştırma Dergisi*, Bülten. Nisan-Mayıs-Haziran, 73.

Heeren, A., Mogoşe, C., Philippot, P. ve McNally, R. J. (2015). Attention bias modification for social anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 40, 76-90.

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

Kaap-Deeder, J.V.D., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Loeys, T., Mabbe, E. Ve Gargurevich, R. (2015). Autonomy-supportive parenting and autonomy-supportive sibling interactions: The role of mothers' and siblings' psychological need satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 4, 11, 1590-1604.

Kashdan, T. B. ve Herbert, J. D. (2001). Social anxiety disorder in childhood and adolescence: Current status and future directions. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 4, 1, 37-61.

Kasser, T., Koestner, R., ve Lekes, N. (2002). Early family experiences and adult values: A 26-Year prospective longitudinal Study. *Childhood and Values*, 28, 6, 826-835.

Kaya, A., Bozaslan, H., ve Genç, G. (2012). Üniversite öğrencilerinin anne-baba tutumlarının problem çözme becerilerine, sosyal kaygı düzeylerine ve akademik başarılarına etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 208-225.

Kessler, R. C., Davis, C. G., ve Kendler, K. S. (1997). Childhood adversity and adult psychiatric disorder in the US National Comorbidity Survey. *Psychological Medicine*, 27, 5, 1101-1119.

Kesici, Ş. (2008). Yeni psikolojik ihtiyaç değerlendirme ölçeğinin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması doğrulayıcı faktör analizi sonuçları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 493-500.

Kesici, Ş., Üre, Ö., Bozgeyikli, H., ve Sünbül, A. M. (2003). Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlilik ve Güvenilirliği. *VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı*, Malatya: İnönü Üniversitesi.

Kessler, R. C., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshelman, S., et al. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States. *Archives of General Psychiatry*, 51, 8-19.

Kındap, Y., Sayıl, M., ve Kumru, A. (2008). Anneden Algılanan Kontrolün Niteliği ile Ergenin Psikososyal Uyumu ve Arkadaşlıkları Arasındaki İlişkiler: Benlik Değerinin Aracı Rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23, 61, 92-107.

Knappe, S., Beesdo-Baum, K., Fehm, L., Lieb, R., ve Wittchen, H. U. (2012). Characterizing the association between parenting and adolescent social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 26, 608-616.

Kocayörük, E. (2012). Öz-belirleme kuramı açısından ergenlerin anne baba algısı ile duyuşsal iyi oluşları arasındaki ilişki. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4, 37, 24-37.

Kocayörük, E., Altıntaş, E., ve İçbay, M. A. (2015). The perceived parental support, autonomous-self and well-being of adolescents: A cluster-Analysis Approach. *Journal of Child and Family Studies*, 24, 1819-1828.

Kurt, D., Sayıl, M., ve Kındap-Tepe, Y. (2013). Ana babanın psikolojik kontrolü ile gencin yalnızlığı arasındaki ilişkide kişilerarası güven inancı ve bağlanmanın rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 28, 71, 105-116.

Leahy, R. L., ve Holland, S. J. (2000). Depresyon ve Anksiyete Bozukluklarında Tedavi Planları ve Girişimleri. Ankara: HYB Basım Yayın.

Mick, M.,& Telch, M. (1998). Social anxiety and history of behavioral inhibitions in young adults. *Journal of Anxiety Disorders*, 12, 1-20.

Miers, A. C., Blöte, A. W., Westenberg, P. M. (2010). Peer perceptions of social skills in socially anxious and nonanxious adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 38, 1, 33-41.

Milyavskaya, M., Mageau, G. A., Koestner, R., Gagnon, H., Fang, J., ve Boiche, J. (2009). Balance across contexts: Importance of balanced need satisfaction across various life domains. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35, 8, 1031-1045.

Mulkens, S., ve Bögels, S. M. (1999). Learning history in fear of blushing. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 1159-1167.

Musaağaoğlu, C., ve Güre, A. (2005). Ergenlerde davranışsal özerklik ile algılanan ana-baba tutumları arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 20, 55, 79-94.

Niemiec, C. P., Lynch, M. F., Vansteenkiste, M., Bernstein, J., Deci, E.L., ve Ryan, R. M. (2006). The antecedents and consequences of autonomous self-regulation for college: A self-determination theory perspective on socialization. *Journal of Adolescence*, 29, 761-775.

Nolen-Hoeksema, S. (2011). *Abnormal Psychology*. New York: McGraw-Hill International Edition.

Noom, M. J., Dekovic, M., ve Meeus, W. (2001). Conceptual Analysis and Measurement of Adolescent Autonomy. *Journal of Youth and Adolescence*, 30, 5, 577-595.

Okman-Fişek, G. (2014). ‘‘Baba İşlevleri, Babalık Halleri: Araştırmaların Düşündürdükleri’’, *Baba İşlevi*. M. I. Ertüzün (drl.) 2. Baskı. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

Otto, M. W., Pollack, M. H., Maki, K. M, Gould, R .A., Worthington, J .J., Smoller, J. W., ve Rosenbaum, J. F. (2001). Childhood History of Anxiety Disorders Among Adults with Social Phobia: Rates, Correlates, and Comparisons with Patients with Panic Disorder. *Depression and Anxiety*, 14, 209-213.

Öhman, A. ve Mineka, S. (2001). Fears, phobias, and preparedness: Toward an evolved module of fear and fear learning. *Psychological Review*, 108, 483-522.

Özdal, F., ve Aral, N. (2005). Baba yoksunu olan ve anne-babası ile yaşayan çocukların kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi*, 6, 2, 255-267.

Öztürk, O., ve Uluşahin, A. (2014). *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları I*. 12. Baskı. Ankara: BAYT Ltd. Şti.

Özyürek, A. (2015). Okul öncesi çocukların sosyal beceri düzeyleri ile anne tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Milli Eğitim*, 206, 106-120.

Rana, S. A., Akhtar, S., ve Tahir, M. A. (2013). Parenting styles and social anxiety among adolescents. *New Horizons*, 7, 2, 21-34.

Rapee, R. M., ve Spence, S. H. (2004). The etiology of social phobia: Empirical evidence and an initial model. *Clinical Psychology Review*, 24, 737-767.

Rapee, R. M., ve Lim, L. (1992). Discrepancy between self- and observer ratings of performance in social phobics. *Journal of Abnormal Psychology*, 101, 4, 728-731.

Ray-Crozier, W. ve Alden, L. E. (2001). *International Handbook of Social Anxiety: Concepts, Research and Interventions Relating to the Self and Shyness*. John Wiley & Sons Ltd.

Reis, H. T., Sheldon, K. M., Gable, S.L., Roscoe J., ve Ryan, R.M. (2000). Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26, 419-435.

Rowe, D. C., Stever, C., Gard, J. M. C., Cleveland, H. H., Sander, M. L., Abramowitz, A., et al. (1998). The relation of the dopamine transporter gene (DAT1) to symptoms of internalizing disorders in children. *Behavior Genetics*, 28, 215-225.

Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63, 3, 397-427.

Ryan, R. M. ve Deci, E.L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry*, 11, 4, 319-338.

Ryan, R. M., ve Lynch, J. H. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60, 340-356.

Sargın, N. (2015). *Çocuklarda Ruh Sağlığı*. 3.Baskı. Konya: Eğitim Yayınevi.

Sarı, Y., Yenigün, Ö., Altıncı, E.E., ve Öztürk, A. (2011) Temel psikolojik ihtiyaçların tatmininin genel öz yeterlilik ve sürekli kaygı üzerine etkisi(Sakarya Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Örneği). *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11, 4, 149-156.

Saygılı, S., ve Çankırılı, A. (2014). Baba Olma Sanatı çocuk eğitiminde babanın rolü. 4. Baskı. İstanbul: Zafer Yayınları.

Sevim, S. A. (2014). Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği Ergen ve Ana Baba Sürümlerinin Uyarlanması. *Düşünen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 27, 4, 291-300.

Schlenker, B. R. ve Leary, M. R. (1982). Social Anxiety And Self Presentation: A Conceptualization and Model. *Psychological Bulletin*, 92, 3, 641-669.

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

Sheldon, K. M., ve Kasser, T. (2001). Goals, congruence, and positive well-being: New empirical support for humanistic theories. *Journal of Humanistic Psychology*, 41, 1, 30-50.

Silk J. S., Morris A.S., Kanaya T., ve Steinberg L. (2003). Psychological control and autonomy granting: Opposite ends of a continuum or distinct constructs?. *Journal of Research on Adolescence* 13, 1, 113-128.

Smits, I., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Luyckx, K., ve Goossens, L. (2010). Why do adolescents gather information or stick to parental norms? Examining autonomous and controlled motives behind adolescents' identity style. *Journal of Youth Adolescence*, 39, 1343-1356.

Soykan, C., Ozguven, H. D., ve Gencoz, T. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: the Turkish version. *Psychological Reports*, 93, 3, 2, 1059-69.

Sümer, N., Gündoğdu-Aktürk, E., ve Helvacı, E. (2010). Anne-baba tutum ve davranışlarının psikolojik etkileri: Türkiye'de yapılan çalışmalara toplu bakış. *Türk Psikoloji Yazıları*, 13, 25, 42-59.

Spence, S.H., Donovan, C., ve Brechman-Toussaint, M. (1999). Social skills, social outcomes, and cognitive features of childhood social phobia. *Journal of abnormal Psychology*, 108, 2, 211-21.

Spence, S. H., ve Rapee, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence-based model. *Behaviour Research and Therapy*, xxx, 1-18.

Spokas, M., ve Heimberg, R. G. (2009). Overprotective parenting, social anxiety, and external locus of control: Cross-sectional and longitudinal relationships. *Cognitive Therapy and Research*, 33, 543-551.

Steinberg, L. (1985). Ergenlik. Çok, F. (Çeviri Ed.) 3. Baskı. Ankara: İmge Kitapevi Yayınları.

Stern, D. N., Bruschweiler-Stern, N., ve Freeland, A. (2016). *Bir Annenin Doğuşu Annelik Deneyimi Sizi Sonsuza Denk Nasıl Değiştirir*. M. Aydoğdu (çev.) 2. Baskı. İstanbul: İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.

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

Tiihonen, J., Kuikka, J., Bergstrom, K., Lepola, U., Koponen, H., ve Leinonen, E. (1997). Dopamine reuptake site densities in patients with social phobia. *American Journal of Psychiatry*, 154, 239-242.

Tuschen-Caffier, B., Külh, S., ve Bender, C. (2011). Cognitive-evaluative features of childhood social anxiety in a performance task. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 42, 233-239.

Türkçapar, M.H. (1999). Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı. *Klinik Psikiyatri*, 2, 247-253.

Velting, O.N., ve Albano, A.M. (20001). Current Trends in the Understanding and Treatment of Social Phobia in Youth. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 42, 1, 127-140.

Yavuzer, H. (1989). Ana-Baba ve Çocuk. 26. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2011). Ana-Baba Okulu. 19. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yavuzer, H. (2010). Anne Olmak. 6. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yiğit, R. (2012). Konya ilinde öğrenim gören yabancı uyruklu üniversite öğrencilerinin temel psikolojik ihtiyaçlarının bir kısım değişkenler bakımından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 27.

Yousaf, S. (2014). Personality factors and perceived parental authority as predictors of social anxiety in girls. *Journal of Education and Practice*, 5, 37.

Yüksel, G. (2002). Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerini Etkileyen Faktörler. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22, 3, 37-57.

Zhou, M. (2016). The roles of social anxiety, autonomy, and learning orientation in second language learning: A structural equation modeling analysis. *System*, 63, 89-100.



EKLER

Ek 1. Bilgilendirilmiş Onam Formu

Değerli katılımcı,

Bu çalışma İstanbul Arel Üniversitesi Klinik Psikoloji yüksek lisans programına bağlı olarak, Doç.Dr.Ömer Faruk ŞİMŞEK danışmanlığı altında Klinik Psikoloji öğrencisi Sabriye Ece HÜRÇAN tarafından yürütülmekte olup, sosyal yaşantı, ebeveynler ile olan ilişkiler ve aynı zamanda temel psikolojik ihtiyaçlara yönelik bazı sorular bulundurmaktadır. Ayrıca yaş, cinsiyet ve ebeveynlerle ilgili bazı demografik özellikler içeren sorular bulunacaktır. Herhangi bir süre kısıtlaması bulunmamakla beraber soruların cevaplanması yaklaşık 15 dakika sürmektedir.

Bu araştırmaya katılmak gönüllülük esasına dayanmaktadır. Bu nedenle katılım sırasında herhangi bir nedenle kendinizi rahatsız hissettiğinizde çalışmadan ayrılabilirsiniz. Cevaplarınız tamamen gizli tutulacaktır ve sizden elde edilen tüm bilgilerin imha edilmesini talep edebilirsiniz. Verdiğiniz bilgiler araştırma amacıyla bireysel olarak değerlendirilmeden toplu bir halde değerlendirilmeye alınacaktır. Araştırma hakkında daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız Klinik Psikoloji öğrencisi Sabriye Ece HÜRÇAN (ece.hurcan@gmail.com) ile iletişime geçebilirsiniz.

Katılımınız ve yardımlarınız için teşekkürler

Katılmayı kabul ediyorum.[]

Katılmayı kabul etmiyorum.[]

EK 2. Kişisel Bilgi Formu

CİNSİYET:	Kadın () Erkek ()		
YAŞINIZ:			
ANNE YAŞ:		BABA YAŞ:	
ANNENİN EĞİTİM DURUMU:	İlkokul () Lise () Üniversite () Yüksek Lisans () Diğer ()..... (Belirtiniz)		
BABANIN EĞİTİM DURUMU:	İlkokul () Lise () Üniversite () Yüksek Lisans () Diğer ()..... (Belirtiniz)		
ANNE ÇALIŞMA DURUMU:	Çalışıyor () Çalışmıyor ()	BABA ÇALIŞMA DURUMU:	Çalışıyor () Çalışmıyor ()

Aşağıda kendinize ilişkin bir dizi ölçek bulunmaktadır. Bu ölçeklerdeki ifadelerin doğru ya da yanlış yanıtının olması söz konusudeğildir. Bu araştırma açısından önemli olan, her bir ifadenin sizin gerçekten düşündüklerinizi ya da hissettiklerinizi ne derecedeyansıttığıdır. **İÇTEN YANIT VERMEMENİZ TÜM ARAŞTIRMA SONUÇLARINI OLUMSUZ ETKİLEYECEK VE CİDDİ ANLAMDA EMEK KAYBINA YOL AÇACAKTIR.** Lütfen her bir ifadeyi dikkatle okuduktan sonra bu ifadelerin sizin kendinizeilişkin algılarınızı ne kadar yansıttığını belirtiniz.

Ek 3. Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Bana Hiç Uygun Değil	Bana Çok Az Uygun	Bana Uygun	Bana Oldukça Uygun	Bana Tamamen Uygun
Aşağıdaki her bir ifadenin sizi ne ölçüde tanımladığını aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak değerlendiriniz.					
1. Kendi hayatımı nasıl yaşayacağıma karar vermede kendimi özgür hissedirim.					
2. Etkileşim içerisine girdiğim insanları gerçekten severim.					
3. Sıklıkla kendimi çok yeterli <u>hissetmem</u> .					
4. Yaşamımda kendimi baskı altında hissediyorum.					
5. Beni tanıyan insanlar yaptığım şeyleri iyi yaptığımı söylerler.					
6. İletişim içerisine girdiğim insanlarla iyi anlaşırım.					
7. Fazlasıyla kendi kabuğuma çekilirim ve fazla sosyal etkileşime <u>girmem</u> .					
8. Düşünce ve görüşlerimi ifade etmede kendimi genel olarak özgür hissedirim.					
9. Bugünlerde, ilgimi çeken yeni şeyleri öğrenebiliyorum.					
10. Düzenli olarak etkileşim içinde olduğum insanları arkadaşım olarak kabul ederim.					
11. Günlük yaşamımda sıklıkla bana söylenen şeyleri yapmak zorunda hissedirim.					
12. Yaşamımdaki insanlar bana özen gösterirler.					
13. Çoğu zaman yaptığım şeylerden kaynaklanan bir başarı hissi yaşarım.					
14. Etkileşim içerisinde olduğum insanlar duygularımı dikkate alırlar.					
15. Ne kadar yetenekli olduğumu göstermek için yaşamımda çok fazla şansım <u>olmuyor</u> .					
16. Yakın olduğum çok fazla insan yok.					
17. Gündelik olaylarda kendim gibi davrandığımı hissedirim.					
18. Düzenli olarak etkileşim içinde olduğum insanlar benden çok hoşlanıyor gibi <u>görünmüyor</u> .					
19. Sıklıkla kendimi yetersiz hissediyorum.					
20. Gündelik yaşamımda, bir şeyleri nasıl yapmam konusunda kendi adıma karar vermek için çok şansım olmuyor.					
21. İnsanlar genelde bana karşı cana yakın davranırlar.					

Ek 4. Leuven Algılanan Ana Babalık Ölçeği

Aşağıda BABANIZIN size yönelik bazı davranışları yer almaktadır. Her maddeyi okuyunuz ve BABANIZA uygunluğu açısından derecelendirmelerdensize uygun olanı işaretleyiniz.	Hiç doğru değil	Genellikle doğru değil	Biraz doğru	Genellikle doğru	Her zaman doğru
1. Onunla endişelerim hakkında konuştuktan sonra kendimi daha iyi hissedirim.					
2. Bana sık sık gülümser.					
3. İstedğim akşam dışarı çıkmama izin verir.					
4. Keyifsiz olduğumda beni neşelendirir.					
5. Hoşlandığım her şeyi yapmama izin verir.					
6. Moralim bozuk olduğunda kendimi daha iyi hissetmemi sağlayabilir.					
7. Beni ilgilendiren konularda kendi kararlarımı vermeme izin verir.					
8. Onu incitirsem, tekrar gönlünü alıncaya kadar benimle konuşmaz.					
9. Bana istediğim kadar özgürlük tanır.					
10. Benimle ilgilenir ve bana özen gösterir.					
11. Bana sık sık kendi hayatımı kendimin düşünmesi gerektiğini söyler.					
12. Hoşuna gitmeyen bir şey yaptığımda, birlikte bir şeyler yapmamıza izin vermez.					
13. Bana duyduğu sevgiyi göstermenin doğru olduğuna inanır.					
14. Ona sormadan dilediğim her yere gitmeme izin verir.					
15. Hoşlanmadığı bir şey yaparsam bana soğuk ve ters davranır.					
16. İstedğim şeyler için kendi planlarımı yapmama izin verir.					
17. Benimle bir şeyler yapmaktan zevk alır.					
18. Onu hayal kırıklığına uğrattığımda, benimle yüz yüze gelmekten kaçınır.					
19. Beni kendisinden bağımsız davranmaya cesaretlendirir.					

Aşağıda ANNENİZİN size yönelik bazı davranışları yer almaktadır. Her maddeyi okuyunuz ve ANNENİZE uygunluğu açısından derecelendirmelerden size uygun olanı işaretleyiniz.		Hiç doğru değil	Genellikle doğru değil	Biraz doğru	Genellikle doğru	Her zaman doğru
1.	Onunla endişelerim hakkında konuştuktan sonra kendimi daha iyi hissederim.					
2.	Bana sık sık gülümser.					
3.	İstediğim akşam dışarı çıkmama izin verir.					
4.	Kendi yolumu çizmeme yardımcı olur.					
5.	Keyifsiz olduğumda beni neşelendirir.					
6.	Hoşlandığım her şeyi yapmama izin verir.					
7.	Moralim bozuk olduğunda kendimi daha iyi hissetmemi sağlayabilir.					
8.	Beni ilgilendiren konularda kendi kararlarımı vermeme izin verir.					
9.	Onu incitirsem, tekrar gönlünü almaya kadar benimle konuşmaz.					
10.	Bana istediğim kadar özgürlük tanır.					
11.	Benimle ilgilenir ve bana özen gösterir.					
12.	Bana sık sık kendi hayatımı kendimin düşünmesi gerektiğini söyler.					
13.	Hoşuna gitmeyen bir şey yaptığımda, birlikte bir şeyler yapmamıza izin vermez.					
14.	Bana duyduğu sevgiyi göstermenin doğru olduğuna inanır.					
15.	Ona sormadan dilediğim her yere gitmeme izin verir.					
16.	Bir şeyi onun gördüğü gibi görmezsem bana uzak davranır.					
17.	Hoşlanmadığı bir şey yaparsam bana soğuk ve ters davranır.					
18.	İstediğim şeyler için kendi planlarımı yapmama izin verir.					
19.	Benimle bir şeyler yapmaktan zevk alır.					
20.	Onu hayal kırıklığına uğrattığımda, benimle yüz yüze gelmekten kaçınır.					
21.	Beni kendisinden bağımsız davranmaya cesaretlendirir.					

Ek 5. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyun.			
Sol kolondaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre, 1 ile 4 arasında puan verin.			
Sağ kolonda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır. Bu defa bu durumlardan kaçınıyorsanız, kaçınmanın şiddetine göre yine 1 ile 4 arasında puan verin. Puanlamayı aşağıdaki tariflere göre yapın.			
Kaygı		Kaçınma	
1: Yok ya da çok hafif		1: Kaçınma yok ya da çok ender	
2: Hafif		2: Zaman zaman kaçınırım	
3: Orta derecede		3: Çoğunlukla kaçınırım	
4: Şiddetli		4: Her zaman kaçınırım	
Kaygı	Puan	Kaçınma	Puan
1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak		1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak	
2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak		2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak	
3. Dikkatleri üzerinde toplamak		3. Dikkatleri üzerinde toplamak	
4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak		4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak	
5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak		5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak	
6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek		6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek	
7. Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak		7. Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak	
8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek		8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek	
9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi		9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi	
10. Gözlendiği sırada çalışmak		10. Gözlendiği sırada çalışmak	
11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak		11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak	
12. Bir eğlenceye gitmek		12. Bir eğlenceye gitmek	
13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak		13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak	
14. Yetenek, beceri ya da bilginin sınanması		14. Yetenek, beceri ya da bilginin sınanması	
15. Gözlendiği sırada yazı yazmak		15. Gözlendiği sırada yazı yazmak	
16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak		16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak	
17. Umumi yerlerde yemek yemek		17. Umumi yerlerde yemek yemek	
18. Evde misafir ağırlamak		18. Evde misafir ağırlamak	
19. Küçük bir grup faaliyetine katılmak		19. Küçük bir grup faaliyetine katılmak	
20. Umumi yerlerde bir şeyler içmek		20. Umumi yerlerde bir şeyler içmek	
21. Umumi telefonları kullanmak		21. Umumi telefonları kullanmak	
22. Yabancılarla konuşmak		22. Yabancılarla konuşmak	
23. Satış elemanının yoğun baskısına karşı koymak		23. Satış elemanının yoğun baskısına karşı koymak	
24. Umumi tuvalette idrar yapmak		24. Umumi tuvalette idrar yapmak	

Katılımınız için teşekkür ederiz.

ÖZGEÇMİŞ

Adı: Sabriye Ece

Soyadı: HÜRCAN

Doğum Tarihi: 28. 09. 1992

E-mail: ece.hurcan@gmail.com

Eğitimi:

2015 – 2018 İstanbul Arel Üniversitesi, Klinik Psikoloji

2013 – 2014 Thomas More University, Uygulamalı Psikoloji

2010 – 2015 Bahçeşehir Üniversitesi, Psikoloji

Yabancı Dil: İngilizce

İş Deneyimleri:

İstanbul Üniversitesi ÇAPA Tıp Fakültesi Konsültasyon-Liyazon Psikiyatri Polikliniği (Stajyer)

Hümanite Psikiyatri Tıp Merkezi (Stajyer)

Balıklı Rum Hastanesi (Stajyer)

Ümmü Kumru Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

Sezgi Cem Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi (Stajyer)

Çarşı SRC Eğitim Merkezi

Çizer Psikolojik Danışmanlık Merkezi