

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ANNE BABA TUTUMU VE AİLE YAPISI İLE SOSYAL ANKSİYETE
DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞLERİN ARACI

HAZIRLAYAN
CANSU ŞAHİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANKARA – 2020

BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
KLİNİK PSİKOLOJİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

ANNE BABA TUTUMU VE AİLE YAPISI İLE SOSYAL ANKSİYETE
DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞLERİN ARACI

HAZIRLAYAN
CANSU ŞAHİN

YÜKSEK LİSANS TEZİ

TEZ DANIŞMANI
DR. ÖĞR. ÜYESİ ESRA GÜVEN

ANKARA – 2020



BAŞKENT ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
YÜKSEK LİSANS / DOKTORA TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Tarih: 27 / 07 / 2020

Öğrencinin Adı, Soyadı: Cansu Şahin

Öğrencinin Numarası: 21810188

Anabilim Dalı: Psikoloji Anabilim Dalı

Programı: Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı

Danışmanın Unvanı/Adı, Soyadı: Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

Tez Başlığı: Anne baba tutumu ve aile yapısı ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkide üstbilişlerin aracı rolü

Yukarıda başlığı belirtilen Yüksek Lisans/Doktora tez çalışmamın; Giriş, Ana Bölümler ve Sonuç Bölümünden oluşan, toplam 109 sayfalık kısmına ilişkin, 27 / 07 / 2020 tarihinde şahsım/tez danışmanım tarafından Turnitin adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı %16'dır.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Kaynakça hariç
2. Alıntılar hariç
3. Beş (5) kelimeden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

“Başkent Üniversitesi Enstitüleri Tez Çalışması Orijinallik Raporu Alınması ve Kullanılması Usul ve Esaslarını” inceledim ve bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranlarına tez çalışmamın herhangi bir intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

Öğrenci İmzası:

Onay
27/07/2020

Öğrenci Danışmanı Unvan, Ad, Soyad,
Dr. Öğr. Üyesi Esra Güven

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitimimin en başından beri desteğini ve ilgisini hissettiğim, tez yazım süreci boyunca her ihtiyaç duyduğumda önerilerini ve zamanını benimle paylaşan, beni yönlendiren tez danışmanım Dr. Öğretim Üyesi Esra GÜVEN'e, lisansüstü eğitimim boyunca ufkumu genişleten, destekleri ve öğrettikleri ile beni geliştiren değerli hocalarım Prof. Dr. Doğan KÖKDEMİR'e, Doç. Dr. Okan Cem ÇIRAKOĞLU'na, Dr. Öğr. Üyesi Elvin DOĞUTEPE'ye, Dr. Öğr. Üyesi Muazzez Merve AVCIOĞLU'na ve tez savunma sürecindeki destekleri için Prof. Dr. Emel ERDOĞAN BAKAR'a çok teşekkür ederim.

Her daim eğitimimi destekleyip, 'Ben eğitimin için her türlü imkânı sunarım.' diyerek kendimi geliştirmem için beni teşvik eden, önümü açan, maddi ve manevi desteği ile hep arkamda hissettiğim babam Erdal ŞAHİN'e, tüm hayatım boyunca benim kararlarıma saygı duyup, yanımda olan, sevgi ve özverisini hiçbir zaman esirgemeyen, kimi zaman birlikte ders bile çalıştığımız annem Sakine ŞAHİN'e çok teşekkür ederim. Ben bu çalışmada ailenin, anne ve baba tutumunun önemini vurgulamak, bireyin hayatı için ne kadar önemli olduğunu göstermek istemiştım. Aileme, sundukları huzurlu aile ortamı için gerçekten minnettarım.

Son olarak veri toplama sürecinde bana çok büyük desteği olan kuzenim Özcan ŞAHİN'e, koşulsuz güvenini hep hissettiğim arkadaşlarım Psk. Sanem KATİP, Gülşah ERDOĞAN ve Şebnem BASMACI'ya hep yanımda olduklarını hissettirdikleri için çok teşekkür ederim.

ÖZET

ŞAHİN, Cansu. Anne Baba Tutumu ve Aile Yapısı ile Sosyal Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkide Üstbilişlerin Aracı Rolü, Yüksek Lisans Tezi, 2020.

Bu çalışmanın amacı, algılanan anne baba tutumu ve aile yapısının bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri ile ilişkisinde olumsuz üstbilişlerin aracı rolünü sınamaktır. Araştırmanın örneklemini, çeşitli illerde ikamet eden 18-25 yaş arası, 222 kadın (% 66.7), 111 erkek (% 33.3) toplam 333 katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama amacıyla, Aile Yapısını Değerlendirme Aracı (AYDA), Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç), Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30), Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Önerilen model Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) aracılığıyla sınanmıştır. Analiz sonuçları incelendiğinde anne ve baba tutumunun aile yapısı aracılığıyla üstbilişler üzerinde ve aile yapısının da üstbilişler aracılığı ile sosyal anksiyete düzeyi üzerinde dolaylı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumunun artması, anne ve baba duygusal sıcaklık tutumunun azalması ve aile yapısında uyumun azalması; üstbilişlerin oluşturduğu bilişsel yapıyı zayıflatarak sosyal anksiyete düzeyini yordamaktadır. Bu model sosyal anksiyete düzeyi varyansının %30'unu açıklamaktadır. Bulgular alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Anne Baba Tutumu, Aile Yapısı, Sosyal Anksiyete Düzeyi, Üstbilişler

ABSTRACT

ŞAHİN, Cansu. The Mediating Role of Metacognition in the Relationship Between Parental Attitude, Family Structure and Social Anxiety Level, Postgraduate Thesis, 2020.

The aim of this study is to examine the relationship between the variables and whether there is a mediator effect of negative metacognitions in the relationship between perceived parental attitude, family structure and individuals' social anxiety levels. The sample of the study consisted of 333 individuals between the ages of 18-25; 222 females (67.7 %) and 111 males (33.3%) were included in the study. The Family Structure Evaluation Tool, Egna Minnen Barndoms Uppfostran /EMBU, Metacognitive Scale-30, Liebowitz Social Anxiety Scale and personal information form were used for data collection. Developmental models were evaluated with Structural Equation Model (SEM). In the study, it is seen that the mother and father attitude has an indirect predictive effect on metacognition through family structure and family structure has an indirect predictive effect on social anxiety level through metacognition. In other words, the increase in the excessive protection and rejection attitude perceived by the mother and father, the decrease in the emotional temperature attitude of the mother and father, and the decline of the harmony of family structure predicted the level of social anxiety by weakening the positive metacognitive beliefs. It is seen that the relationships predicted by the model explain 30 % of the variance of social anxiety level of the participants. The findings were discussed in the light of literature.

Key Words: Parenting Attitude, Family Structure, Social Anxiety Level, Metacognition

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT.....	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TABLolar DİZİNİ.....	vii
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	viii
1. BÖLÜM: GİRİŞ.....	1
1.1. Sosyal Anksiyete Bozukluğu.....	2
1.2. Sosyal Anksiyete Bozukluğunun Yaygınlığı.....	4
1.3. Sosyal Anksiyete Bozukluğu Belirtileri Deneyimleyen Bireylerin Demografik Özellikleri.....	4
1.4. Sosyal Anksiyete Bozukluğu ile Birlikte Görülen Psikolojik Sorunlar, Eş Tanı.....	5
1.5. Sosyal Anksiyete Bozukluğunun Etiyolojisine Yönelik Kuramsal Yaklaşımlar.....	6
1.5.1. Genetik Faktörler.....	7
1.5.2. Biyolojik Faktörler.....	8
1.5.3. Bilişsel Modeller.....	9
1.5.4. Sosyo-Gelişimsel Modeller.....	10
1.5.4.1. Travma, İstismar ve Olumsuz Yaşam Olayları.....	11
1.5.4.2. Akran İlişkileri.....	11
1.5.4.3. Ailesel Faktörler.....	13
1.6. Aile.....	15
1.6.1. Aile Yapısı.....	17
1.6.1.1. Genel Sistemler Yaklaşımı.....	17
1.6.1.2. Dönüşümsel Aile Modeli.....	21
1.6.2. Algılanan Ebeveyn Tutumları.....	23
1.6.2.1. Duygusal Sıcaklık.....	24
1.6.2.2. Aşırı Koruyuculuk.....	26
1.6.2.3. Reddedicilik.....	28
1.7. Aile, Anne Baba Tutumu ve Sosyal Anksiyete.....	31

1.8. Ailesel Faktörler ile Anne Baba Tutumunun Bilişler ve Üstbilişler ile İlişkisi.....	35
1.9. Üstbilişler.....	36
1.10. Üstbilişler ile İlgili Modeller.....	37
1.11. Üstbiliş, Anne Baba Tutumu ve Sosyal Anksiyete ile İlgili Çalışmalar.....	41
1.12. Tezin Amacı.....	45
1.13. Araştırma Sorusu ve Hipotezler.....	47
2. YÖNTEM.....	49
2.1. Örneklem.....	49
2.2. Veri Toplama Araçları.....	52
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	52
2.2.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği.....	52
2.2.3. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç).....	53
2.2.4. Aile Yapısını Değerlendirme Ölçeği (AYDA).....	54
2.2.5. Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30).....	55
2.3. İşlem.....	56
3. BULGULAR.....	57
3.1. Değişkenler Arası Korelasyonlar.....	57
3.2. Anne Baba Tutumunun Sosyal Anksiyete ile İlişkisinde Aile Yapısı ve Üstbilişlerin Aracı Rolünün İncelenmesine İlişkin Yapısal Eşitlik Modeli.....	64
4. TARTIŞMA.....	73
4.1. Aile Yapısı, Anne Baba Tutumları, Üstbilişler ve Sosyal Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	73
4.1.1. Aile Yapısı, Anne Baba Tutumları ve Sosyal Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	73
4.1.2. Sosyal Anksiyete Düzeyi ile Üstbiliş-30 Ölçeğinin, Düşünce Kontrolü, Kontrol Edilemezlik ve Tehlike ve Endişeye Dair Olumlu İnançlar Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	76
4.1.3. Anne Baba Tutumları ve Aile Yapısı ile Üstbiliş-30 Ölçeğinin, Düşünce Kontrolü, Kontrol Edilemezlik ve Tehlike ve Endişeye Dair Olumlu İnançlar Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	78
4.1.4. Anne Baba Tutumları ve Aile Yapısı Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi.....	80

4.2. Sosyal Anksiyete Bozukluğu ile Aile Yapısı ve Anne Baba Tutumları	
Arasındaki İlişkide Üstbilişlerin Aracı Rolünü Öneren Modelin İncelenmesi.....	81
4.3. Sonuçlar ve Araştırmanın Klinik Önemi.....	84
4.4. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler.....	86
KAYNAKÇA.....	89
EKLER	

EK 1: Onam Formu

EK 2: Demografik Bilgi Formu

EK 3: Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

EK 4: Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30)

EK 5: Aile Yapısını Değerlendirme Ölçeği (AYDA)

EK 6: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları - Çocuk Formu (KAET-Ç)

TABLÖLAR DİZİNİ

Sayfa

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler.....	50
Tablo 2. Ebeveyne ilişkin Demografik Bilgiler.....	51
Tablo 3. Değişkenlere Ait Alt Ölçek Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri.....	61
Tablo 4. Değişkenlere Ait Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	62
Tablo 5. AYDA Alt Ölçekleri ile Diğer Değişkenlere Ait Alt Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.....	63
Tablo 6. Önerilen Modelin Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İndeksi Değerleri.....	65
Tablo 7. 3 Hata İlişkilendirmeli Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Model Uyum İndeksleri.....	67
Tablo 8. Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Değerler.....	69
Tablo 9. Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Dolaylı Değişkenlerin Değerleri.....	70
Tablo 10. Yol Analizinde Yer Alan Gözlenen Değişkenlerin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	71

ŞEKİLLER DİZİNİ

	Sayfa
Şekil 1. Araştırma Modeli.....	47
Şekil 2. Algılanan Anne ve Baba Tutumu Aile Yapısı, Üstbiliş ve Sosyal Anksiyete Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Yapısal Eşitlik Modellemesi (3 Hata İlişkilendirmeli).....	66
Şekil 3. Algılanan Ebeveyn Duygusal Sıcaklık, Reddedicilik ve Aşırı Koruyuculuk Tutumları, Aile Yapısı, Üstbiliş ve Sosyal Anksiyete Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Yol Analizi.....	72

1. BÖLÜM: GİRİŞ

Sosyal anksiyete bozukluğu Ruhsal Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın son basımında (DSM-5) "Kaygı Bozuklukları" başlığı altında ele alınmış (APA, çev. 2014) ve belirtilerin şiddetine göre bireylerin bir spektrum üzerinde yer aldıkları belirtilmiştir. Sosyal anksiyete bozukluğu kişinin topluluk önünde performans göstermesi gereken durumlarda uygunsuz korku ve kaygı duyması, diğerleri tarafından eleştirilme ya da beğenilmeme ipuçlarına aşırı duyarlılık göstermesi ve bu ortamlarda kendisine ve verdiği tepkilere ilişkin değerlendirmelerinin (dışarıdan nasıl görüldüğünü düşünmesi) artması ile giden bir döngüdür. Bu döngü kişinin sosyal ortamlara girmekten kaçınması ile devam ettirilir.

Sosyal anksiyete bozukluğunun çeşitli çalışmalarda yaşam boyu yaygınlık oranı % 0.4 ile % 21.7 arasında değişmekte ve sık görülen bir bozukluk olduğu belirtilmektedir (Çakın Memik, Yıldız, Tural ve Ağaoğlu, 2010; Gültekin ve Dereboy, 2011; Kessler ve ark., 1994).

Alanyazın incelendiğinde sosyal anksiyete bozukluğunun toplumda görülme sıklığının yaygın olduğu ve bireyin eğitim hayatı ile mesleki hayatında işlevselliğini bozabileceği görülmektedir (Dilbaz, 1997; Gültekin ve Dereboy, 2011; Çakın Memik, Yıldız, Tural ve Ağaoğlu, 2010; Kessler ve ark., 1994). Bu bulgular göz önüne alındığında sosyal anksiyete bozukluğu psikopatolojisine ilişkin daha fazla bilgi elde edebilmek amacıyla bu çalışma yapılmıştır.

Sosyal anksiyete bozukluğunun etiyolojisine ilişkin açıklamalar incelendiğinde; genetik, biyolojik, sosyo-gelişimsel ve bilişsel modeller dikkati çekmektedir. Bu çalışma sosyal anksiyete bozukluğu ile birlikte sosyo-gelişimsel modellerden ailesel faktörleri ve bilişsel modellerden üstbilişsel modelleri incelemektedir.

Bu bölümde, çalışma kapsamında incelenecek olan sosyal anksiyete bozukluğu, aile yapısı, anne baba tutumu ve üstbilişler hakkında gerçekleştirilen alanyazın incelemesi sonucunda ulaşılan bilgilere yer verilecektir.

1.1. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUĞU

Sosyal anksiyete kişinin diğerleri tarafından değerlendirileceği ve yargılayacağından korkma, aşağılanacağı, utanç duyacağı ya da gülünç duruma düşecek biçimde davranacağına dair kaygılanma olarak tanımlanabilir. Korku duyulan ortamlara girmekten kaçınma, böyle ortamlarda aşırı düzeyde kendilerinin farkında olma ile birlikte çeşitli fiziksel belirtiler meydana gelir (Dilbaz, 1997).

Sosyal anksiyete bozukluğu ilk kez 1966'da Marks ve Gelder tarafından tanımlanmıştır. Ruhsal Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın üçüncü basımında (DSM-III) yer alan sosyal fobi, anksiyete bozuklukları başlığı altındaki fobik bozukluklar içerisinde yer almıştır ve topluluk önünde yapılan eylemlerdeki kaygı ve sosyal korkularla giden bir bozukluk olarak belirtilmiş, belirtilerin çekingen kişilik bozukluğundan kaynaklanmadığı ayrımı yapılmıştır (Liebowitz, Gorman, Fyer ve Klein, 1985).

Sosyal anksiyete bozukluğu DSM-III-R'de sosyal ortamlarda gerçeğe uygun olmayan korku duyma, kaçınma, utanç duyabileceği şekilde davranmaktan korkma olarak tanımlanmış ve bireylerin hangi ortamlardan kaygı duyabilecekleri örnekler ile genişletilmiştir. Sosyal fobinin genelleştirilmiş alt formunda ise çekingen kişilik bozukluğu ile eş tanısının ayrıca değerlendirilmesi gerektiği söylenmiştir (Bögels et al., 2010). DSM-IV'te (APA, 1994) sosyal fobi, anksiyete bozuklukları başlığı altında tanımlanmış ve bireyin belirgin anksiyete belirtileri göstermekten korkması (örneğin; kızardığının fark edilmesi) koşulu eklenmiştir. Ayrıca DSM-IV'te (APA, 1994) sosyal fobi başlığı altındaki genelleştirilmiş alt tip çoğu sosyal ortamda yaşanan kaygı olarak tanımlanmıştır. Ayrıca sosyal fobi başlığının yanına sosyal anksiyete bozukluğu başlığı da eklenmiştir (Hudson ve Rapee, 2000).

Ruhsal Hastalıkların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı'nın son basımında (DSM-5) sosyal fobi "Kaygı Bozuklukları" başlığı altında ele alınmış (APA, çev. 2014) ve geçmiş dönemlerde yapılan sınıflandırma kaldırılarak belirtilerin şiddetine göre bireylerin bir spektrum üzerinde yer aldıkları vurgulanmıştır. Sosyal fobinin DSM-V'e göre tanı kriterleri ise aşağıdaki gibidir:

"A. Kişinin, başkalarınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekler arasında toplumsal etkileşimler (örn. karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (örn. yemek yerken

ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (rn. bir konuşma yapma) vardır.

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

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

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

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

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

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

H. Korku, kaygı ya da kaçınma bir maddenin (rn. kötüye kullanılabilen bir madde, bir ilaç) ya da başka bir sağlık durumunun fizyoloji ile ilgili etkilerine bağlanamaz.

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

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

Belirleyici:

Yalnızca bir eylemi gerçekleştirme sırasında: Duyulan korku, toplum önünde konuşma ya da başka bir eylemi gerçekleştirme ile sınırlıysa.” (APA, 2013, s. 203-204).

Sosyal anksiyete bozukluğu, kişinin topluluk önünde performans göstermesi gereken durumlarda uygunsuz korku ve kaygı duyması, diğerleri tarafından eleştirilme ya da beğenilmeme ipuçlarına aşırı duyarlılık göstermesi ve bu ortamlarda kendisine ve verdiği tepkilere ilişkin değerlendirmelerinin (dışarıdan nasıl göründüğünü düşünmesi) artması ile giden bir döngüdür. Kişi diğer insanlar tarafından yargılanacağından korktuğu için sosyal ortamlara girmekten kaçınabilir. Bu belirtiler kişinin işlevselliğini, mesleki ve akademik yaşantısını etkileyebilir. Yapılan alışmalar sosyal anksiyetesi olan kişilerin

benlik saygılarının (örn. Dinçtürk, 2019) ve yaşam kalitelerini (örn. Gültekin ve Dereboy, 2011) düşük olduğunu göstermektedir.

1.2. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUĞUNUN YAYGINLIĞI

Türkiye'de 1999-2009 yıllarında yapılmış araştırmaları kapsayan bir gözden geçirme çalışmasında sosyal anksiyetenin yaşam boyu yaygınlık oranlarının %0.4 ile %13.7 arasında, bir yıllık yaygınlık oranlarının ise %1.3 ile %7.9 arasında değiştiği görülmüştür (Çakın Memik, Yıldız, Tural ve Ağaoğlu, 2010). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmaya göre sosyal anksiyetenin yaşam boyu yaygınlığı % 9.6, son bir yıllık yaygınlığı % 7.9 olarak bulunmuştur (İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu, 2000). 700 üniversite öğrencisi ile yapılan bir başka çalışmaya göre sosyal anksiyetenin bir yıllık yaygınlığı % 20.9, yaşam boyu yaygınlığı % 21.7 olarak bulunmuştur (Gültekin ve Dereboy, 2011).

ABD'de yapılan bir yaygınlık çalışmasına göre sosyal anksiyete % 13.3'lük yaşam boyu görülme sıklığı ile anksiyete bozuklukları arasında en yaygın görülenidir ayrıca majör depresif bozukluk ve alkol bağımlılığından sonra en yaygın görülen psikiyatrik bozukluk olduğu bulunmuştur (Kessler ve ark., 1994). Sosyal anksiyete ile yakından ilişkili olan topluluk önünde konuşma anksiyetesinin ise toplumda önemli ölçüde yaygınlık gösterdiği (%34) görülmektedir (Stein ve ark., 1996).

Epidemiyolojik çalışmalar incelendiğinde sosyal anksiyetenin yaygınlığına ilişkin gözlenen farklı bulgular kültürel farklılıkların olabileceğine ve sosyal anksiyetesi olan bireylerin çalışmalara katılma ya da tanı alma oranının düşük olabileceğine işaret edebilir. Bu nedenle yaygınlık oranları incelenirken bozukluğun doğasından kaynaklı faktörlerin göz önünde bulundurulması önemlidir.

1.3. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUĞU BELİRTİLERİ DENEYİMLEYEN BİREYLERİN DEMOGRAFİK ÖZELLİKLERİ

Cinsiyetler açısından incelendiğinde sosyal anksiyetenin kadınlarda erkeklere göre daha sık görüldüğü bulunmuştur (Çakın Memik, Yıldız, Tural ve Ağaoğlu, 2010; Gültekin ve Dereboy, 2011; İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu, 2000; Ohayon ve Schatzberg, 2010; Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz ve Weissman, 1992). Dilbaz'ın (1997) bulgularına göre ise sosyal anksiyete alan çalışmalarda kadınlarda daha sık görülürken, klinik

Çalışmalarda erkeklerde daha sık görülmektedir. Bu bulgular değerlendirilirken kültürel etkenlerin de göz önünde bulundurulması önemlidir.  inde yaşanılan toplumda kadınların pasif ve çekingen olması kabul görüyorsa bu durum kadınların rahatsızlık hissetmemeleri ve klinik başvuru yapmamalarına, aynı doğrultuda erkeklerin bu durumdan rahatsızlık hissedip klinik başvurularının artmasına yol açabilir. G z ve Dilbaz'ın çalışmasında (2003) erkeklerde sosyal anksiyetenin kadınlardan daha sık görüldüğü belirtilmiş, nedenleri arasında toplumumuzda çoğu kadının iş yaşamının olmaması ve sosyal alanlarının kısıtlı olması sayılmıştır.

Sosyal anksiyete belirtileri sosyoekonomik düzeyi düşük ve eğitim seviyesi açısından daha az eğitimli bireylerde daha sık görülmektedir (Gültekin ve Dereboy, 2011;  zgi ve ark., 2000; Schneier ve ark., 1992). Bu bulgu sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan bireylerin eğitim ve iş hayatında aktif rol  stlenememeleri ve döngüsel şekilde bunun da sosyoekonomik düzeylerinin ve eğitim seviyelerinin düşük kalması ile sonuçlanabilir. Sosyal anksiyetesi olmayan katılımcılarla karşılaştırıldığında, sosyal anksiyetesi olan katılımcıların daha genç yaşta olduğu görülmektedir ( zgi ve ark., 2000; Schneier ve ark., 1992). Alanyazın incelendiğinde sosyal anksiyetenin başlangıç yaşının 13-24 arasında değişmekte olduğu bulunmuştur (Dilbaz, 1997). Başka bir çalışmada yaygınlık oranlarının 18 yaşın altında %1.6, 18 yaş ve üstündeki bireylerde %0.4-%17 arasında değiştiği görülmektedir (akın Memik ve ark., 2010).

Yapılan çalışmalarda sosyal anksiyetenin evlilere kıyasla bekarlarda daha sık görüldüğüne ilişikin bulgular vardır (Schneier ve ark., 1992; Turan ve ark., 2000). Fakat bu bulgular yapılan diğer çalışmalarla tutarlı değildir (Furmark ve ark., 1999). Ailede psikiyatrik hastalık öyküsü bulunan grupta sosyal anksiyete yaygınlığı daha sıktır (Gültekin ve Dereboy, 2011;  zgi ve ark., 2000). Ayrıca şehirde, ilçede ve köyde yaşama sürelerine göre sosyal anksiyete düzeyini inceleyen çalışmalarda şehirde yaşayan bireylerin sosyal anksiyete düzeyinin daha düşük olduğu görülmüştür (Gültekin ve Dereboy, 2011;  zgi ve ark., 2000).

1.4. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUğU İLE BİRLİKTE GÖRÜLEN PSİKOLOJİK SORUNLAR, Eş TANI

Klinik alışmalar göz önüne alındığında sosyal anksiyetesi olan bireylerin mesleki işlevlerinde, akademik performanslarında ve sosyal ilişkilerinde işlev kaybı olduğu görülmüştür (Dilbaz, 1997). Aynı zamanda sosyal anksiyetesi olmayanlara göre olanlarda

yaşam kalitesi puanları anlamlı olarak düşük bulunurken ve özkıyım düşüncelerinin anlamlı olarak yüksek olduğu bulgular arasındadır (Gültekin ve Dereboy, 2011). Bu bulgular sosyal anksiyeteye eşlik eden diğer psikopatolojilerin de ayırt edilmesi gerekliliğini göstermektedir.

Depresyon, özgül fobi, panik bozukluğu, yaygın anksiyete bozukluğu, obsesif kompulsif bozukluk sosyal anksiyete ile birlikte görülebilecek bozukluklar olarak karşımıza çıkmaktadır (Ohayon ve Schatzberg, 2010; Schneier ve ark., 1992; Turan ve ark., 2000; Versiani ve ark., 1997). Schneier ve ark. (1992) depresyon ve diğer anksiyete bozukluklarını sosyal anksiyete ile birlikte görülen en yaygın iki bozukluk olarak bulmuşlardır. Turan ve arkadaşlarının (2000) yaptığı çalışmada ise hastaların % 42.1'inde ruhsal bir hastalıkla birlikte sosyal anksiyete tespit edilmiş, sosyal anksiyetenin birliktelik gösterdiği bozukluklar depresif bozukluk, psikotik bozukluk, OKB ve yaygın anksiyete bozukluğu olarak sıralanmıştır. Ayrıca aynı çalışmada hastaların % 24.7'sinde tek bir fobik durum bulunurken, %33.3'ünde iki, %42'sinde ise üç ve daha fazla fobik durum olduğu tespit edilmiştir.

181 sosyal anksiyete katılımcısı ile yapılan çalışmada kişilik bozuklukları ile eş tanıda en yüksek eş tanı çekingeni kişilik bozukluğu ile çıkmış onu bağımlı ve obsesif kompulsif kişilik bozukluğu izlemiştir. Agorofobili panik bozukluk, genel anksiyete bozukluğu, depresyon ve OKB ise sosyal anksiyete ile en yaygın eş tanı alan bozukluklar olarak bulunmuştur (Versiani ve diğer., 1997). Sosyal anksiyete bozukluğunun majör depresyon bozukluğuyla görülen eş tanısına ek olarak majör depresyon için yordayıcı olduğu, bipolar bozukluk hastalarında ise hastalık sürecini olumsuz etkilediği ve özkıyım riskini arttırdığı bulunmuştur (Binbay ve Koyuncu, 2012).

1.5. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUĞUNUN ETİYOLOJİSİNE YÖNELİK KURAMSAL YAKLAŞIMLAR

Sosyal anksiyete bozukluğunun etiyojisine ilişkin kuramsal yaklaşımlar incelendiğinde; genetik faktörler, biyolojik faktörler, bilişsel modeller ve sosyo-gelişimsel modeller ön plana çıkmaktadır.

1.5.1. Genetik Faktörler

İkiz ve evlat edinme çalışmaları ile sosyal anksiyete bozukluğunda genetik ve çevresel faktörlerin etkisini inceleyen araştırmalar yapılmıştır. Bu araştırmalarda sosyal anksiyete düzeyi üzerinde etkisi olan genetik ve çevresel faktörler ayırt edilmeye çalışılmıştır. Scaini, Belotti ve Ogliari (2014) tarafından yapılan ikiz çalışmalarının meta-analiz çalışmasına göre SAB belirtileri için tahmini kalıtım oranlarının araştırmalarda .13 ile .60 olduğu, paylaşılmayan çevresel koşulların göz önünde bulundurulduğu koşullarda ise .31 ile .78 arasında değiştiği ifade edilmiştir. Aynı çalışmanın bulgularına göre genetik ve paylaşılmayan çevresel faktörler sosyal anksiyete bozukluğu ve sosyal anksiyete belirtilerinin büyük bir kısmını açıklamaktadır. Paylaşılan çevresel faktörler ise sosyal anksiyete için daha az önemli görülmektedir.

Sosyal anksiyete bozulduğunda genetik faktörleri inceleyen çalışmalar ikiz çalışmaları ile ailesel ve çevresel faktörlerin etkisini göstermeyi amaçlamaktadır. Bunun için tek yumurta ve çift yumurta ikizlerini birlikte değerlendiren çalışmalar yapılmaktadır. 7 yaşındaki 174 tek yumurta ikizi ve 152 çift yumurta ikizi ile yapılan araştırmada tek yumurta ikizlerinin psikolojik ve sosyal anksiyete belirtilerinin çift yumurta ikizlerinden anlamlı olarak daha yüksek ilişkili olduğu bulunmuştur ve genetik faktörlerin çocukların anksiyete belirtileri üzerinde anlamlı olarak aracı etkisi olduğu görülmüştür.

Araştırmacılar, çocukların ailelerinden genetik olarak getirdikleri bu özelliklerin çevresel koşullar uygun olduğunda daha çok mizaca dayalı yönlerle(davranışsal ketlenme) ortaya koyduklarını belirtmiştir. Ayrıca sosyal kaygı ve anksiyetenin fizyolojik belirtilerinin de genetik faktörler ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir (Warren, Schmitz ve Emde, 1999). Ebeveynlerinde sosyal anksiyete tanısı olan çocukların psikiyatrik bozukluk (özellikle anksiyete bozukluğu) geliştirme açısından daha yüksek risk altında olduğu bulunmuştur (Mancini ve ark., 1995). Fakat bu çalışmada genetik ve çevresel faktörlerin etkisi ayırt edilememiştir. Genetik faktörler, ebeveynlerin tutumu ve diğer çevresel faktörler ile etkileşim içindir ve bu nedenle genetik faktörlerin etkisini değerlendirebilmek için ikiz çalışmaları önemli görünmektedir.

Genetik faktörlerin yetişkinlere göre çocuklarda sosyal anksiyete bozukluğu üzerinde etkisinin daha düşük olduğu görülmüştür (Scaini ve ark., 2014). Bu bulgu yetişkinlerin çocuklara kıyasla daha fazla çevresel etkenlere maruz kalmaları ile açıklanabileceği gibi yöntemsel farklılıklar ile de açıklanabilir. Fakat yetişkinlik

döneminde paylaşılmayan çevresel faktörlerin etkisinin arttığı, genetik faktörlerin etkisinin ise azaldığı bulunmuştur (Spence ve Rapee, 2016).

Ailede sosyal anksiyeteli olarak etiketlenmiş ilk vakaların (proband) birinci derece akrabalarında sosyal anksiyeteye özgü belirtiler ve genel kaygı ile ilişkilendirilen özelliklerinde yükselmeler olduğunu bulan çalışmalara da rastlanmaktadır (Fyer, Mannuzza, Chapman, Liebowitz ve Klein, 1993; Lieb, Wittchen, Höfler, Fuetsch Stein ve Merikangas, 2000; Mancini ve ark., 1995; Stein, Chartier, Lizak ve Jang, 2001). Tüm bu bulgular genetik faktörlerin sosyal anksiyete bozukluğu ile ilişkili olduğunu, sosyal anksiyetesi olan bireylerin yakınlarında da bu bozukluğun görülme riskinin arttığını göstermiştir.

1.5.2. Biyolojik Faktörler

Sosyal anksiyete bozukluğunun etiyolojisini araştıran çalışmalarda beyindeki yapıların değişimlerine, nörotransmitter ve nöral yollara ve beyindeki fizyolojik süreçlere odaklanan çalışmalar bulunmaktadır. Fox ve Kalin (2014) amigdala ve prefrontal korteks aktivitesinin sosyal tehdit durumlarındaki aktivasyonunu inceleyen çalışmalara dikkat çekmiştir. Caoutte ve Guyer'in (2014) yaptığı çalışmada sosyal tehdit durumunda amigdala aktivitesinde artış görüldüğü bulunmuştur.

Beyindeki nörotransmitter düzeyinin sosyal anksiyetesi olan bireylerde olmayanlara göre farklılaştığı görülmüştür. Sağlıklı kontrol grubu ile sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin beyin görüntüleme bulgularına göre ise, sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin bütün beyindeki glutamat ve glutemin düzeylerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca sosyal anksiyete bozukluğu olanlarda talamusta glutamin düzeyi yüksek, GABA düzeyi ise düşük bulunmuştur (Pollack, Jensen, Simon, Kaufman ve Renshaw, 2008).

Beyindeki yapısal değişiklikler açısından incelendiğinde sosyal anksiyete bozukluğuna sahip bireylerde, kontrol grubuna göre sol inferior temporal korteksin kalınlığının belirgin şekilde artmış olduğu ve belirtilerinin ciddiyeti ile sağ rostral anterior singulat korteksin kalınlığı arasındaki ilişkinin negatif olduğu bulunmuştur (Frick ve ark., 2013). Fakat bu bulgular dikkatli şekilde yorumlanmalıdır. Beyindeki bu fizyolojik değişikliklerin sosyal anksiyeteye yol açtığı ya da sosyal anksiyetenin beyinde değişikliklere yol açtığı şeklindeki neden sonuç ilişkisine dayalı bir çıkarımda bulunulmamalıdır.

1.5.3. Bilişsel Modeller

Alanyazın incelendiğinde sosyal anksiyete bozukluğunu inceleyen modellerin bilişsel süreçlere odaklandığı görülmüştür (Clark ve Wells, 1995; Heimberg, Brozovitch ve Rapee, 2010; Hoffman, 2007; Rapee ve Heimberg 1997; Rheingold, Herbert ve Franklin, 2003). Sosyal anksiyetesi olan kişilerin çevredeki uyaranlara ve kendisine ilişkin bilgi işleme süreçlerinde bozulmalar ve bilişsel çarpıtmalarının olduğu, bu düşünme tarzının da sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Clark ve Wells (1995), sosyal anksiyetesi olan bireyin tehlike algıladığı ortama girdiğinde dikkat odağının kendisine yöneldiğini, kendine ilişkin farkındalığının arttığını ve diğerleri tarafından ise olumsuz değerlendirileceğine, eleştirileceğine dair düşünceleri olduğunu söylemiştir. Bu farkındalık korkulan anksiyete tepkisini üretir ve genişletir. Birey diğerlerinin de dikkat odağında kendisi olduğunu düşündüğü için kaygılanmayı sürdürür ve bu durum döngüsel şekilde devam eder. Aynı şekilde tehlike algıladığı ortamdan kaçma ya da güvenlik davranışlarının da bu olumsuz düşünceleri sürdürdüğü ve döngüyü devam ettirdiği söylenmiştir. Birey olumsuz tepkilere ve eleştirilere odaklandığı için çevreden gelen olumlu tepkileri fark edemez böylece kendi performansına ilişkin olumsuz düşünceleri devam eder. Bu modelde bireyin dikkati kendisi ve içsel tepkilerindedir.

Rapee ve Heimberg (1997) bireyin sosyal ortamda diğerlerinin kendisini ve davranışlarını nasıl gördüğünün bir zihinsel temsilini oluşturduğunu ve aynı zamanda hem kendi içsel temsiline hem de sosyal ortamdan gelecek tehlikeye (negatif değerlendirme) dikkatini yönelttiğini belirtmektedir. Bu zihinsel temsillerin kaynağının uzun süreli bellek, içsel ve dışsal ipuçları olduğunu belirtmişlerdir. Bireyin dikkat odağı kendisinde ve dışarıdan gelecek olan potansiyel tehlikeyedir ve birey, izleyicinin performansa ilişkin belirlediği standardını düşünüp, kendi performansını genellikle daha negatif olarak değerlendirir. Modele göre öngörülen olumsuz değerlendirme fizyolojik, bilişsel ve davranışsal bileşenlere sahip olan kaygıyı ortaya çıkarır ve döngüyü yeniler. Bu modelde dikkat hem bireyin kendisinde hem de dışsal faktörlerdedir. Rapee ve Heimberg' in (1997) modeli, sonrasında yapılan yeni araştırmalar dikkate alınarak güncellenmiştir (Heimberg, Brozovitch ve Rapee, 2010). Yeni modelde sosyal anksiyete bozukluğuna sahip bireylerin yalnızca negatif değerlendirmeden değil pozitif değerlendirmeden de korktuklarına ilişkin bir modelleme eklenmiştir. Pozitif değerlendirmenin, gelecekteki negatif değerlendirmeyi yordayabileceğini ve kişiyi mevcut statüsünü korumaya zorlayacağını belirtmiş ve bunun sosyal anksiyete ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bu modelde zihinsel imajların

önemi ve bireyin performansı sonrası çarpıtılmış değerlendirmesinin etkisi de vurgulanmıştır.

Rheingold, Herbert ve Franklin (2003) sosyal anksiyete bozukluğuna sahip ergenlerin, kontrol grubuna göre depresif belirtiler kontrol edildiğinde bile negatif sosyal olayların yaşanma ihtimalini ve olayın sonucuna ilişkin bedeli abarttığını bulmuştur. Yani bireyin kendi performansına ilişkin değerlendirmesi daha performansı gerçekleştirmeden olumsuz olarak değerlendirilmiş, gelebilecek olan olumlu değerlendirmeler performansa başlamadan göz ardı edilmiştir. Bu bakış açısı, bireyin geleceğe ilişkin düşünce ve beklentilerinin de çarpıtılmış olduğunu göstermektedir.

Hoffman'ın (2007) modeline göre ise sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin gerçekçi olmayan sosyal standartları ve ulaşılabilir sosyal hedefler koymada zorlukları vardır. Sosyal olarak tehdit algıladıkları ortamda dikkatlerini kendileri ve olumsuz yönleri üzerine yöneltirler. Bu nedenle de sosyal durumun olumsuz sonuçlarını abartır, kaygıları üzerinde ise çok az kontrolleri olduğuna inanır ve sosyal becerilerini durumla başa çıkmak için yetersiz görürler. Ayrıca diğer modellerde olduğu gibi bu modelde de bireyin kaçınma ve güvenlik davranışları sergilemesinin gelecekte daha fazla sosyal anksiyeteye yol açarak döngüyü tekrarladığı vurgulanmıştır.

Daha geniş bir perspektifte sosyal anksiyetenin nedenlerini araştıran bir çalışmada kişisel yatkınlıklar, bilişler, aile tutumları, sosyal beceriler ile kültürel ve toplumsal özelliklerin etkisi görülmüştür. Özellikle aile içindeki erken sosyalleşme süreçlerinin önemi vurgulanmıştır (Ingles, Hidalgo ve Mendez, 2005). Özetle, SAB belirtilerinin ortaya çıkmasında gen aktarımının, beyindeki bazı fizyolojik faktörlerin, aşırı kontrolcü, reddedici, kaygılı ebeveyn tutumlarının, bireyin yaşadığı ihmal ve istismar yaşantılarının, akran ilişkilerindeki reddedilmenin, zorbalığın ve bireyin düşünme tarzındaki çarpıtmaların etkili olduğu, tek bir açıklamadansa, çeşitli faktörlerin bir araya gelerek sosyal anksiyete bozukluğuna yol açabileceği söylenebilir.

1.5.4. Sosyo-Gelişimsel Modeller

Sosyal anksiyete bozukluğunun etiolojisine ilişkin açıklamalardan biri olan sosyo-gelişimsel modellerin içinde; travma, istismar ve olumsuz yaşam olayları, akran ilişkileri ve ailesel faktörler yer almaktadır.

1.5.4.1. Travma, İstismar ve Olumsuz Yaşam Olayları

Olumsuz yaşam olaylarının çeşitli psikopatolojilerle ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar son yıllarda giderek çoğalmıştır. Ebeveyn kaybı, ebeveynlerin boşanması, ihmal, istismar, stres ve akran ilişkilerinde yaşanan olumsuz yaşantıların diğer psikopatolojilerle olduğu gibi sosyal anksiyete bozukluğu ile de ilişkisi olduğu görülmektedir (Brook ve Schmidt, 2008; Chartier, Walker ve Stein, 2001; McLaughlin ve Nolen-Hoeksema, 2012).

Kadınlarda sosyal anksiyete ve çocukluktaki cinsel istismar yaşantısının ilişkisini inceleyen bir çalışmada cinsel istismara uğrayan kadınlar, kontrol grubuna göre daha çok anksiyete belirtisi göstermiş ve sosyal ortamlarda kaygı yaşadığını belirtmiştir. Ayrıca sosyal kaçınma düzeylerinin de istismara uğramayan kadınlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur (Freerick ve Snow, 2005). Erken dönem travmatik yaşam olaylarının sosyal anksiyete düzeyi üzerindeki etkisinde ebeveynin psikiyatrik bozukluğu, evlilik problemleri, şiddet ve çocukluk döneminde ebeveyninden ayrı kalmanın anlamlı olarak etkisi olduğu görülmüştür ve tek bir travmatik olaydansa birden çok travmatik olayın sosyal anksiyete bozukluğunda etkili olduğu görülmüştür (Bandelow, Torrente, Wedekind, Broocks, Hajak ve Rüther, 2004).

Ülkemizde kadın sığınma evinde kalan aile içi şiddet mağduru kadınlarla yapılan çalışma sonuçlarına göre bu kadınların % 50.8'i TSSB, %37.3 depresyon, % 23.7 yaygın anksiyete bozukluğu ve % 5.1 sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almışlardır. Bu araştırmanın sonucuna göre aile içi şiddete maruz kalmak çeşitli psikopatolojiler için risk faktörü olduğu gibi sosyal anksiyete bozukluğu için de risk faktörü olarak görülmüştür (Akyazı, 2010).

1.5.4.2. Akran İlişkileri

Çocukluk ve ergenlik döneminde yaşanan akran zorbalığının sosyal anksiyete bozukluğu üzerinde etkisi olduğunu bilinmektedir (Neal ve Edelman, 2003; Ranta, Kaltiala-Heino, Pelkonen ve Marttunen, 2009). Düşük ve yüksek sosyal anksiyetesi olan ergenlerin konuşma yapıp, bu konuşmalarının kayda alındığı ve bu kayıtların kendi yaşlarındaki tanımadıkları ergenler ve yetişkinler tarafından fiziksel görünüş, akran reddi ve sosyal performansları açısından değerlendirildiği bir çalışmada sosyal performans ve fiziksel çekiciliğin akran reddinde rol oynadığı bulunmuştur. Ayrıca sosyal anksiyetesi

yüksek olan ergenlerin, düşük olanlara kıyasla akranları tarafından daha fazla reddedildiği bulunmuştur (Blote, Miers ve Westenberg, 2014). Ergenlerle yapılan bir diğer çalışmada ergenlerin sosyal anksiyete düzeyi arttıkça izleyici tarafından olumsuz değerlendirmesi de artmıştır. Bu ilişkiye kısmen performansa ilişkin olumsuz beklentiler ve kendine odaklanmış dikkatin aracılık ettiği görülmüştür (Blote, Miers, Heyne, Clark ve Westenberg, 2014). Bu bulgu sosyal anksiyete bozukluğundaki döngüsel ilişkiyi desteklemektedir. Sosyal anksiyetesi yüksek bireyin diğerleri tarafından olumsuz değerlendirileceğine ilişkin kaygısıyla kendine odaklanmış dikkati daha fazla kaygı duymasına ve bu da diğerleri tarafından daha olumsuz değerlendirilmesine yol açıyor olabilir.

Ergenlerle yapılan boylamsal bir çalışmada ise erkeklerde ve kızlarda akran zorbalığının 2 yıl sonraki sosyal anksiyeteyi yordadığı, erkeklerde ise direkt maruz kalınan zorbalık ile sosyal anksiyetenin iki yönlü bir etkileşimi olduğu görülmüştür (Ranta, Kaltiala-Heino, Pelkonen ve Marttunen, 2013). Diğer bir deyişle erkek ergenlerde sosyal anksiyete düzeyi arttıkça maruz kalınan zorbalığın da arttığı, maruz kalınan zorbalık arttıkça da sosyal anksiyete düzeyinin arttığı yani bu iki değişken arasında karşılıklı bir ilişkinin olduğu görülmüştür. Ranta ve arkadaşlarının (2009) bulgularına göre de SAB belirtileri deneyimleyen ergen ve çocuklar daha fazla akran zorbalığına maruz kalmaktadır.

Kız ve erkeklerde akran ilişkileri bağlamında farklı özelliklerin sosyal anksiyete düzeyini yordadığı görülmüştür. Akranları tarafından daha az kabul görmeyen ergenlerin zaman içinde, sosyal anksiyete düzeylerini yordadığı, ergen erkeklerde yakın arkadaş ilişkisi desteğinin azalmasının, kızlarda ise akran zorbalığının sosyal anksiyeteyi yordadığı bulunmuştur (Tillfors, Persson, Willén ve Burk, 2012). Akran zorbalığına uğradığını söyleyen çocukların özellikleri incelendiğinde daha yalnız, arkadaş edinme zorluğu yaşayan, genellikle endişeli ve sosyal olarak çekingen oldukları görülmüştür (Santrock, 2012). Bu çalışmaların sonuçlarına göre akran zorbalığı ve bireyin sosyal anksiyete düzeyinin birbirini etkilediği, sosyal anksiyetesi yüksek bireylerin akran zorbalığına maruz kalma ihtimali artarken, akran zorbalığına maruz kalmanın da sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkili olduğu görülmüştür.

Sosyal anksiyete ve panik bozukluğa sahip bireyler ve annelerinden alınan bilgilere göre bu bireylerin erken çocukluk döneminde de arkadaşlık ilişkilerinin sınırlı olduğu, içedönük ve kaygılı olduklarını belirtilmiştir (Rappe ve Melville, 1997). Özetle sosyal anksiyetesi yüksek olan kişilerin arkadaşlık ilişkileri ve kurulan ilişkideki iletişim becerileri açısından daha zayıf oldukları söylenebilir.

1.5.4.3. Ailesel Faktörler

Genetik faktörler ile birlikte ebeveyn tutumları, bağlanma, ebeveyn reddi ve sıcaklığı, çocuk yetiştirme stilleri yani ebeveyn ile kurulan ilişki de bireyin sosyal, duygusal, bilişsel gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Yapılan araştırmalarda ailesel faktörlerin bireyin psikolojik belirtileri ve iyi oluşu üzerine etkisi olduğu gibi sosyal anksiyete belirtileri üzerinde de etkisi olduğunu göstermektedir. Sosyal anksiyete bozukluğunda ebeveyn tutumu ve ailesel faktörler en çok çalışılan alan olmuş ve ebeveynin aşırı kontrolü ve psikopatolojisinin çocuklukta sosyal anksiyete bozukluğu ile ilişkili olduğu görülmüştür (Brook ve Schmidt, 2008).

Demir (2010) sosyal anksiyetenin etiyolojisini incelediği çalışmada, sosyal anksiyetenin başlangıcının çocukluk çağı ve ergenlik başları olarak görüldüğü için erken çocukluk döneminin ve bu dönemdeki algılanan aile yaşantılarının incelenmesinin önemini vurgulamıştır. Konu ile ilgili yapılan çalışmalarda ebeveynlerini reddedici olarak algılayan bireylerin sosyal anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğu, ebeveynlerini demokratik algılayan bireylerin ise sosyal anksiyete düzeylerinin daha düşük olduğu görülmüştür (Erkan, Güçray ve Çam, 2002; Eroğlu, 2018; Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012). Ayrıca sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan bireyler düşük olanlara kıyasla ebeveynlerini sosyal olarak daha az aktif, daha izole, başkalarının düşüncelerine fazla önem veren ve sosyal anksiyetesi olan insanlar olarak algılamışlardır (Bruch ve Heimberg, 1994; Bruch, Heimberg, Berger ve Collins, 1989; Caster, Inderbitzen ve Hope, 1999). Brook ve Schmidt (2008) ebeveynin aşırı koruyuculuğu ve ebeveyn psikopatolojisinin çocukluk psikopatolojisi ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Evlat edinmiş ve edinmemiş ailelerdeki çocuklar incelendiğinde iki grupta da annenin içe dönüklüğü, sosyallik düzeyi ve utangaçlığı ile çocukları ile ilişkili bulunmuştur (Daniels ve Plomin, 1985). Bu bulgu aile ortamı ve anne tutumunun çocuğun utangaçlık düzeyi üzerindeki etkisini göstermektedir. Bu sonuç Bruch'ın (1989) derleme çalışmasıyla da desteklenmektedir. Bruch ve Heimberg (1994) sosyal anksiyetesi olan ve olmayan bireylerin çocuk yetiştirme tutumu ve aile ortamı açısından karşılaştırmış, sosyal anksiyetesi olan bireylerin ebeveynlerinin daha izole yaşadığı ve ebeveynlerinden sosyalleşmek için daha az destek algıladıkları bulunmuştur. Sosyal anksiyetesi olan grup, ebeveynlerinin disiplin yöntemi olarak utandırmayı kontrol grubuna göre daha sık kullandıklarını belirtmiş ve ebeveynlerini daha fazla koruyucu algılamıştır. Ayrıca,

reddedilme algılayan bireylerin diğer kişilerin değerlendirmelerine odaklanabileceğini ve olumsuz değerlendirme korkusunun sosyal anksiyeteye neden olabileceğini bildirmişleridir. Özetle, aile içinde deneyimleyen ve anne babalarda görülen davranış örüntülerinin bireyin sosyal anksiyetesi üzerindeki etkisi önemlidir.

Anne baba tutumu ve sosyal anksiyete düzeyi ilişkisinde çalışmalar daha çok ergen katılımcılarla yapılmıştır. Bunun çocuk ve ergenlerde anne baba tutumundan etkilenme düzeyinin daha yüksek olması ile ilişkisi olabilir. Ergenlerle yapılan bir başka çalışmada algıladıkları ebeveyn yetiştirme stilleri ve aile ortamının sosyal anksiyete üzerindeki etkisi incelenmiştir. Sosyal anksiyete düzeyi yüksek ergenlerin, düşük olanlara göre ebeveynlerini sosyal açıdan izole, diğerlerinin düşünceleri üzerine fazla endişelenen, sosyal olarak daha az aktif algıladığı bulunmuştur (Caster, Inderbitzen ve Hope, 1999). Bulgular diğer çalışmalarla tutarlı olarak ebeveyn ve aile özelliklerinin sosyal anksiyete ile ilişkili olduğunu destekler niteliktedir. Çalışmalar yalnızca anne-baba tutumunu incelememiş, aynı zamanda ebeveynler arasındaki ilişkinin de sosyal anksiyete üzerindeki etkisine bakmışlardır. Peleg-Popko ve Dar (2001) aile örüntüleri, evlilik kalitesi ile çocuklardaki korku ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmada çocukların sosyal anksiyetesi ile aile bağlılığının negatif, evliliğin kalitesinin ise pozitif bir ilişkisi olduğunu bulmuştur. Topçu Aydın (2004) ise anne baba arasındaki uyumsuzluktan sosyal anksiyete tanısı alan bireylerin tanı almamış gruba göre daha fazla etkilendiğini belirtmiştir. Lise öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada ise algılanan sık ve yoğun ebeveynler arası çatışmanın sosyal anksiyete ile anlamlı olarak ilişkili olduğu görülmüştür (Yılmaz, 2007). Diğer bir ifadeyle evlilik kalitesinin düşük, aile bağlılığının zayıf olduğu ailelerdeki çocukların sosyal anksiyete düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Sosyal anksiyete bozukluğunun etiyolojisine ilişkin bu modeller incelendiğinde sosyo-gelişimsel modellerden ailesel faktörlerin önemi çalışma bulgularınca gösterilmektedir. Bu çalışma kapsamında ailesel faktörlerin, sosyal anksiyete bozukluğu ile ilişkisi ve sosyal anksiyete bozukluğuna etkisi incelendiği için bir sonraki bölümde ailesel faktörlerden ebeveyn tutumu ile aile yapısı kavramları incelenecektir.

1.6. AİLE

Aile çocuğun beslenme, barınma, korunma, sevilme ve eğitilme gibi gereksinimlerini karşılayan, çocuğa güvenli bir ortam sağlayarak sağlıklı şekilde büyümesini destekleyen, anne baba ve çocuklardan oluşan sistemdir. Her ailenin kendine özgü, kuralları, sınırları, amaçları, rolleri ve gelenekleri olduğu için aktarılan değer yargıları da farklılaşmaktadır.

Bell' in aile ile ilgili yaptığı dört ayrı tanımdan ilkinde, aile üyelerinden birinin fikrine dayanarak, onun duyguları ve fantezileri aracılığıyla aileyi tanımaktan bahsedilmektedir. İkinci tanımda aileyi kültürel bir yaklaşımla, nükleer ve makro yönüyle bir kurum olarak ele almaktadır. Diğer bir tanımda, aile farklı parçalardan oluşan sosyal birimdir. Bu yaklaşım aileyi bir sistem olarak ele alır. Son tanıma göre ise aile toplumun değerleri ile sınırlı bir grup olarak ele alınır (Akt., Bulut, 1993). Kut' a (1994) göre ise aile kolaylaştırıcı, arabulucu, uyum sağlayıcı ve birbirinden farklı yetenek ve potansiyele sahip üyeler için koruyucu bir sistem olarak ifade edilmiştir ve esas görevi üyelerinin kapasitelerini geliştirmek, sosyalizasyonunu gerçekleştirmek, ailenin refahı için gerekli olan ortamı oluşturarak üyelerin doyum sağlaması için çalışmaktır (Akt., Zengin, 2013).

Sağlıklı ve işlevsel aileler, görevlerini bir bütünlük ve beraberlik içinde yerine getiren ailelerdir. Bu ailelerdeki üyeler birbirlerinin ihtiyaçlarına karşı duyarlıdır, her bir üye üzerine düşen görevi yerine getirir, birbirlerinin duygu ve düşüncelerine değer verirler, duygularını birbirlerine açıkça ifade ederler, kural ve sınırları aile sistemine uygundur. İşlevsel olmayan ailelerde ise üyelerin birbirleriyle iletişimi sınırlıdır bu nedenle bir sorun yaşandığında bu sorunun üstesinden gelemeyebilirler, aile üyeleri rollerini yerine getiremezler, birbirlerinin istek ve ihtiyaçlarına karşı duyarsızlardır. Aile içinde konulan kurallar aile üyelerinin gelişim dönemlerine göre fonksiyonel değildir.

Aile, üyelerinin birbirinin ihtiyaçlarını karşıladığı (duygusal ve fiziksel açıdan), ortak amaç, çıkar, inanç ve kuralları olan, çocukların eğitildiği ve yetiştirildiği bir ortamdır (Yörükoğlu, 2014). Aile ortamı çocuğun kişiliğinin geliştiği, değer yargılarının, kendine, diğer insanlara ve dünyaya ilişkin inançlarının oluştuğu yerdir. Çocuğun yapıcı, yaratıcı, sorumluluk sahibi ve iletişim becerileri kuvvetli bir birey olması anne baba ile kuran sağlıklı iletişime bağlıdır (Yavuzer, 2001).

Yörükoğlu (2014) çocuk yetiştirmede sevgi, özgürlük ve disiplin olmak üzere üç temel gereksinimin karşılanması gerektiğini ve bu üçünün birbiri ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bu gereksinimlerin düzenli olarak doyurulmasının çocukta güven duygusu oluşturacağı söylenmiştir. Ebeveynler çocuğun kendisine güvenini artırır, bağımsız davranışını ve olumlu gelişimini destekler ve tüm bunları içten bir ilgi ve sevgi ile yaparlarsa çocuğun psikolojik ve fizyolojik gelişimi desteklenmiş olur. Ailenin çocuk üzerindeki etkisinin oldukça önemli görülmektedir. Yapılan araştırmalarda ise bu etkinin çocuğun yaşamını ilerleyen dönemlerde de oldukça kritik şekilde etkilediği görülmüştür.

Bireyin bilişsel, duygusal ve fiziksel gelişiminde erken dönem çocukluk yaşantılarının ve anne-baba ile ilişkilerin önemli olduğu bilinmektedir. İnsan yavrusu, doğumdan itibaren ilk birkaç yıl bakıma, korunmaya ve desteklenmeye ihtiyacı olan ve dışarıdan gelebilecek tehlikelere karşı dayanıksız bulunan bir canlıdır. Bu nedenle ebeveynlerinden ilgi, sevgi görmeye ve yönlendirilmeye ihtiyacı vardır. Ancak bu şekilde hayatta kalabilir ve sağlıklı olarak büyüyebilir, gerekli olan bu ilgiden yoksun kalması psikolojik gelişimini de olumsuz yönde etkiler (Yörükoğlu, 1997). Yapılan araştırmalar aile içi yaşantıların bireyin iyi oluşu üzerine etkilerinden bahsederken, ailedeki ihmal ve istismar gibi olumsuz yaşantıların da çeşitli psikopatolojilerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Ebeveyn çocuk etkileşiminin özellikle çocukluk ve ergenlik dönemlerinde kritik olduğunu ve sonraki dönemlerdeki psikolojik sağlıkla ilişkisini gösteren çalışmalar mevcuttur.

Genel olarak incelendiğinde sağlıklı psikolojik gelişim ebeveynin sağladığı duygusal sıcaklıktan, aşırı kontrolcü davranışlardan ve reddedici tutumlarından güçlü bir şekilde etkilenmektedir (Anlı ve Karslı, 2010; Berg-Nielsen, Vikan ve Dahl, 2002; Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012). Özellikle aşırı kontrolcü, reddedici ve aşırı koruyucu tutum algılayan bireylerin, duygusal sıcaklık ve destek algılayan bireylere göre daha fazla psikolojik problem gösterdiği bulunmuştur (Rapee ve ark., 1997; Lieb ve ark., 2000; Reiss, 1995; Wood, McLeod, Sigman, Hwang ve Chu, 2003). Alanyazın incelendiğinde aşırı kontrolcü ve reddedici ebeveyn tutumu algılayan bireylerin anksiyete (Erözkan, 2012; Hudson ve Rapee, 2001; Wolfradt, Hempel ve Miles, 2003; Wood, McLeod, Sigman, Hwang ve Chu, 2003) ve depresyon (Anlı ve Karslı, 2010; Garber, Robinson ve Valentiner, 1997; McGinn, Daniel Cukor ve Sanderson, 2005) düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Ebeveynlerinden kontrol ve kabul algıladığını söyleyen bireylerin ise

psikolojik iyi oluşlarının ve özgüvenlerinin yüksek olduğu yapılan çalışmalarda belirtilmiştir (Martínez, García ve Yubero, 2007; Shucksmith, Hendry ve Glendinning, 1995).

Aile içindeki yaşantının mutlu, etkileşimin yüksek olduğu ailelerdeki bireyler genellikle daha yapıcı, uyumlu, doyum sağlayan ilişkiler kuran kişiler olurlar. Yani sağlıklı aile ilişkileri içinde yetişmiş çocuklar ilerleyen yıllarda daha sağlıklı yetişkinler olabilir. Alanyazın incelendiğinde anne baba tutumları ve aileyi bir bütün olarak değerlendiren, aile yapısını ve işleyişini bireyin psikolojik sağlığı ile çalışan çalışmalar bulunmaktadır.

1.6.1. Aile Yapısı

Aile yapısı kavramı genel sistemler yaklaşımı ve dönüşümsel aile modeli çerçevesinde ele alınacaktır.

1.6.1.1. Genel Sistemler Yaklaşımı

Genel Sistemler Kuramı Bertalanffy (1968) tarafından geliştirilmiş ve sistemlerin işleyişini, sistemi oluşturan her bir parçanın bütünü oluşturmak için bir araya gelmesi ve birbirleriyle kurdukları ilişki biçimlerinden yola çıkarak açıklamış bir yaklaşımdır (Akt., Akün, 2013). Bu yaklaşım, parçaları tek başlarına ele alıp nasıl işledikleriyle ilgilenmek yerine, sistemi oluşturan parçaların birbirleriyle olan karşılıklı etkileşim ve bağımlılıklarını dikkate alarak sistemin işleyişini açıklamışlardır. Sistemdeki bir ögenin değişiminin ilişkide bulunulan diğer ögeyi değiştireceği bu değişimin de döngüsel olarak ilk değişen ögeyi etkileyeceği belirtilmiştir. Aileyi sistem olarak ele alan yaklaşımlar, bu görüşten hareketle, genel sistemler kuramının bütünlük/düzen, hiyerarşik yapı, homeostasis ve uyum sağlayıcı kendini düzenleme kapasitesi olmak üzere dört temel varsayımının aile için geçerli olabileceğini ileri sürmüştür (Dallos ve Draper, 2015).

Bütünlük ve düzen ilkesine göre ailedeki her bir üye, birbirini karşılıklı etkilediği için bir bütün olarak değerlendirilmelidir. Bütün parçaların toplamından daha büyük olarak ele alındığı için aileyi bir bütün olarak değerlendirmenin önemi ve her bir aile üyesinin birbiriyle ilişkisinin diğer ilişkileri etkilediği vurgulanmaktadır. Hiyerarşik yapı ilkesine göre aile; ebeveyn, eş, kardeş alt sistemlerinden oluşur. Aynı zamanda aile, toplum gibi kendisinden daha büyük sistemlerin içinde bir konuma sahiptir ve bu hiyerarşik yapılar arasında güç ilişkisi açısından farklılıklar bulunmaktadır. Üçüncü varsayım olan homeostasis ilkesine göre her ailede, üyelerini koruma, üyelerine bakım verme, büyüme ve

gelişme amacı vardır. Bu bütünlüğünü sürdürmeyi sağlayan dengeye homeostasis denir ve kuralları aktive ederek istikrarın korunmasına yardımcı olur. Son varsayım uyum sağlayıcı kendini düzenleme kapasitesidir. Uyum sağlayıcı kendini düzenleme kapasitesi, aile sistemin, içsel ve dışsal taleplere uyum sağlamak amacıyla, içsel yapısında değişiklikler yapması ve kendini yeniden düzenleme becerisi ile ilişkilidir, herhangi bir alt sistemde meydana gelen değişim, diğer alt sistemi etkileyecek ve bu da aile sisteminde de bir etkiye yol açacaktır (Cox ve Paley, 1997; Dallos ve Draper, 2015).

Yapısal Aile Sistemleri Kuramı ise Genel Sistemler Yaklaşımı'nın bakış açısı ile geliştirilmiş ve bu kavramların yanı sıra yapı ve sınır kavramları ile Parson'dan etkilenmiştir (Nichols ve Schwartz, 1997; Akt., Akün, 2013). Minuchin ve Fishman (1981) aile yapısını açıklamak için Aile Sistem Kuramı'nı geliştirmişlerdir. Bu kurama göre ailenin sürekli değişim ve dönüşüm içinde olduğunu açıklamış ve bu değişimi ise aile yapısının yönetip yönlendirdiğini vurgulamışlardır. Yapısal aile sistemler kuramında incelenen kavramlar; yapı, yakınlık, hiyerarşi, sınırlar ve aile üyeleri arasındaki ittifaklardır.

Aile Yapısı: Minuchin ve Fishman (1981) aile üyelerinin birbirleri ile kurdukları etkileşim sonucunda bir örüntü ortaya çıktığını ve bu örüntünün aile yapısını oluşturduğunu, aile yapısının ise aile üyelerinin işlevselliğini düzenlediği, davranışlarını betimlediği ve etkileşimlerini kolaylaştırdığını belirtmişlerdir. Aileler genellikle istikrarlı, işbirlikçi, amaçlı ve tekrarlı etkileşim örüntüleri gösterir. Ailenin denge ve homeostaziye nasıl sağladığı, aile üyelerinin birbirleriyle nasıl etkileşime girdiği, iletişim mekanizmaları ve alt sistemlerin sınırları ailenin yapısal özellikleri hakkında bilgi verir. Her ailenin farklı yapısal özellikleri olduğu gibi ortak özellikleri de (örn; ebeveynin çocuğa bakım vermesi gibi) bulunmaktadır (Goldenberg ve Goldenberg, 2013).

Sınırlar: Sınır, bir bireyi, bir alt sistemi veya bir sistemi diğerlerinden ayıran metaforik bir tanımlamadır. Aile sisteminde sınırlar üyelerin, davranış örüntülerini ve kuralları ortaya koyar, sistemin bütünlüğünü korur. Sınırların en önemli işlevi aile alt sistemlerinin birbirleri ile ilişkisini belirlemektir (Minuchin, 1974).

Belirgin biçimdeki sınırlar, özerklik ve ait hissetmeyi vurgular, aile sistemin sağlıklı işlev göstermesi için önemlidir. Sınırlar, alt sistem üyeleri ve diğerler aile üyeleri arasında temasa izin verecek kadar açık, alt sistemleri birbirinden ayıştıracak kadar net olmalıdır. Esnek olmayan, katı sınırlar alt sistemler arasında iletişimde sorunlara, etkileşimde engele neden olduğu için aile üyeleri arasında problemler yaşanabilir. Alt sistemler arasında belirsiz sınırlar var ise iç içe geçmişlik vardır ve bu durum aile

üyelerinin bireysel kimlik oluşturma süreçlerini olumsuz etkileyebilir, aile üyelerinin ilişkileri bağımlı bir hal alabilir. Sınırlar çok bulanık veya sert ise, bu durum üyelerin aile içindeki işlevlerini sürdürmesini engelleyebilir ve sorunlara neden olabilir. Aşırı derecede katı veya esnek olmayan sınırlar, alt sistemler arasındaki etkileşim engeline, belirsiz sınırlar ise diğer aile üyeleri tarafından diğer alt sistemlere kolayca müdahaleye neden olmaktadır. İşlevselliğin yüksek olduğu ailelerde ise sınırlar, her aile üyesi için bireyselliğini kaybetmeden kendini aileye ait hissedecek ve aile içi görevlerini yerine getirebilecek şekilde düzenlenmiştir (Minuchin, 1974; Minuchin ve Fishman, 1981).

Alt Sistemler: Her sistem daha büyük bir üst sistemin bir parçası olarak bulunur ve daha küçük sistemler ve alt sistemler içerir. Her aile üyesi bir alt sistemi oluşturur, ayrıca ikili ve üçlü alt sistemler de bulunmaktadır. Aile sisteminin en kalıcı alt sistemleri olan ebeveyn, çocuk ve kardeş alt sistemleri, ailenin işlevlerini veya işlemlerini yürütmek için belirlenmiş aile içindeki küçük gruplardır. Bir ailede, alt sistemler kuşaklara (anne ve baba), cinsiyetlere (anne ve kızları), ilgi alanlarına (entelektüel arayışlar) veya işlevlerine (bakım verme) göre oluşabilir. Her aile üyesi çeşitli alt sistemlere dahil olabilir ve farklı sorumlulukları olur, farklı beceriler öğrenir ve farklı iletişim tarzları benimser. Her alt sistemde üyelerin birbirleri ile kurdukları etkileşimin niteliği değişir ve alt sistemler birbirlerinden sınırlar ve kurallar ile ayrılır (Goldenberg ve Goldenberg, 2013; Nazlı, 2016).

Eş alt sistemi, iki yetişkinden oluşur ve onların uyumlu, birbirlerini tamamlayıcı olarak işlev görmeleri aile işlevselliği açısından önemlidir. Bu alt sistem çocuğun hayata ilişkin beklenti ve değerlerinin oluşmasında önemli rol oynar. Çocuğun kendi kuracağı ilişkilerde model olur, diğerleri ile etkileşimini etkiler (Minuchin ve Fishman, 1996). Ebeveyn alt sistemi anne ve babadan oluşur. Çocuğun yetiştirilmesi, sosyalleştirilmesi gibi görevleri içerir ve çocuk büyüdükçe bu görevlerin çocuğun ihtiyaçlarına göre değişime uğraması gerekmektedir. Ebeveyn ve çocuk etkileşimini bu alt sistem düzenlemektedir. Kardeş alt sistemi ise, çocuğun akran ilişkisini yaşayabileceği ilk sosyal ortamdır. Bu alt sistemde çocuk ilişki kurma yollarını, işbirliğini ve rekabeti deneyimler (Minuchin, 1974).

Yakınlık: Aile üyeleri arasındaki duygusal bağlılığı tanımlar ve aile içindeki yakınlık duygusunun ayrışıklık ile yapışıklık boyutları üzerinde değerlendirilmesini sağlar. Yapışık boyutunda aile ilişkilerinde sınırlar ve alt sistemler belirsizdir, aile üyelerinin bireyselleşme süreçleri tamamlanmamıştır. Ayrışıklık boyutunda ise alt sistemler arası

etkileşim kapalıdır, üyelerin iletişimleri kısıtlıdır, aile içi aidiyet duygusu yetersizdir. İlk dönemlerde ebeveyn çocuk etkileşimi yapışık iken çocuk büyüdükçe ayrışma düzeyinde artma görülebilir (Minuchin, 1974).

Güç: Aile yapısının oluşumunda güç, sınırlar ve kurallar önemli rol oynamaktadır. Güç, ailedeki hiyerarşik ilişkileri, rolleri ya da kuralları değiştirebilme yetkisidir (Gehring ve Feldman, 1988). Diğer bir tanımlamaya göre ise aile içinde karar verme gücü, diğer aile üyeleri üzerindeki etki gücü olarak ele alınmaktadır. Alt sistemlerin sınırları kuralları, kurallar da üyelerinin aile içindeki işlevlerini belirler. Bu kurallar ve sınırların korunması aile içindeki güç kavramı ile ilişkilidir. Yapısal aile kuramı her ailenin hiyerarşik bir örgütlenmesinin olması gerektiğini, anne ve babanın yani ebeveyn alt sisteminin çocuk alt sisteminden yetki ve güç anlamında daha etkili olmasını ve çocuk alt sisteminde ise daha büyük çocukların, küçük kardeşlerinden daha yetkin ve güçlü olmaları gerektiğini belirtmektedir (Minuchin, 1974).

Esneklik: Bu kavram ailenin gelişimsel ya da durumsal ihtiyaçlara göre sınırları, kuralları ve güç ilişkilerini, duruma işlevsel şekilde uyum sağlama amacıyla değiştirebilme yeteneğidir. Esnekliğin çok yüksek (istikrarsız) ya da düşük (katı) olması işlevsizliğe neden olur (Minuchin, 1974).

Kuramcılar aile sistemini açık ve kapalı sistem olmak üzere ikiye ayırmışlardır. Açık sistemler, dışarıdan devamlı bilgi akışının gerçekleştiği, sınırların kapalı olmadığı sistemi ifade ederken, sınırları kolayca geçilmeyen, dış çevre ile etkileşimin sınırlı olduğu sistem ise kapalı olarak kabul edilir. Burada dikkate alınması gereken kısım dış çevre ile etkileşimin derecesi ve dış çevreye erişilebilirliktir. Aile sisteminin açık olduğu aileler yalnızca çevreye uyum sağlayıcı düzenlemeler yapmak ile kalmaz aynı zamanda çevreyi de etkileyerek çift yönlü bir etkileşim sağlar. Böyle bir sistemde aile yeni deneyimlere açık ve uyumludur, bir geribildirim mekanizmasına ve etkili etkileşim kalıplarını kullanma potansiyeline sahiptir. Kapalı aile sisteminde ise çevre ile etkileşimi engelleyen sınırlar vardır ve etkileşim gerçekleşemez. Aile, uyum sağlatıcı geri bildirim mekanizmalarından yoksun kalır, izole olur ve değişime dirençli haldedir. Ailenin dış çevre ile sınırlı teması etkisiz tepkilere yol açabilir, aile kendini yenileyemediği ve yetersiz girdiye sahip olduğu için gerilemeye başlar. Bu durumda özellikle uzun süre stresle karşı karşıya kalırlarsa, aile içinde düzensizlik ve sorunların çıkması oldukça olasıdır (Goldenberg ve Goldenberg, 2013).

İttifak/Koalisyon ve Üçgenleşme: Bu kavramlar aile yapısı, güç, kurallar, sınırlar ve alt sistemler ile yakından ilişkilidir (Minuchin, 1974). Gruplaşma, üyelerin aile içindeki fonksiyonlarını yerine getirirkenki destek algısını belirtir. Gruplaşma çeşitlerinden üçgenleşme, ebeveynin çocuğu yanına çekmesi ve çocuğun diğer ebeveyne karşı tavır takınmasını beklemesidir ve sağlıklı olmayan, işlevsiz bir etkileşimdir. Koalisyon/ittifak ise aile üyelerinin üçüncü bir üyeye karşı bir araya gelmesidir. Sağlıklı işlev gösteren ailelerde anne ve babanın yani ebeveyn alt sisteminin çocuk yetiştirme tutumu açısından gruplaşması, değişen ihtiyaçlara göre farklı ittifakların kurulabilmesi, alt sistemler arasındaki sınırların belirgin olması ve ailede koalisyon ya da üçgenleşmenin gerçekleşmemesi önemlidir (Nazlı, 2016).

1.6.1.2. Dönüşümsel Aile Modeli

Dönüşümsel Aile Modeli bireyin davranış ve değişimlerine hem derinlemesine hem de daha geniş, sistemik açıdan (aile, topluluk) bakılması gerekliliğini belirtmiştir. Bu nedenle model, psikodinamik (mikroanalitik) ve sistemik (makroanalitik) yaklaşımın kavramlarını içermektedir. Dönüşümsel Aile Modeli (DAM) sürekli etkileşim ve dönüşüm halinde olan üç değişkeni içerir (Gülerce, 1996):

Bağlam değişkenleri; bireyin aile ile etkileşimi ile ailenin daha geniş bağlamlarla etkileşimini içerir. İç-bağlam değişkenleri, aile üyelerinin bireysel özellikleri (yaş, inanç, düşünce gibi) ile ilgili değişkenlerden oluşur. Dış-bağlam değişkenleri ise üst makrosistemlerin özellikleri (ekonomik/politik koşullar, sosyokültürel normlar gibi) ile ilişkilidir. İç- ve dış-bağlam sürekli etkileşim içindedir ve birbirinden ayrı olarak ele alınamaz.

Dönüşüm değişkenleri; aile yaşam döngüsünün getirdiği değişim talepleri ailenin iç- ve dış-bağlamından gelen hedefler, beklentiler, kriz ve baskılar ile belirlenen dönüşümü içerir. Bu dönüşüm aile için sağlıklı olabilir ya da aile patolojisinin ortaya çıkmasına yol açabilir. Ailede bireysel amaç ve ortaklıktan uzaklaşıyorsa, aile patolojisi olasılığının güçlendiği belirtilmiştir. Ailenin kendisi tarafından belirlenmiş genel uyum halinden uzaklığı ve çatışma miktarı dönüşüm göstergesi ile ifade edilir.

Yapısal/sistemik değişkenler; iletişim, yetkinlik ve duygusal bağlamın doğrusal, yönetim ve birliğin ise döngüsel olarak düşünüldüğü beş ana eksenenden oluşur.

Bu modele göre, aile yapısı iletişim, birlik, yönetim, yetkinlik, duygusal bağlam, doyum ve direnç olmak üzere toplam yedi boyutta değerlendirilmektedir. İletişim, aile üyelerinin duygu ve düşüncelerini ne kadar ve ne şekilde ifade ettikleri ile ilişkilidir. Doğrusal olarak, aile sisteminin genel uyumu iletişimin işlevselliği arttıkça artar. Birlik, aile içindeki yakınlık, beraberlik, bütünlük, bağımlılık, bağlılık ve beraberlik özelliklerini kapsar. Döngüsel olarak, aile sisteminin genel uyumunu aile üyelerinin aşırı kaynaşması kadar kopukluğu da olumsuz yönde etkiler. Yönetim, aile içindeki karar alma süreçlerinin nasıl işlediğini, kontrolün nasıl sağlandığını, ailede kural ve sınırların oluşma ve işleme süreci gibi yapısal örgütlenmeyi içeren düzenlemeleri açıklar. Döngüsel olarak, aile yönetimindeki aşırı katılık kadar aşırı esneklik de aile sisteminin genel uyumunu olumsuz etkiler. Yetkinlik, aile üyelerinin sorunlarını çözme becerilerini ve aile üyelerinin aile içinde sağlık ve yeterlik amaçlarını gerçekleştirebilmelerini içerir. Doğrusal olarak ailede yetkinlik arttıkça aile sisteminin genel uyumu da artar. Duygusal bağlam, aile içindeki duygusal atmosferdir. Bu bağlamın destekleyici, yapıcı, sevgi ve anlayışa dayalı olması ailenin genel uyumunun olumlu olması ile ilişkilidir. Doyum, aile üyelerinin birbirleri ile ilişkisinde birlikte olmaktan ve ihtiyaçlarının karşılanmasından duydukları tatmini içerir. Aile içinden ve dışından gelen önerilere, yeni fikirlere ya da eleştirilere toleranslı olmamaya ise direnç denilmektedir (Gülerce, 1996, 2007).

Alanyazın incelendiğinde aile yapısı ile ilgili yapılan çalışmaların çeşitli değişkenlerle ilişkisinin incelendiği görülmüştür. Uruk ve Demir (2003) ergenlerin aile yapıları ile arkadaşlık ilişkileri ve yalnızlık arasındaki ilişkide ergenlerin aile yapısının yalnızlık düzeyi ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Aycan ve Eskin (2005) ise aile yapısını inceledikleri çalışmada işte ve ailede yaşanan çatışmanın psikolojik iyi oluş, evlilik doyumunu ve ebeveynlik rolündeki performans ile negatif ilişkili olduğunu bulmuştur. Bir başka çalışma, aile içerisindeki açık iletişim ve aile üyeleri arasındaki duygusal yakınlığın yüksek olması ile ergenlerdeki yalıtılmış hissetme düzeylerinin düştüğünü ve öznel iyi oluşun ise yükseldiğini bulmuştur (Rask, Kurki ve Paavlianien, 2003). Joronen ve Kurki de (2005) benzer şekilde ergenlerin öznel iyi oluşu ile ailesel faktörlerden; güvenli ev ortamı, sevgi atmosferi, açık iletişim, aile üyesinin aileye katılımı, dışsal ilişkiler ve aile içerisinde kişisel önem duygusunun hissedilmesi arasında ilişki olduğunu belirtmişlerdir. Aile yapısındaki iletişim ve yönetim boyutlarının ergenin iyi oluşunu önemli şekilde etkilediğini gösteren başka bir çalışma bulgusu da bulunmaktadır (Eryılmaz, 2010).

Aile yapısı ile ilgili çalışmalar incelendiğinde bu faktörün bireyin psikolojik iyi oluşunu, yalnızlık ve yalıtılmışlık düzeyini etkilediği görülmüştür. Ailesel faktörlerin çeşitli alt boyutlar altında incelenmesi, aileyi bir bütün olarak değerlendirmek açısından önemli olabilir. Aile yapısı ile ilgili mevcut çalışmalar incelendiğinde bu kavramın birey üzerinde önemli bir etkisi olduğu ve sosyal anksiyete düzeyi ve üstbilişler ile ilişkisinin olabileceği düşünölmüştür.

1.6.2. Algılanan Ebeveyn Tutumları

Anne baba tutumu ebeveynin çocukla kurduğu iletişimi, ocuk yetiştirirken çocuğa yönelik davranış ve tutumlarını içerir. Mize ve Pettit (1997) anne baba tutumunu anne, baba ve ocuk etkileşimi ve bu etkileşimin ortaya çıkardığı davranışlar bütünü olarak tanımlamıştır. Bir başka tanıma göre ise anne baba tutumu, çeşitli durumlarda tutarlı olarak anne babanın çocukla iletişim tarzı, uygulamaları ve sözel olmayan ifadelerini içerir (Darling ve Steinberg, 1993).

Çocuğun anne baba ile etkileşimi, ilk sosyal deneyimlerini yaşadığı yer aile olduğu için önemli görölmektedir. Özellikle ocukluk ve ergenlik döneminde, kurulan iletişim biçimi ve davranışlar çocuğun kişiliğinin oluşmasında etkilidir. Anne baba tutumlarının ocuk üzerindeki etkisini inceleyen modellerden biri olan psikodinamik bakış açısında sosyalizasyon çalışmaları yapan araştırmacılar, ebeveyn ile çocuğun duygusal ilişkisinin çocuğun psikoseksüel, psikososyal ve kişilik gelişimini etkilediğini söylemiş ve ebeveyn ocuk ilişkisinde duygusal ilişki farklılıklarının ebeveyn tutumunun sonucu olduğunu belirtmişlerdir (Darling ve Steinberg, 1993).

Davranışçı model ise anne babadan alınan pekiştirecin çocuğun gelişimi üzerine etkisi ile ilgili araştırmalar yapmıştır. Tutumlara kıyasla davranışların öneminden bahsetmiş, anne baba davranışlarına odaklanmışlardır. Aile ortamında öğrenilen davranışların bireysel farklılıklara yol açtığını belirtmişlerdir (Akt., Yılmaz, 2000). Özetle psikodinamik ve davranışçı modeller, bireyin sosyalleşmesinde, anne-babanın inançlarının, bireysel faktörlerin ve anne-baba tutumunun etkili olduğunu belirtmektedir (Darling ve Steinberg, 1993).

Anne baba tutumları bu çalışmada duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik boyutları altında incelenmiştir. Fakat alanyazında anne baba tutumu boyutlarının farklı başlıklarda ele alındığı bilinmektedir. Baumrind (1973) ve Maccoby ve Martin (1983) ebeveyn tutumlarını kontrol ve sıcaklık olmak üzere iki boyutta

tanımlamıştır. Fakat Baumrind (1973) otoriter, demokratik ve izin verici olmak üzere üç boyut tanımlarken, Maccoby ve Martin (1983) ise demokratik, otoriter, kayıtsız/izin verici ve hoşgörülü/izin verici olmak üzere 4 kategori tanımlanmıştır (Akt., Masia ve Morris, 1998). Yapılan tanımlamalara göre demokratik ebeveynler sıcak/ilgili ve kontrol/talep boyutlarında yüksek değerlendirilmektedir. Otoriter ebeveynler sıcaklık/ilgi boyutunda düşük, kontrol/talep boyutunda yüksek, kayıtsız/izin verici ebeveynler kabul/ilgi boyutunda yüksek, kontrol/talep boyutunda düşük, hoşgörülü/izin verici ebeveynler ise hem kabul/ilgi hem kontrol/talep boyutunda düşük olarak değerlendirilmektedir (Yılmaz, 2000).

Becker (1964) ebeveyn tutumlarının sıcaklık ve kontrol boyutunun yanı sıra başka bir boyut olan aşırı koruyuculuk boyutunu tanımlanmıştır. Bu boyut sıcaklığın düşük, kontrolün yüksek olduğu tutumu tanımlamaktadır. Parker' in (1979) ebeveyn tutumlarını ölçmek için geliştirdiği aracın boyutlarında ise sıcaklık ve reddedicilik/kayıtsızlık ile kontrol/aşırı koruyuculuk ve otonomi/bağımsızlık boyutları ele alınmıştır. Sonrasında yapılan çalışmalar ebeveyn reddeciliği, sıcaklığı ve aşırı koruyuculuk tutumu üzerine odaklanmıştır (Arrindell et al., 1983; Arrindell et al., 1989; Parker, 1979).

1.6.2.1. Duygusal Sıcaklık

Anne baba tutumlarından biri olarak değerlendirilen duygusal sıcaklık ebeveyn tarafından sözel ve davranışsal olarak gösterilen sevgi ve ilgi boyutlarını içerir. Duygusal sıcaklık algılayan birey önemsendiğini, kendisiyle ilgilenildiğini ve desteklendiğini hisseder (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005). Fauber ve arkadaşları (1990) duygusal sıcaklığı çocuğun ihtiyaçlarına duyarlılık ve çocuğa saygı göstermek olarak tanımlamıştır. Bir başka açıklamada ise çocukla birlikte etkinlik yapmak, onunla etkileşimde bulunmak ve çocuğu bir birey olarak görüp onun gerçeklerini anlamaya çalışmak olarak tanımlanmıştır (Yavuzer, 1992). Ebeveyn sıcaklığı ile çocuğun ihtiyaçlarına karşılık vermenin çocuğun kendini düzenleme becerileri geliştirmesinde etkili olduğu bulunmuştur (Baumrind, 1991).

Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) duygusal sıcaklık boyutunu tanımlarken ebeveynin kabul edici, destekleyici ve değer verici tutumuna vurgu yapmıştır. Özetle duygusal sıcaklık sevgi, bakım, rahatlık, ilgi, endişe ve destek boyutlarını ve bunların fiziksel, sözel ifadelerini içermektedir. Sevginin fiziksel ifadeleri; sarılma, kucaklama, okşama, rahatlatma, öpme, gülümseme iken sözel ifadeleri ise; övmek, iltifat etmek,

destekleyici şekilde konuşmak, dinlemek ve anladığını göstermektir (Rohner ve ark., 2012). Ebeveyn ile çocuk arasındaki bu tür bir duygusal etkileşim, çocuğun kendisine, diğerlerine ve dünyaya ilişkin algısını ve inançlarını da etkileyebilmektedir.

Yavuzer (1998) bu tarzın çocuğun benliğini onaylayan bir yaklaşım olduğunu ve ebeveynlerin bu destekleyici tarzı kullanmalarının, çocuğun sağlıklı bir psikososyal, duygusal, bilişsel ve toplumsal gelişim göstermesi ile ilişkisi olduğunu belirtmiştir. Bu yaklaşım, çocuğun temel güven duygularının geliştirmesine, kendisini rahatça ifade edebilmesine, sorumluluk alabilmesine, kendini geliştirme ve gerçekleştirmeye açık, kendine ve diğer insanlara saygılı bir birey olmasına destek sağlar (Kulaksızoğlu, 2001).

Baumrind (1991) ebeveynlerde algılanan sıcaklık ve kontrol boyutunun yüksek olduğu tarzın, en etkili ebeveynlik tutumu olduğunu belirtmiştir. Ayrıca ebeveyn tarafından gösterilen ilgi ve sevginin işlevsel ailelerin özelliklerinden biri olduğu bilinmektedir (Bulut, 1993). Ebeveynlerin çocukla duygusal etkileşimi yani çocukla duygu paylaşımına dayalı iletişimi önemli görünmektedir. Ergenlerle yapılan bir çalışmada depresyon ile anne babadan algılanan sıcaklığın az, aşırı kontrolün fazla olması arasında ilişki bulunmuştur ve ebeveynlerden algılanan sıcaklığın depresyonla ilişkisinin güçlü olduğu vurgulanmıştır (Burbach, Kashani ve Rosenberg, 1989). Başka bir çalışmada anne kabulü ile ergendeki depresif belirtiler arasında negatif, annenin psikolojik kontrolü ile depresif belirtiler arasında ise bir pozitif ilişki olduğu bulunmuştur (Garber, Robinson ve Valentiner, 1997). Ayrıca ebeveynlerinden düşük düzeyde sıcaklık algılayan bireylerin saldırganlık düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Meester, Muris ve Esselink, 1995). Yavuzer de (2001) bu bulgulara benzer şekilde ebeveynlerden algılanan sevginin çocukta düşük kaygı ve saldırganlık düzeyi ve yüksek benlik saygısı ile ilişkili olduğunu, aksine sevgisiz ve ya fiziksel cezalandırma yönteminin kullanıldığı ailelerdeki çocukların ise yüksek kaygı ve gerilim hissettiğini belirtmiştir. Özetle, anne babadan algılanan sıcaklığın psikolojik sağlık açısından önemli bir değişken olduğu görülmüştür.

Yapılan çalışmada ebeveyn tutumları açısından anne ve babalar karşılaştırıldığında annelerin daha fazla koruyucu, sevgi gösteren ve daha ilgili algılandığını bulunmuştur (Perris, Jacobsson, Linndström, Knorrning ve Perris, 1980). Ayrıca anne reddi ile depresif belirtilerin artması arasında ilişki gösteren çalışma bulguları vardır (Safrancı, 2015). Bu durum kültürel faktörlerle açıklanabilir. Çoğu toplumda, anneden sıcak, ilgili ve bakım verici tutum beklenirken, babadan ise daha az sıcaklık daha fazla kontrol ve kural koyma tutumu beklenmektedir. Bu nedenle anneden düşük sıcaklık algılanması, babadan düşük sıcaklık algılanmasına kıyasla çocuğun psikolojik sağlığını daha fazla etkiliyor olabilir.

1.6.2.2. Aşırı Koruyuculuk

Anne babanın görevlerinden biri çocuklarının temel ihtiyaçlarını karşılamak, onlara güvenli ve korunaklı bir ortam sağlamaktır. Bebeklik dönemi çocuğun dışarıdan gelen tehlikelere açık olduğu ve kendini korumayı henüz öğrenemediği bir dönem olduğu için, ebeveynin sahip olduğu koruma güdüsü işlevseldir. Fakat çocuk zamanla kendisini korumayı öğrenir, kendi ihtiyaçlarını tek başına karşılayabilecek kapasiteye ulaşır ve destek almadan işlerini halledebilir. Bu özerkliğin çocuğa, gelişim düzeyine uygun olarak verilmesi, çocuğun becerilerini geliştirmesi ve bağımsız davranabilmesi için önemlidir. Aşırı koruyuculuk boyutunda ise ebeveynin çocuğa bu özerkliği sağlaması konusunda sıkıntılar yaşanmaktadır.

Yavuzer (1992) aşırı koruyuculuğu, çocuğu gereğinden fazla kontrol altında tutma ve çocuğa aşırı özen gösterme şeklinde tanımlamıştır. Kulaksızoğlu (2001) ise bu tutumu çocuğun bireyleşme çabalarının engellenmesi şeklinde açıklamıştır. Çocuğun yaşına, yeteneğine ve cinsiyetine uygun görev ve sorumluluklar verilmediğinde çocuğun hem kendine hem de çevresine olan güven duygusunun pekişmeyeceği bunun da çocuğun bağımlı, beceriksiz ve içe dönük özellikleriyle ilişkili olabileceği (Yavuzer, 2001), çocuğun kendisine güvenini sağlayacak, psikososyal gelişimini destekleyecek özerkliğinin verilmesinin ise girişken ve sosyal bir kişi olmasına katkıda bulunabileceğini belirtilmiştir (Yavuzer, 1992).

Ebeveynin rolü çocuğa istenilen davranış ve alışkanlıkları öğretmek ve çocuğun iç denetim odağının gelişmesini sağlamaktır (Yavuzer, 2001). Fakat aşırı koruyuculuk boyutunda, çocuk kendi ihtiyaçlarını karşılayabilecek potansiyelde olmasına rağmen bu otonomiye elde edemez, kendi kendine başa çıkabileceği durumlara ebeveyn tarafından müdahale edilir ve sosyal ortamlarda çocuğun iletişim becerilerini geliştirmesine izin vermeyecek ölçüde müdahil olunur. Tüm bu davranışlar çocuğun problem çözme ve başa çıkma becerilerinin gelişimini engelleyebilir. Yavuzer (1998) çocuğun davranış seçiminde özgür hissettiği, seçimleri hakkında ebeveyni ile iletişim kurabildiği, yeni kazandığı yeteneği deneyip geliştirebildiği ortamda çocuğun kendine olan güveninin arttığını belirtmiştir.

Aşırı koruyuculuk ile ilgili olarak çocuğun yaşına göre uygunsuz şekilde davranılması, aşırı fiziksel ve sosyal ilişki, bağımsız davranış ve sosyal olgunluğu engelleme ve ebeveyn kontrolünün aşırı derecede yokluğu ya da baskınlığı olmak üzere

dört karakteristik özellik tanımlanmıştır (Thomasgard, Metz, Edelbrock ve Shonkoff, 1995). Ebeveynin bu tarzdaki tutumu çocuğun özerkliğine tehdit oluşturabilir, yaşına uygun olgunluk seviyesine ulaşmasına engel olabilir. Yapılan bir çalışmada ebeveynin aşırı korucuyu davranışının nedenlerinden biri, ebeveynin kendi içsel anksiyetesidir (Thomasgard ve Metz, 1993). Ayrıca aynı çalışma ebeveynin aşırı koruyuculuğunu değerlendirirken çocuğa, ebeveyne, aileye, çevreye ilişkin özelliklere, sosyokültürel yapıya ve dayanıklılık faktörlerine dikkat edilmesi gerektiğini belirtmiştir. Thomasgard ve Metz'in (1997) yaptığı bir başka çalışmada ise çocuklarını kırılgan olarak gören ebeveynlerin daha fazla aşırı koruyucu davrandığı görülmüştür. Diğer taraftan aşırı koruyucu tutumun ile otoriter tavrın da çocuğun öz anlayış gelişimini olumsuz etkilediği belirtilmiştir (Yılmaz ve Kesici, 2014).

Spada ve arkadaşları (2011) aşırı koruyucu ebeveynlerin, çocuğun bağımsız olarak üstlenebileceği faaliyetleri tek başlarına yapmalarına müsaade etmediklerini ve sınırlar koyduklarını belirtmiştir. Aşırı koruyuculuk ile ilgili çalışmalarda ebeveynlerden algılanan aşırı koruyucu tutum suçluluk, kaygı ve depresyon ile ilişkilendirilmiştir (Barber, 1996; Biggam ve Power, 1998; Burbach, Kashani ve Rosenberg, 1989; Eccles ve ark., 1997; Hudson ve Rapee, 2005; Laible ve Carlo, 2004). Anksiyete bozukluğuna sahip bireylerle yapılan çalışmada özellikle sosyal anksiyetesi olan yetişkinlerin annelerinden sağlıklı kontrol grubuna göre daha fazla kontrol algıladıkları bulunmuştur (Rappe ve Melville, 1997). Aynı doğrultuda sosyal ortamlarda anne ve babandan aşırı koruyucu tutum algılayan bireylerin daha çok kaygı yaşadığı bulunmuştur (Biggam ve Power, 1998). Bu durum, ebeveynin çocuğun sosyal ortamdaki davranışlarını düzenlemesi nedeniyle çocuğun kendi düzenleme becerisini geliştirememesi ve kaygı duyması ile açıklanabilir. Meites, Ingram ve Siegle (2011) anne aşırı koruyuculuğunun anksiyetenin fiziksel belirtileri ile babanın aşırı koruyuculuğunun ise kendilikle ilgili negatif inançlar ve endişeli olduğunda metanetini korumada zorlanma ile ilişkili olduğunu bulunmuştur.

Erken dönemde algılanan ebeveyn tutumlarının anksiyete ve depresyon ile ilişkisini çalışan araştırmaları inceleyen meta analiz çalışmasında çeşitli fobik bozukluklara sahip bireylerin sağlıklı kontrol grubuna göre ebeveynlerinden daha az sevgi ve daha çok kontrol algıladıkları bulunmuştur (Gerlsma, Emmelkamp ve Arrindell, 1990). Ebeveyn kontrolü ve aşırı koruyucu tutumunun yetişkinlikte kaygı ile ilişkisini gösteren çalışmalar yapılmıştır (Ballash, Leyfer, Buckley ve Woodruff-Borden, 2006; Reitman ve Asseff, 2010). Ebeveyn kontrolü, çocuklarda sağlıklı özerklik gelişimini engelleyebilir, çocukların durumlar

üzerinde yetersiz kontrol sağlamalarına neden olabilir ve çocukların sosyal durumlarla başa çıkmada gerekli olan becerileri geliştirmesini önleyebilir.

Hudson ve Rapee (2001) aşırı korumanın çocuğun tehlike algısını arttırdığını belirtmişlerdir. Çocuk ebeveynlerinin bu tutumu nedeniyle dünyayı tehlikeli, kendisini de korunmaya muhtaç olarak algılayabilir. Aynı zamanda bu durum çocuğun kendisine güveninin azalmasına neden olabilir. Çünkü ebeveynlerin bu tutumu çocuğun kendi başına olay ve durumlarla baş edemeyeceğini düşünmesine ve kendi becerilerini deneyimleme fırsatı olmadığı için kendisini yetersiz hissetmesine yol açabilir.

1.6.2.3. Reddedicilik

Reddedici tutum ise sıcaklık, ilgi, bakım ve duygusal iletişim gibi davranışsal ve duygusal tepkilerin yokluğuna ve fiziksel ve duygusal olarak incitici davranış ve sözler ifadeler ile tanımlanmaktadır (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2005). Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) reddedici tutumun eleştirel ve yargılayıcı tutumla ilişkili olduğunu belirtmiştir. Ebeveynlerinin düşmanca ve saldırganca davrandığı, kayıtsız kalınmış ve ihmal edilmiş bireylerin ebeveyn reddi algıladıkları söylenebilir. Alanyazında farklılaşmamış red olarak tanımlanan bir ebeveyn tutumu da tanımlanmıştır. Rohner, Khaleque ve Cournoyer (2005) farklılaşmamış reddi belirli bir saldırganlık, ihmal edicilik ve sevgisizlik görünmeksizin bireyin gerçekten ilgileniliyormuş ya da sevililiyormuş gibi hissetmediği durumları tanımlamak için kullanılmıştır.

Ebeveynleri tarafından reddedilmiş algılayan bireyler istenmediğini, değersiz ve önemsiz olduğunu düşünebilirler. Aile ortamında kötü davranış ve muamelelere maruz kaldıkları için diğer insanların ve dünyanın da güvenilmez olduğunu düşünebilirler. Kendilerini sevmeye ve değer verilmeye layık görmeyebilirler ve bu kendilerine ilişkin algılarını olumsuz etkileyebilir, diğerleri ile olan ilişkilerinde ise problem yaşamalarına neden olabilir. Yavuzer (1992) ve Kulaksızoğlu (2001) suçlayıcı, cezalandırıcı ve baskılayıcı bir tutum ile büyütülen çocuklarda aşağılık duygusunun gelişebileceğini, sevgisiz bir ortamda büyümüş ise kendini dışlanmış hissedebileceğini ve güvensizlik duygusu ya da isyan ve saldırgan bir tutum geliştirebileceğini söylemişlerdir.

Ayrıca duygusal istismarın boyutlarından biri olan reddedici anne baba tutumunun depresyon, kaygı, içedönüklük ve saldırganlık gibi psikolojik sorunlara yol açabileceği, kişilik gelişimi ve psikolojik sağlığını etkileyebileceği vurgulanmıştır (Yavuzer, 1992). Ebeveyn reddediciliğin ergenlerdeki uyum problemleri ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu

bulunmuştur (Faubert, Forehand, Thomas ve Wiersen, 1990). Ayrıca ebeveyn reddediciliği, aşırı kontrolü ve negatif duygulanımının ergendeki düşük kendilik algısı ile ilişkili olduğu görülmüştür (Garber, Robinson ve Valentiner, 1997). Yavuzer (1998) ebeveynin tehdit edici, fiziksel ve sözel şiddet içeren davranışlarının, sevgi göstermeyen, iletişimi kesen ve aşağılayan tavrının yani korku üzerine kurulan ilişkinin çocukta kaygı ile sindirilmişliğe diğer bir boyutta ise isyana sebep olabileceğini belirtmiştir. Benzer şekilde ebeveyn çocuk arasındaki duygusal etkileşimin az olmasının bireyin duygusal, fizyolojik, bilişsel ve toplumsal gelişimine de olumsuz etkileri olduğu söylenmiştir (Yavuzer, 2001). Aynı doğrultuda, annenin hem kendisinden hem de çocuktan alınan değerlendirmesine göre daha az bakım verici ve kabul edici tutumu ile ergendeki depresyon belirtilerinin artışı arasında ilişki olduğu bulunmuştur (Burbach, Kashani ve Rosenberg, 1989).

Sağlıklı ve işlevsel ailelerde yaşayan bireylerin ilgilenildikleri, bakım gördükleri, aile içinde duygu paylaşımının olduğu ve aile üyelerinin birbirlerinin ihtiyaçlarına duyarlı olduğu bilinmektedir (Bulut, 1993). Reddedici ebeveynin olduğu ailede yaşayan bireyler bu etkileşimden mahrum kalmaktadır ve durum ebeveyn reddinin çeşitli psikopatolojilerle ilişkisi ile açıklanabilir. Muris, Meester, Merckelbach ve Hülsebeck (2000) ebeveyninden algılanan reddedici ve endişeli tutum arttıkça bireyin aksiyete düzeyinin de arttığı bulunmuştur. Hoeve ve meslektaşları (2009), ebeveyn reddi, düşmanlık ve ihmalin suçlu davranışlarla ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Yavuzer (1992) yüksek sesle bağırma, aşağılama ve alay etme gibi reddedici ebeveyn tutumlarının bireyin benlik saygısı ve özgüvenine zarar verebileceğini belirtmiştir. Ayrıca ebeveyn reddinin depresif belirtilerin artması ile ilişkisini gösteren çalışmalar vardır (Pektaş, 2015; Yıldız ve Dağ, 2017).

Anne ve baba reddinin ayrı olarak incelendiği çalışmada her iki ebeveynin de reddinin çocuk üzerinde olumsuz etkileri olmasına rağmen çocuğun algıladığı anne reddinin baba reddine göre daha etkili olduğu görülmüştür (Yahav, 2006). Bu sonuç annenin duygusal sıcaklığının önemine işaret etmektedir. Benzer bir bulgu olarak anneden algılanan reddedici tutumun üniversite öğrencilerinin psikolojik iyi oluşları üzerinde anlamlı etkisi olduğu, baba reddinin ise anlamlı etkisinin olmadığı bulunmuştur (Özden ve Sertel-Berk, 2016). Ayrıca anne ve baba tutumlarını ayrı değerlendiren bir başka çalışmada bireyler babalarını duygusal olarak daha soğuk ve uzak algıladıklarını göstermiştir (Perris, Jacobsson, Linndström, Knorring ve Perris, 1980). Anlı ve Karşlı'nın (2010) çalışmasında ise, anneler genel olarak aşırı koruyucu, babalar ise reddedici olarak algılanmıştır. Bu bulgular da daha önce bahsedilen toplumsal cinsiyet rolleri ile ilişkili olabilir.

Genel olarak ebeveyn tutumları incelendiğinde, sağlıklı psikolojik gelişimin bağımsızlığı destekleyen, duygusal sıcaklığın ve ifadesinin yüksek, eleştiri ve aşırı kontrolün düşük olduğu aile ortamı ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Berg-Nielsen, Vikan ve Dahl, 2002; Rapee, 1997; Rommel, Nandrino, Ducro, Anrieux, Delecourt ve Antoine, 2012; Wood, McLeod, Sigman, Hwang ve Chu, 2003).

Bu üç ebeveyn tutumunun kişilik özellikleri, benlik ve psikiyatrik bozukluklar üzerindeki etkilerini değerlendirmek üzere çok sayıda araştırma yapılmıştır. Demokratik ebeveyn tutumunun çocukların sağlıklı kendilik algısı gelişiminde önemli rol oynadığı bulunmuştur (Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012; Sezer ve Vuslat, 2010; Yaman, 2018). Algılanan duygusal sıcaklığın düşük ve reddedicilik düzeyinin yüksek olması ile nörotisizm, zarardan kaçınma, haz bağıllığı, düşmanca tutum ve sosyal duyarlılık gibi özellikleri arasında ilişki olduğunu bulan araştırmalar yapılmıştır (Arrindell ve ark., 2005; Meesters ve ark., 1995; Schlette ve ark., 1998). Ayrıca bu ebeveyn tutumlarının düşük benlik saygısı (örn. Arrindell ve ark., 2005; Sezer ve Vuslat, 2010) ve öz yeterlik (Niditch ve Varela, 2012) gibi kişinin kendisine ilişkin algısı ile de ilişkili bir kavram olduğu belirtilmektedir.

Algılanan baba reddi ve anne aşırı koruyuculuğunun utangaçlık, sürekli kaygı, içe dönük öfke gibi psikolojik problemler için yordayıcı olduğu bulunmuştur (Safrancı, 2015). Hamarata, Baltacı, Üre ve Demirbaş (2010) ise benzer şekilde lise öğrencilerinde algılanan anne baba tutumlarını otoriter olarak belirten öğrencilerin utangaçlık düzeyini algılanan anne baba tutumlarını demokratik olarak belirten öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulmuştur. Erdoğan ve Uçukoğlu'nun (2011) çalışmasında anneyi reddedici ve aşırı korumacı algılayan çocukların atılganlık düzeyleri düşmekte iken anne tutumlarını duygusal anlamda sıcak algılayan çocukların atılganlık düzeyleri artmaktadır. Baba tutumları açısından değerlendirildiğinde ise reddedici ve aşırı korumacı tutum algılanması atılganlık düzeyini düşürmekte, duygusal olarak sıcaklık algılanması atılganlık düzeyi arttırmaktadır. Dirik, Yorulmaz ve Karancı'nın (2015) yaptığı çalışma bulgularına göre anne ve babasından yüksek duygusal sıcaklık algılayan bireylerin daha dışa dönük olduğu ve çocukluk döneminde anne ve babası tarafından aşırı korunduğunu ya da reddedildiğini algılayan bireylerin nörotisizm düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Buna göre annenin olumlu çocuk yetiştirme tutumu olan demokratik çocuk yetiştirme tutumunun çocuğun sosyal beceri gelişimini pozitif yönde etkilediği görülmüştür. Annenin otoriter, aşırı koruyucu, izin verici çocuk yetiştirme tutumunun çocuğun sosyal beceri gelişimini

olumsuz olarak etkilediğini belirten çalışma bulguları da bulunmaktadır (Özkafacı, 2012). Anlı ve Karşlı'nın (2010) bulguları ise ebeveyn tutumları ve yetişkinlikte psikopatolojiler arasında anlamlı ilişki olduğunu göstermektedir. Kişi erken dönem aile yaşantılarında baskın ebeveyn tutumu olarak reddedilme ya da aşırı koruyuculuk algılıyorsa, daha çok duygusal sıcaklık algılayan kişilere göre depresyon ve durumluk/sürekli anksiyete açısından yüksek derecede risk altında olma eğilimindedir.

1.7. AİLE, ANNE BABA TUTUMU VE SOSYAL ANKSİYETE

Anne babanın çocuğa ilişkin tavrı, tutumu ve çocuk ile etkileşimi çocuğun kendisine nasıl bir değer biçtiği ile ilişkilidir. Yavuzer (1992) çocuğun kendi benliğine ilişkin algılarının anne babası ile kurduğu ilişkiden etkilendiğini belirtmiştir. Örneğin, aile üyelerinin aşırı baskıcı, otoriter ve cezalandırıcı tutumları çocuğun kendisine ilişkin algısını yani benlik saygısını olumsuz yönde etkileyen ailesel faktörlerden biridir. Çocuğun benlik saygısı ve kendisine güveni, destek gördüğü, fikirlerinin dikkate alındığı, değer gördüğünü hissettiği bir ortamda gelişir.

Alanyazın incelendiğinde anne baba tutumu ile çeşitli psikopatolojiler arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Sosyal anksiyete ile anne baba tutumu arasında da anlamlı bir ilişki olduğu çalışma bulgularınca gösterilmektedir. Bu çalışmalarda genel olarak algılanan sıcaklığın düşük, reddediciliğin ve kontrolün yüksek olduğu aile ortamında büyüyen çocukların sosyal anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulunmuştur (Aka, 2011; Arrindell, Emmelkamp, Monsma ve Brilman, 1983; Arrindell, Kwee, Methorst, Van Der Ende, Pol ve Moritz, 1989; Erkan, 2002; Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012; Tezcan, 2015).

Ebeveyn tutumları ve aile özellikleri açısından yapılan bir çalışmada ebeveynlerinden ilgi ve sıcaklık algılayan, diğer bir deyişle “olumlu” aile ikliminde büyüyen çocukların, soğuk ve baskıcı ailelerde büyüyen çocuklara oranla, olumlu psikolojik özellikler ve davranışlar geliştirdiği söylenmiştir (Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010). Bireylerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkide ise aile yapısını olumlu olarak değerlendiren bireylerin benlik saygısı ve yaşam doyumu puanları daha yüksek bulunmuştur (Kirişoğlu, 2016) ve yakınlık, sınırlar, bağlılık ve birlik-beraberlik ve duygusal bağlam değişkenleri benlik saygısıyla güçlü bir ilişki göstermiştir. Benzer bulgular sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış ve almamış bireyler

karşılaştırıldığında görülmüş, erken dönemde aile içinde yaşanmış stresli olaylar ve bunlardan etkilenme düzeyleri arasında tanı alan grubun otoriter-baskıcı tutum, ilişkilerde duyarsızlık-tutarsızlık, anne-baba arasında uyumsuzluk, sosyal etkinliklerde kısıtlılık, ev ortamındaki düzensizlik, sosyal,sağlık ve ekonomik sorunlar açısından stres ve stresten etkilenme puanlarının anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmada, sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış gençlerin daha fazla, otoriter-baskıcı ve duyarsız-tutarsız ebeveyn tutumu algıladıklarını belirtilmiştir (Aydın, 2004). Bir diğer çalışma ise ebeveyn çatışması ve otoriter ebeveyn tutumunun sosyal anksiyete ile pozitif, kardeş ilişkisi ile negatif bir ilişkisi olduğunu ve kardeş ilişkisi ile sosyal anksiyete arasında ise aile bağlılığının aracı rolü olduğunu gösterilmiştir (Afshar, Safarifard, Hosseini ve Hodhodi, 2017). Özetle, anne baba tutumu ile birlikte diğer ailesel faktörlerin de sosyal anksiyete düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğunu gösteren çalışma bulguları alanyazında yer almaktadır.

Sosyal anksiyete ile ilişkili bir diğer ailesel faktör de ailenin kendi sosyalliği, yani ailenin sosyal etkileşimlerinin sıklığıdır. Bögels, Oosten, Muris ve Smulders (2001), anne ve çocuğun değerlendirmesine göre, annenin aşırı koruyuculuğunun yüksek ve ailenin daha az sosyal olarak algılandığı ortamın sosyal anksiyeteyi yordadığını bulmuştur. Ailenin çevresiyle az sosyal ilişkisinin olması, çocuğun sosyal etkileşim becerilerini geliştirmesi için uygun bir ortamın olmaması ya da çocuğun sosyal ilişki kurmak için teşvik edilmemesi ile ilişkili olabilir. Chartier, Walker ve Stein (2001) ailede evlilik çatışması olmasının ve ebeveynin psikolojik sağlığının çocukluk döneminde sosyal anksiyete düzeyi için risk faktörü olduğunu belirtmiştir. Kılıç (2019) ortaokul ve lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada anne babanın sosyal anksiyete düzeyi ile çocuğun sosyal anksiyete düzeyini karşılaştırmış ve ikisi arasında bir ilişki bulmuş, yani çocukların ebeveynlerine benzer sosyal tutum geliştiriyor olabileceklerini belirtmiştir. Sosyal anksiyete bozukluğuna sahip bireyler ile sağlıklı kontrol grubunu karşılaştıran çalışma bulgularına göre ise sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin ebeveynlerinde anksiyete, depresyon ve intihar eğiliminin daha fazla görüldüğü bildirilmiştir (Bandelow ve ark., 2004). Sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış çocuk ve ergenlerin anneleri ile kontrol grubundaki annelerin karşılaştırıldığı bir çalışmada, sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış çocuk ve ergenlerin annelerinin sosyal anksiyete puanları anlamlı ölçüde yüksek bulunmuştur (Çetinkaya, 2015). Benzer bir bulgu ebeveyni sosyal anksiyete tanısı almış çocukların psikiyatrik bir bozukluk geliştirme riski olduğunu belirtmiştir (Mancini, Van Ameringen, Szatmari, Fugere ve Boyle, 1996). Lieb ve arkadaşları (2000) ebeveynin sosyal anksiyetesi ve

depresyonu, diğerk anksiyete bozuklukları ve alkol problemleri ile ergenin sosyal anksiyetesi arasında güçlü bir ilişki olduğunu bulmuştur. Ebeveyn tutumları açısından ise aşırı koruyucu ve reddedici tutum arttıkça ergendeki sosyal anksiyete düzeyinin de arttığı bulunmuştur. Sosyal anksiyetesi olan ve olmayan çocukların anne babaları ile iletişimleri incelendiğinde ise sosyal anksiyetesi olanların pozitif geri bildirimi daha az, negatif geri bildirimi daha çok kullandıkları belirtilmiştir ve aynı zamanda sosyal anksiyetesi olan çocukların da iletişimlerinde negatif geri bildirimi daha sık kullandıkları görülmüştür (Hummel ve Gross, 2001).

Algılanan ebeveyn tutumları ve sosyal anksiyete arasındaki inceleyen ve lise öğrencileri ile yapılan bir çalışmada ana-baba tutumunu koruyucu ve otoriter olarak algılayan öğrencilerin olumsuz değerlendirilmekten korkma, sosyal kaçınma ve huzursuzluk düzeylerinden yüksek puan aldıkları görülürken demokratik ana-baba tutumuna sahip öğrencilerin ise bu tür ölçeklerden düşük puan aldıkları ve bu farkın anlamlı olduğu bulunmuştur (Erkan, Güçray ve Çam, 2002). Yapılan nitel bir çalışmanın bulgularında ise sosyal anksiyete düzeyi yüksek öğrencilerin problemlerini sadece anneleri ile, sosyal anksiyete düzeyi düşük öğrencilerin ise sorunlarını ana babaları ile paylaştıkları ve sosyal anksiyete düzeyi düşük öğrencilerin aile ortamını daha demokratik algıladıkları görülmüştür (Erkan, 2002). Bu bulgulardan farklı olarak Eroğlu'nun (2018) çalışması sosyal anksiyeteye demokratik tutum arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını fakat otoriter ve koruyucu anne baba tutumlarının sosyal anksiyeteyi anlamlı bir şekilde açıkladığını göstermiştir.

Üniversite öğrencilerinin sosyal anksiyete düzeylerini bazı değişkelere göre inceleyen bir çalışma ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerin reddedilme duyarlılığının, ebeveynlerini demokratik, tutarsız, ilgisiz ve koruyucu olarak algılayan bireylere göre daha yüksek olduğunu belirtmiş ve eleştirilme kaygısı açısından ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerin puan ortalamalarını; ebeveynlerini demokratik, tutarsız, ilgisiz ve koruyucu olarak algılayan bireylerin ortalamalarından daha yüksek bulunmuştur (Erözkan, 2007). Diğerk bir çalışma ilköğretim 5. sınıf öğrencileri ile yapılmış, benzer şekilde ebeveynin düşmanca yaklaşımı arttıkça sosyal anksiyetenin düzeyinin de arttığı, anne sıcak olarak algılandığında çocuğun kendine, geleceğine ve dünyaya olumlu bakış açısının da arttığı ve bunun aracı etkisiyle sosyal anksiyetenin azaldığı, annenin ihmali arttıkça ise çocuğun kendine, geleceğine ve dünyaya olumlu bakış açısının azaldığını ve bunun aracı etkisiyle de sosyal anksiyetenin arttığı ayrıca annenin ihmalkar ve ayrışmamış reddi içeren tutumunun çocuğun olumlu otomatik düşüncelerini

azaltarak, sosyal anksiyetesini arttırdığı belirtilmiştir (Tezcan, 2015). Ayrıca aynı çalışmada algılanan sıcaklık, ihmal, düşmanlık ve ayrışmamış red boyutları ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide bireyin kendine, geleceğine ve dünyaya ilişkin görüşünün aracı etkisi olduğu görülmüştür. Bu bulgu, algılanan ebeveyn tutumunun sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkisinde bilişsel faktörlerin etkisini göstermektedir.

Bazı çalışmalarda ise sosyal anksiyete ile kız ve erkeklerin algıladıkları ebeveyn tutumları ilişkisinde cinsiyet açısından farklılıklar bulmuştur. Lise öğrencilerinde algılanan ebeveynler arası çatışma ve baba tarafından red, sadece erkeklerde sosyal anksiyeteyi belirleyen faktörler olarak çıkarken, algılanan baba reddinin sosyal anksiyeteyi anlamakta, algılanan anne reddinden daha önemli olduğu bulunmuştur (Yılmaz, 2007). Ergenlerle yapılan başka bir çalışma kızlarda, sosyal anksiyete boyutları olan sosyal kaçınma, kritize edilme kaygısı ve değersizlik duygusu alt ölçekleri ile ebeveyn kabulü arasında ilişki bulurken, erkeklerde bu değişkenler açısından anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tanzi, 2018).

Köroğlu (2017) 20-40 yaş arası bireylerle yaptığı çalışmasında çocukluk ve ya ergenlik döneminde anne ve babası ile ilişkilerinde duygusal sıcaklık hisseden bireylerde sosyal kaygı ve kaçınma davranışının daha az görüldüğünü, babayı aşırı koruyucu ve anneyi reddedici algılayan bireylerin ise genel olarak sosyal anksiyete belirtilerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Benzer bir bulgu Parker'in (1979) çalışmasında gösterilmiştir. Bulgular sosyal anksiyetesi olan bireylerin her iki ebeveyninden de daha düşük sıcaklık ve yüksek düzeyde aşırı koruyuculuk algıladıklarını, yüksek sosyal anksiyete düzeyinin anneden fazla ilgi, babadan ise fazla aşırı koruyuculuk algısı ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir diğer çalışma da sosyal anksiyete bozukluğu ile aşırı koruyuculuk ve ebeveynlerden algılanan düşük sıcaklık boyutu arasında anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuş, çocukluk döneminde aşırı koruyuculuk algılamak ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide olayların sonuçlarının dışsal faktörlere dayandığına ilişkin bilişsel faktörlerin rol oynadığı belirtmiştir (Spokas ve Heimberg, 2008). Aşırı koruyucu tutumun sosyal beceri eksikliği ya da olaylar üzerindeki kontrolünün olmadığı düşüncesi ile ilgili olabileceği ve bunun da sosyal anksiyete düzeyini yükseltebileceği söylenebilir.

1.8. AİLESEL FAKTÖRLER İLE ANNE BABA TUTUMUNUN BİLİŞLER VE ÜSTBİLİŞLER İLE İLİŞKİSİ

Altan Atalay ve Ayvaşık (2019) yaptıkları çalışmada bilişsel boyutta tehdit ve tehlikeyi abartma eğilimi ile ailesel faktörler arasındaki ilişkiyi incelemiş, ebeveynlikle ilgili değişkenlerin anksiyete bozukluklarındaki bilişsel kırılganlığın gelişimini etkilediğini belirtmişlerdir. Bu ailesel faktörlerden özellikle anne aşırı koruyuculuğunun önemli bir değişken olduğu görülmüştür. Chow ve Lo (2017) ebeveynlik faktörleri ve tekrarlı düşüncelerle ilgili üstbilişsel inançların ilişkisini ergenlerle çalışmış, ebeveynler ve ergenlerin tekrarlı düşünceler ile ilgili olumlu üstbilişsel inançlarının birbiriyle ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca bulgulara göre olumsuz ebeveynlik ile ergenlerin tekrarlı düşünceler ile ilgili olumlu üstbilişsel inançları arasında önemli bir ilişki olduğu vurgulanmıştır (Chow ve Lo, 2017). Neel, Stark ve Maitre (2018) ebeveyn tutumlarının erken doğmuş çocuklarda sonraki bilişsel ve davranışsal çıktıları bir derleme çalışması ile araştırmış, ebeveynin kabul ve duyarlılığı ile kontrolünün çocuğun bilişsel gelişiminde önemli rol oynadığını belirtmiştir.

Schroeder ve Kelley'nin (2009) aile ortamı ve ebeveynlik pratiklerinin, DHEB tanısı almış ve almamış çocukların yürütücü işlevleri ile ilişkisini inceleyen çalışmasında, DHEB tanısı olmayan çocuklarda aile bağlılığı ve organizasyonu ile üstbilişsel yetenekleri düzenleme arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüş, tanı alan grupta ise böyle bir ilişki görülmemiştir. Aile ortamı ve ebeveynin sınır koyma biçiminin yürütücü işlevlerin gelişiminde tanı almamış grup için etkili bulunmuştur.

Anneler ve çocuklarıyla yapılan bir çalışma, belirsiz senaryolar vererek anne ve çocuğun kaygı içeren bilişlerinin ilişkisini incelemiştir. Annenin çocuğunun yaşamasını beklediği kaygı ile çocuğun kendisinin yaşamayı beklediği kaygı ilişkili bulmuş ve bunun çocuğun öğrenme süreçleri ile ilişkili olabileceği belirtilmiştir. Ayrıca aynı çalışmada ebeveynin çocuklarıyla ilgili bilişlerini hedeflemenin, çocukların uyumsuz bilişlerini engellemede veya azaltmada etkili olabileceği belirtilmiştir (Creswell ve O'Connor, 2006).

Alkol kötüye kullanımı olan ergenlerin üstbilişsel işlevleri üzerinde ailesel faktörlerin etkisini inceleyen Schroeder ve Kelley (2008), aile ortamının alkol kötüye kullanımı olan ve olmayan ergenler üzerindeki davranışsal ve metabilişsel düzenlemeye

katkıda bulunduğunu bulgulamıştır. Aynı çalışmada aile işlevselliğinin üstbilişsel becerilerle ilişkili olduğu belirtilmiş, düşük aile organizasyonu ve ailede açıklığın az olmasının daha fazla metabilişsel zorluklar ile ilişkisi olabileceği vurgulanmıştır. Ebeveynin çocuk yetiştirme tutumlarının bireydeki bilişsel ve üstbilişsel hatalarla ilişkili olduğunu, obsesif düşünceler ve endişe ile ebeveyn tutumları arasında üstbilişlerin aracı rol oynadığını gösteren çalışmalar bulguları da mevcuttur (Gallagher ve Cartwright-Hatton, 2008; Görgü, 2014; Spada ve ark., 2012).

1.9. ÜSTBİLİŞLER

Üstbilişler bireyin kendi bilişsel sistemi üzerine yaptığı değerlendirmeleri ve düşünme ile ilgili inançlarını tanımlamak için kullanılmaktadır. Bu kavram belli şekilde düşünme tarzının avantajları ile bedellerini değerlendirmeyi, düşünce stratejileri geliştirmeyi ve bireyin düşüncelerini kontrol etmesini içerir (Wells, 1995). Fisher ve Wells (2009) üstbilişlerin düşünme ve bilişsel süreçler içindeki spesifik bir kategori olduğunu ve bilişler üzerine uygulanan bilişler olarak tanımlanabileceğini belirtmiştir. Üstbilişler ayrıca düşünceyi değiştirme, durdurma ve sonlandırma gibi süreçler ile psikolojik bozukluklarla ilişkili olan işlevsiz düşünceleri de içermektedir (Fisher ve Wells, 2009).

Üstbilişsel faktörler neye dikkat ettiğimiz ve hangi faktörlerin bilince gireceği ile de ilişkilidir. Ayrıca düşünce ve duyguları düzenlemek için kullandığımız strateji türlerini değerlendirip etkileyerek şekil verir. Üstbilişsel yaklaşımı bilişsel yaklaşımdan ayıran nokta belirli bir düşünce tarzı ve inanç sistemi tanımlamasıdır. Burada belirtilen düşünme sistemi, endişeli ve ruminatif şekilde aşırı miktarda ve sürekli sözlü düşünmedir. Buna, dikkatin tehlikeye odaklandığı belirli bir atıf yanlılığı eşlik eder (Wells, 2009).

Wells ve Matthews (1996, 2015) ve Wells (2000) genel olarak psikopatolojilerde, üstbilişlere merkezi bir rol vermişlerdir. Üstbilişsel yaklaşımlar psikolojik bozukluğu, spesifik ve tekrarları içeren bir düşünme tarzı ile ve endişe, ruminasyon ve dikkatin tehlikeye odaklanması döngüsü ile açıklamaktadır. Wells (1994) işlevsiz düşünce ve negatif duyguların otomatik düşünce ya da bilişlerden değil de üstbilişlerden kaynaklandığını belirtmiştir. Wells'in üstbiliş yaklaşımında kişinin ne düşündüğünden çok nasıl düşündüğüne önem verilmektedir ve psikolojik belirtilerin kaynağında da bu olduğu

belirtilmektedir. Üstbilişler ile yapılan araştırmalar özellikle yaygın anksiyete, panik bozukluk ve obsesif kompulsif bozukluklara odaklanmış ve bu bozukluklara ilişkin belirtilerde üstbilişlerin etkisi görülmüştür. Wells (1995) yaygın anksiyete bozukluğu geliştiren bireylerin kaygının etkileri konusunda olumsuz ve olumlu inançlarla karakterize üstbilişsel işlev bozukluğuna sahip olduklarını belirtmiştir. Ayrıca kaygının kendisinin ruminasyonların odağı olduğu ve kaygı kontrolü için çabalanması durumunda meta-kaygının geliştiğini ve yalnızca meta- kaygının geliştiği durumda klinik açıdan problem görüldüğü belirtmiştir.

1.10. ÜSTBİLİŞLER İLE İLGİLİ MODELLER

Wells (2009) üstbilişi, üstbilişsel bilgi ve inançlar, üstbilişsel yaşantılar ve üstbilişsel stratejiler olmak üzere üçe ayırmıştır. Üstbilişsel bilgi ve inançlar, insanların kendi düşünceleri hakkındaki inanç ve teorilerini, belirli bir düşünce tarzına, bellek ve dikkat süreçlerine ilişkin değerlendirmesini içerir. Psikolojik bozuklukların üstbilişsel teorisine göre üstbilişsel bilgi ve inançlar, açık ve örtük inanç olmak üzere ikiye ayrılmıştır. ‘Kaygılanıyorsam bu sağlıklı olmadığımı gösterir.’ gibi sözel olarak ifade edilebilenler açık bilgidir. Örtük bilgi ise sözel olarak doğrudan ifade edilemeyen inançlardır ve kişinin sahip olduğu düşünme stilini temsil eder.

Bu üstbilişsel inançlara ek olarak olumlu ve olumsuz üstbilişsel alanlar olmak üzere iki geniş içerik alanı daha tanımlanmıştır (Wells, 2009). Olumlu üstbilişsel inançlar, bilişsel faaliyetlerde bulunmanın avantajları olduğuna ilişkin inançları içerir ve psikolojik bozukluklar ile ilişkili tarafı ise olumsuz, tekrarlayıcı bilişlerin de yararlı olduğunun düşünülmesidir. Bu düşünce şekline ‘Endişeli olmak başarılı olmamı sağlıyor’ düşüncesi örnek verilebilir. Olumsuz üstbilişsel inançlar ise, bilişsel süreçlerin (düşünce, bellek gibi) önemli, tehlikeli ve kontrol edilemez olduğuna ilişkin inançları içerir. Bu düşünce şekline ise ‘Aklımdan öyle şeyler geçiyor ki delireceğimi düşünüyorum.’ düşüncesi örnek olarak gösterilebilir.

Üstbilişsel yaşantılar, bireyin sahip olduğu zihinsel durumlarına ilişkin duygularını ve değerlendirmelerini içerir. Örneğin, kaygılanmak hakkında kaygılanmak yaygın

anksiyete bozukluğunun üstbilişsel yaşantılara bir örnektir. Düşüce ve inançları yaşantılarken nesne ve üstbilişsel yaşantılama olmak üzere iki farklı biçim belirlenmiştir. Nesne biçimi, düşünce ve inançların kendimize ve dünyaya ilişkin, doğrudan yaşantılar olarak algılanmasıdır. Üstbilişsel yaşantılama biçimi ise bireyin, bilinçli olarak düşüncelerini kendisinden ve dış dünyadan ayırabilmesidir. Üstbilişsel stratejiler ise, duygusal ve bilişsel kendini düzenlemede kullanılan, düşünceyi kontrol etmek ve değiştirmek için verilen tepkilerdir. Seçilen stratejiler, bilişsel aktivitelerin doğasını bastırabilir, yoğunlaştırabilir veya değiştirebilir. Bazı üstbilişsel stratejiler, işlevsiz düşünceleri ve olumsuz duyguları bilişsel bakış açısını değiştirerek azaltmayı amaçlar (Wells, 2009).

Wells ve Matthews (1996) tarafından önerilen Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevler Modeli (S-REF) psikolojik bozuklukların etiyolojisi ve sürdürülmesinde rol oynayan faktörlerin bilgi işlem süreçlerine dayanır. Bu modele göre bilişsel süreçler birbiriyle üç düzeyde etkileşim halindedir. İlk düzey, otomatik olarak devreye giren, refleksif ve farkındalık eşiğine ulaşamayan uyaran süreçleri ile ilişkilidir. İkinci düzey olayların bilinçli olarak değerlendirildiği, davranışların ve düşüncelerin kontrolünü içeren kapasite ile sınırlı düzeydir. Son düzey ise kendine yönelik bilgi ve inançların uzun süreli bellekte depolanmasıdır. Kendini düzenleme yürütücü işlevler modeli, bilinç düzeyinde işlev göstermektedir ve dikkat kaynakları ön plandır (Purdon ve Clark, 1999). Birey başa çıkma yolu olarak dikkati tehdit kaynaklarına odakladığında endişe temelli işleme yapar ve bireyde psikolojik sıkıntılara neden olur. Bireyin psikolojik bozukluk geliştirip geliştirmeyeceğini belirleyen şeyin kişinin işlevsiz düşüncelerine cevap verme şekli olduğu vurgulanmıştır.

Bireylerin sahip olduğu belirli düşünme tarzı ile olumsuz düşünce ve tehditlerle başa etme biçimi tüm psikolojik bozuklukların temel bileşenidir ve bu bireysel stile Bilişsel Dikkat Sendromu (CAS) denilmiştir (Fisher ve Wells, 2009). Bilişsel Dikkat Sendromu işlevsel olmayan üstbilişsel inançlardan oluşmakta, endişe, tehlike aramaya odaklanmış dikkat, işlevsiz başa çıkma biçimleri ile bireyin psikolojik sağlığı üzerinde rol oynamaktadır (Wells, 2009). Kendini Düzenleme Yürütücü İşlevler Modeli'ne göre olumsuz duygular Bilişsel Dikkat Sendromu'na bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Wells, 2009).

Flavell' in (1979) modelinde üstbilişlerin çok boyutlu bir kavram olduğu ve üstbilişsel bilgi, üstbilişsel deneyim, amaçlar ve stratejiler olmak üzere dört kategoride ele

alınabileceğini belirtilmiştir. Üstbilişsel bilgi, kişinin kendisi ve diğer insanların bilişsel becerilerine (kişisel, kişilerarası ve evrensel), bilişsel stratejilerine (hangi stratejilerin nerede, nasıl kullanılması gerektiği ve hedefe yönelik süreci değerlendirme) ve göreve (görevin gerekleri ve zorluk/kolaylık düzeyi) ilişkin bilgi ve inançlarını içermektedir ve bilişsel süreçlerin nasıl gerçekleştiğine dair sahip olunan düşünceleri de kapsamaktadır. Üstbilişsel bilgi, bu üç değişkenin birlikte ya da ikili olarak etkileşimli şekilde kullanılması ile ilişkilendirilmiştir. İnançlar üzerindeki düzenleme ve bilişsel etkinlikleri izleme işlemlerini içeren üstbilişsel deneyimler ise, üstbilişsel bilgiyi, bilişsel görev ve amaçları, bilişsel/üstbilişsel aktivite ve stratejileri etkilemektedir. Üstbilişsel deneyimler bireyin bilişsel süreçleri üzerinde yürütücü işlev görevi görmektedir ve özellikle dikkatli ve bilinçli düşünülmesi gereken durumlarda ortaya çıktığı düşünülmüştür. Ayrıca üstbilişsel deneyimlerin bilişsel veya üstbilişsel olmak üzere iki tür hedeften birine yönelik stratejileri aktive edebileceği belirtilmiştir.

Flavell üstbilişin bazen bilinçsiz ve duygu yüklü olabileceğini söylerken, Brown ve arkadaşları (1983) biliş yönetiminin amaçlı ve duygu içermeyen bir süreç olduğunu belirtmişlerdir (Akt., Özkaya, 2013). Brown'un (1978; 1987) üstbiliş modelinde, biliş yönetimi biliş bilgisi ve biliş düzenlenmesi olmak üzere iki boyutta ele alınmıştır. Biliş bilgisini, bireyin kendi bilişsel süreçlerine ilişkin sahip olduğu değerlendirmeler olarak tanımlamış, sabit, açıklanabilir, yanılabilir ve yaşa göre değişken özellikleri olduğunu söylemiştir. Biliş düzenlemesini ise bireyin bilişsel süreçlerini denetlenmesi, izlemesi ve bildiklerini kullanma durumu ile açıklamış, değişken ve göreve/duruma bağlı özellikleri olduğunu belirtmiştir. Biliş bilgisi ve biliş düzenlemesini etkileşim halinde, ilişkili süreçler olarak ele almıştır (Akt., Karakelle ve Saraç, 2007). Brown (1987) biliş yönetimi bilgisini açıklayıcı bilgi (bireyin kapasitesi hakkındaki), prosedürel bilgi (stratejinin nasıl kullanılacağını bilmek) ve durumsal bilgi (stratejilerin niçin ve ne zaman kullanılacağını bilmek) olmak üzere üçe ayırmıştır (Akt., Schraw ve Moshman, 1995).

Schraw ve Moshman, Brown'un üstbiliş modelinde yaptığı biliş bilgisi ve bilişin düzenlenmesi sınıflandırmasını daha ayrıntılı ele almıştır (Schraw ve Moshman, 1995). Bu modelde de biliş yönetimi, biliş bilgisi ve biliş düzenlemesi olarak ikiye ayrılmış, biliş bilgisinin açıklayıcı, prosedürel ve durumsal bilgiyi içerdiği belirtilmiştir. Schraw (1998) biliş düzenlemesini ise planlama, izleme ve değerlendirme olmak üzere üç alt başlıkta ele almıştır. Planlama bilişsel kaynakları ortaya koyarak amaç belirlemek, izleme performansı analiz etmek ve önceki deneyimler ile karşılaştırmak, değerlendirme ise ortaya konulan

performansın verimliliğinin incelenmesi olarak tanımlanmıştır (Schraw ve Dennison, 1994; Schraw, 1998; Schraw ve Moshman, 1995).

Bir diğer üstbilgi modeli bu kavramı öz değerlendirme ve öz yönetim olarak iki boyutta değerlendirmiştir (Jacobs ve Paris, 1987). Bu modele göre öz değerlendirme, bireyin belirli bir alan veya görev hakkında ne bildiğine ilişkin sabit değerlendirmesini içerir ve açıklayıcı, prosedürel ve durumsal bilgi olarak alt boyutlara ayrılır. Öz yönetim ise, bilgiyi eyleme dönüştürmenin dinamik yönleri şeklinde tanımlanmakta ve planlama, değerlendirme ve düzenleme boyutlarını içermektedir.

Tobias ve Everson (2002) üstbilgi bileşenlerini; planlama, strateji seçme, öğrenmeyi değerlendirme ve bilgiyi izleme (neyi bilip neyi bilmediğini anlama yeteneği) olarak belirlemiş kontrolün ise bu süreçlerde rol oynadığını açıklamıştır. Daha önce öğrenilen bilgiyi izlemenin üstbilgisel süreç için temel olduğunu veya önkoşul olarak ele alınabileceğini açıklamışlardır. Bireyin neyi bilip neyi bilmediğini ayırt edemediği durumlarda, geçmiş öğrenmelerini değerlendirmek ve öğrendiklerini etkili şekilde kontrol etmek için plan yapmak gibi üstbilgisel aktiviteleri gerçekleştiremeyeceğini belirtmişlerdir.

Nelson ve Narens üstbilgi, üst düzey ve nesne düzeyi olmak üzere birbiriyle ilişkili iki boyutta ele almıştır. Bilgi akışında üst düzey süreçler, izleme ve kontrol mekanizmalarıyla nesne düzeyi ile etkileşim halindedir. Nesne düzeyinden üst düzeye olan bilgi akışı “izleme”, üst düzeyden nesne düzeyine olan bilgi akışı “kontrol” süreci olarak tanımlanmıştır. Ayrıca üst düzeyin, nesne düzeyinin dinamik modelini içerdiğini belirtmişlerdir (Nelson ve Narens, 1990).

Pintrich ve arkadaşları üstbilgi üç kategoride ele almışlardır; (1) üstbilgisel bilgi, (2) üstbilgisel muhakeme ile izleme, (3) öz düzenleme ve bilişlerin kontrolü. Üstbilgisel bilgi, biliş ve bilişsel stratejilerin açıklayıcı, prosedürel ve durumsal bilgisini, görev ile ortama ilişkin bilgileri ve kendiliğe ilişkin bilgileri içermektedir. Üstbilgisel muhakeme ile izleme, öğrenme görevinin kolaylık, zorluk durumunu değerlendirmeyi, öğrenmenin kavranmasının izlenmesini, bilme hissini ve yargının doğruluğu ile uygunluğunun yargılanmasını içermektedir. Öz düzenleme ve bilişlerin kontrolü ise planlama faaliyetlerini, strateji seçme ve kullanmayı, kaynakların tahsisini ve istemli kontrolü içermektedir (Pintrich, Wolters ve Baxter, 2000).

1.11. ÜSTBİLİŞ, ANNE BABA TUTUMU VE SOSYAL ANKSİYETE İLE İLGİLİ ÇALIŞMALAR

Sosyal anksiyetenin üstbilişsel modelinde kişiler arası ilişkilerde sıkıntı yaşayanların kendi bilişsel ve algısal işlemleri ile çok fazla uğraştıkları belirtilmiştir (Hartman, 1983). Bu bireylerin kendilerini sosyal olarak yetersiz algıladığı, fizyolojik uyarılmaları ve kendi devam eden performansı ile aşırı meşgul olduğu görülmüştür. Ayrıca bu bireylerin endişelenmenin, kendilerini tehlike durumunda korumaya yardım edeceğine ilişkin olumlu üstbilişsel inançları olabileceği söylenmiştir. Hartman (1983) bu üstbilişsel mekanizmanın sosyal kaçınma ile sıkıntıya aracılık ettiğini, etkileşimli olarak sürekli ve eşzamanlı çalıştığını ayrıca, artan bir kaygı döngüsü ile sonuçlanan bir geri bildirim sistemini içerdiğini belirtmiştir.

Safrancı (2010) üstbilişlerin çeşitli psikopatolojilerle ilişkisini incelemiş (sürekli kaygı, endişe, depresyon ve sosyal kaygı-kaçınma), üstbilişlerin alt boyutlarından düşünce ve tehlikenin kontrol edilemezliği ile ilgili olumsuz inançların bu psikopatolojilerdeki belirtilerle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Kaygı ve depresyon tanısı almış 384 katılımcı ile yapılan bir derleme çalışması da üstbilişsel tedavinin kaygı ve depresyon bozuklukları tedavisinde etkili bir yöntem olduğunu göstermiştir (Normann, Emmerik ve Morina, 2014). Dragan, Dragan, Kononowicz ve Wells (2012) de psikopatolojilerde üstbilişsel modelin önemini bulgulamış, üstbilişlerin anksiyete üzerinde bağımsız katkısı ve ilişkisi olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca üstbilişlerin mizaç ile kaygı arasında da aracı etkisi olduğunu; kaygı ile ilgili olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlikeyle ilgili düşüncelere ilişkin olumsuz inançlar ve düşüncelerin kontrol edilmemesinin sonuçlarıyla ilgili olumsuz inançların bu ilişkiye aracılık ettiğini bulmuşlardır.

Sosyal anksiyete düzeyi ile ruminasyonlarla ilgili olumlu üstbilişsel inançlar arasında, depresyon düzeyi, cinsiyet değişkeni ve ruminasyon ile ilişkili mizaç özellikleri kontrol edildiğinde bile, pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmüştür (Wong ve Moulds, 2010). Diğer bir ifadeyle, sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan bireylerin tekrarlı düşünceler hakkında olumlu üstbilişsel inançlara sahip olduğu ve bulguların S-REF modelini desteklediği belirtilmiştir. Benzer bir sonuç bulan başka bir çalışmada, kaygı ile ilgili olumlu üstbilişsel inançların sosyal anksiyete ile ilişkisi olduğu görülmüş ve sosyal ortama girmeden önce performansla ilgili tekrarlı şekilde ortaya çıkan olumsuz

beklentilerle ilgili inançların da kişinin kaygı düzeyini etkilediği görülmüştür (Vassilopoulos, Brouzos ve Moberly, 2015).

Gavric, Moscovitch, Rowa ve McCabe (2017) yaptıkları çalışmada, katılımcıların performans algıları ve olumlu metabilşsel inançlarının, anksiyete uyandıran sosyal olaydan sonraki tekrarlayan olumsuz düşünceleri (olay sonrası işleme) ile ilişkisini incelemiştir. Sosyal anksiyetesi olan katılımcılar ile sağlıklı kontrol grubunun karşılaştırıldığı çalışmada, sosyal anksiyetesi olan katılımcıların kendi performanslarını daha olumsuz değerlendirdiği ve olay sonrası işleme hakkında daha fazla olumlu üstbilişsel inancı doğruladığı bulunmuştur. Özetle çalışma bulguları, sosyal anksiyetesi olan bireylerin kendi performanslarına ilişkin önyargılı değerlendirmelerinin, geçmişteki sosyal olayları incelemenin değerine ilişkin inançlar ile birlikte sosyal olay sonrasındaki problematik düşünme örüntüsüne katkıda bulunduğunu göstermiştir ve bu bulguların S-REF modeli (Wells ve Matthews, 1996) ile tutarlı olduğu belirtilmiştir. Üstbilişsel inançlar ve sosyal anksiyete ilişkisini klinik olmayan örnekleme inceleyen bir başka çalışma da, üstbilişsel inançlarla sosyal anksiyete arasında pozitif ilişki bulmuş ve Wells ve Matthews'ın modelini destekleyen sonuçlar ortaya koymuştur (Amouzadeh, Chesly ve Amouzadeh, 2013). Ayrıca bu çalışma kontrol edilemezlik tehlikesi ve bilişsel kendini farkındalığın kaçınmayı, düşünce ve tehlikenin denetlenemezliği ile ilgili olumsuz inançların korkuyu yordadığını bulmuştur. Fizyolojik uyarılmanın yordayıcılarının ise düşünce ve tehlikenin kontrol edilemezliğine dair olumsuz inançlar ve endişe ile bilişsel güvenlik hakkındaki olumlu inançlar olduğu görülmüştür.

Sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış bireylerde endişe hakkındaki olumlu üstbilişsel inançlar ve gözlemcinin perspektifinden görünüş kendini olumsuz değerlendirme ile pozitif ilişkili bulunmuştur ve kendini olumsuz değerlendirme için önemli yordayıcılar olduğu görülmüştür (Nordahl, Nordahl ve Wells, 2016). Nordahl ve Wells, sosyal anksiyete bozukluğunun tedavisinde üstbilişsel yaklaşımların bilişsel yaklaşımlara göre daha etkili olduğunu belirtmiştir. Kontrol edilemezlikle ilgili olumsuz üstbilişsel inançların, tehlike düşüncelerinin ve bilişsel inançlarla ilgili değerlendirmelerin sosyal anksiyetenin tedavisinde etkili olabileceğini vurgulamış ve çalışma bulgularına göre psikolojik bozuklukların gelişmesinde üstbilişlerin bilişlerden daha etkili olduğunu bulmuşlardır (Nordahl ve Wells, 2017). Nordahl ve arkadaşlarının yaptığı bir diğer çalışmada, üstbilişsel inançların sosyal anksiyetede kaygı ve depresyon belirtileri ile ilişkili olduğunu bulmuş, fakat kontrol edilemezlikle ilgili olumsuz üstbilişsel inançların,

tehlike düşüncelerinin ve bilişsel inançlarla ilgili değerlendirmelerin sosyal anksiyetesi olan katılımcılardaki depresif belirtiler ile daha güçlü bir ilişkisi olduğu görülmüştür. Aynı çalışma, üstbilişsel inançların sosyal anksiyetenin depresyon ile eş tanısında psikopatoloji riskini arttırdığını belirtmiştir (Nordahl, Nordahl, Vogel ve Wells, 2017).

Gkika ve Wells (2016) üstbilişsel inançlar ve durumluk kaygıdaki gelecek performansa ilişkin tekrarlı düşüncelerin yüksek düzeyde sosyal anksiyete gösteren bireyler üzerindeki etkisini incelemiş ve sonraki performansa ilişkin ruminatif düşünceler ile yüksek kontrol edilemezlik/tehlike üstbilişsel inançlarının anksiyete ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Düşünceler ve endişe ile ilgili olumsuz üstbilişsel inançların yüksek olmasının kaygı ile daha yüksek ilişkili olduğunu ve kaygı hakkındaki olumlu üstbilişsel inancın yüksek olmasının topluluk önünde konuşma öncesi kaygıda daha az bir artış ile ilişkili olduğunu ancak kaygılarının, performans sonuna kadar olumlu üstbilişsel inancı düşük katılımcılara kıyasla devam ettiğini belirtmiştir. Gkika, Wittkowski ve Wells'in klinik olan ve olmayan katılımcıların dahil olduğu 23 çalışmayı derledikleri araştırmalarında, düşünceleri kontrol edebilme konusundaki inançlar ile olumlu ve olumsuz üstbilişsel inançların sosyal anksiyete ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüş ve üstbilişsel inançların, bilişsel süreçlerle doğrudan ve dolaylı olarak sosyal anksiyeteye pozitif yönde katkı sağladığı belirtilmiştir (Gkika ve ark., 2017).

Çiçekçi (2009) sosyal anksiyete ve üstbiliş arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, sosyal anksiyetenin kaygı alt boyutu ile üstbilişin kontrol edilemezlik/tehlike alt boyutu ve sosyal anksiyetenin kaçınma alt boyutu ile üstbilişin olumlu inançlar, kontrol edilemezlik/tehlike alt boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulmuştur. Üstbilişin, olumlu inançlar ve kontrol edilemezlik/tehlike alt boyutlarının düzeyi arttıkça sosyal anksiyete düzeyinin de arttığını bulunmuştur. Ayrıca üstbiliş ölçeğinden alınan toplam puan arttıkça da sosyal anksiyete ölçeğinin alt boyutları olan kaygı ile kaçınmanın arttığı görülmüştür. Bu çalışma bulgularına benzer şekilde Safrancı (2010) da endişe ile ilgili olumlu inançların sürekli kaygı, endişe ve sosyal kaçınma boyutları ile ilişkili olduğunu ve bilişsel farkındalığın bu boyutları yordadığını belirtmiştir.

Üstbilişler ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi inceleyen başka bir çalışma, üstbilişin tüm alt boyutları ile sosyal anksiyete arasında anlamlı pozitif ilişki bulmuştur. Özellikle üstbilişin olumsuz inançlar, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel güvensizlik alt boyutları ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki yüksek ilişki dikkat çekmiş ve bu boyutların kaygı belirtilerini yordadığı sonucuna ulaşılmıştır (Hüroğlu, 2018). Benzer bir

bulgu Tosun ve Irmak'ın (2008) araştırmasında gösterilmiş, kaygı ile üstbilişin tüm boyutları arasında anlamlı pozitif ilişki ve olumsuz inançlar (düşüncelere dair endişeler, düşüncelerin kontrol edilemezliği ve tehlike), bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı boyutları ile kaygı arasında yüksek ilişki olduğu bulunmuştur. Durusoy'un çalışmasında ise sosyal anksiyete düzeyi arttıkça üstbilişin tüm boyutlarında da puanların arttığı bulunmuştur. Genel sosyal anksiyete puanları ile üstbilişin olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel güven alt boyutları arasında ve sosyal anksiyetenin kaçınma alt boyutu ile üstbilişin tüm boyutları arasında anlamlı pozitif ilişki belirlenmiştir. Bireyin düşüncelerini kontrol edemeyeceğine ilişkin olumsuz inançları arttıkça sosyal anksiyete düzeyinin de arttığı ve üstbilişsel inançların tek başına sosyal anksiyetenin %5'ini açıklayabildiği tespit edilmiştir. Ayrıca aynı çalışmada üstbilişin bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı boyutlarının sosyal anksiyete üzerinde anlamlı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu bulgulanmıştır (Durusoy, 2019).

Üstbilişsel düzeyleri düşük ve yüksek lise öğrencilerinin ebeveyn tutumları açısından incelendiği çalışma ise (Karakelle ve Şentürk, 2006) üstbilişsel özelliklerdeki ebeveyn tutumu ile ilişkisi olduğunu, çocuk yetiştirme tutumlarından olan ev kadınlığını reddetme ve sıkı disiplin boyutlarının üst bilişsel düzeyleri yüksek grup lehine farklılık gösterdiği belirtilmiştir.

Alanyazın incelendiğinde, üstbilişsel inançların anne baba tutumu ve anksiyete ile ilişkisi sadece bir kaç çalışmada araştırılmıştır. Üstbilişler ile ebeveyn aşırı koruyuculuğu ilişkisinde anksiyeteyi aracı değişken olarak inceleyen bir çalışma, üstbilişsel inançların (endişe ile ilgili olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike ile ilgili düşünceler hakkında olumsuz inançlar ve düşünceleri kontrol etme ihtiyacına ilişkin inançlar) cinsiyet, kaygı ve ebeveyn aşırı korumasından bağımsız olarak kaygı düzeyini yordadığını bulmuştur. Ebeveyn aşırı koruyuculuğunun ise yüksek düzey işlevsiz üstbilişsel inançlar ile birlikte anksiyetenin gelişiminde risk faktörü olduğu görülmüştür (Spada ve ark., 2011). Gallagher ve Cartwright-Hatton (2008) 16-18 yaşlarındaki ergenlerle yaptıkları çalışmada ebeveynlik faktörlerinin sürekli anksiyete ile ilişkisinde üstbilişler ve bilişsel hataların rolünü incelenmiş, aşırı tepkisel (sert, cezalandırıcı) ebeveyn tutumları ile yetişen çocukların endişe hakkındaki üstbilişsel inançlarının işlevsiz olduğunu bulmuşlardır. Aşırı tepkisel ebeveynlik ile anksiyete; aynı ebeveynlik tutumu ile üstbilişler ve üstbilişler ile anksiyete arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca aynı çalışma ebeveynlik tutumu ile kaygı arasında üstbilişlerin kısmi olarak aracı rolü olduğunu bulmuştur. Türkiye' de üstbilişsel inançlar, algılanan ebeveyn tutumları ve endişe ile

obsesif düşüncelerin çalışıldığı araştırmada ise Görgü (2014), anne aşırı koruması ile endişe arasında üstbilişlerin tam aracı rol oynadığını bulmuştur. Ayrıca baba reddi ile obsesif düşünceler arasında üstbilişin alt boyutu olan olumlu inancın kısmi aracı rolü olduğu ve annenin aşırı korumacı tutumu ile obsesif düşünceler arasında üstbilişlerin tam aracı rolü olduğu belirtilmiştir.

1.12. TEZİN AMACI

Alanyazın incelendiğinde ailesel faktörler ve algılanan anne baba tutumunun çeşitli psikopatolojilerle ilişkisi olduğu görülmektedir. Sosyal anksiyete bozukluğu etiyolojisinde de önemli modellerden biri olan ailesel faktörler, aile ortamı ve algılanan ebeveyn tutumu bireyin sosyal, bilişsel ve fiziksel gelişimde önemli rol oynamaktadır. Çalışma bulgularına göre ebeveyn tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri arasında bir ilişki olduğu görülmektedir. Algılanan anne baba tutumundan sıcaklığın düşük, aşırı koruyuculuk ve reddediciliğin yüksek olmasının sosyal anksiyete düzeyindeki artış üzerinde etkisi belirtilmektedir (Aka, 2011; Arrindell, Emmelkamp, Monsma ve Brilman, 1983; Arrindell, Kwee, Methorst, Van Der Ende, Pol ve Moritz, 1989; Erkan, 2002; Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012; Tezcan, 2015). Bu bulgular doğrultusunda anne baba tutumunun bireyin sosyal anksiyete düzeyi üzerinde önemli rol oynadığı varsayılmaktadır.

Ebeveynler çocuğun kendisine güvenini artırır, bağımsız davranışını, ve olumlu gelişimini destekler ve tüm bunları içten bir ilgi ve sevgi ile yaparlarsa çocuğun psikolojik ve fizyolojik gelişimini desteklenmiş olurlar (Yörükoğlu, 2013). Ailenin birey üzerindeki etkisi oldukça önemli görülmektedir. Yapılan araştırmalarda ise bu etkinin çocuğun yaşamını ilerleyen dönemlerde de oldukça kritik şekilde etkilediği görülmüştür. Birey, aile ortamında kendine, diğer insanlara ve dünyaya ilişkin inançlar geliştirir, düşünce sistemleri oluşturur yani bireyin bilişsel gelişimi ve düşünme biçimi ailesel faktörlerden etkilenir (Santrock, 2012). Üstbilişler ile anne baba tutumu ilişkisi az çalışılmış bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Türkiye'de yapılmış bir çalışma üstbilişsel düzeyleri düşük ve yüksek lise öğrencilerinin ebeveyn tutumları açısından incelemiş, üstbilişsel özelliklerin ebeveyn tutumu ile ilişkisi olduğunu göstermiştir (Karakelle ve Şentürk, 2006). Çocuğun

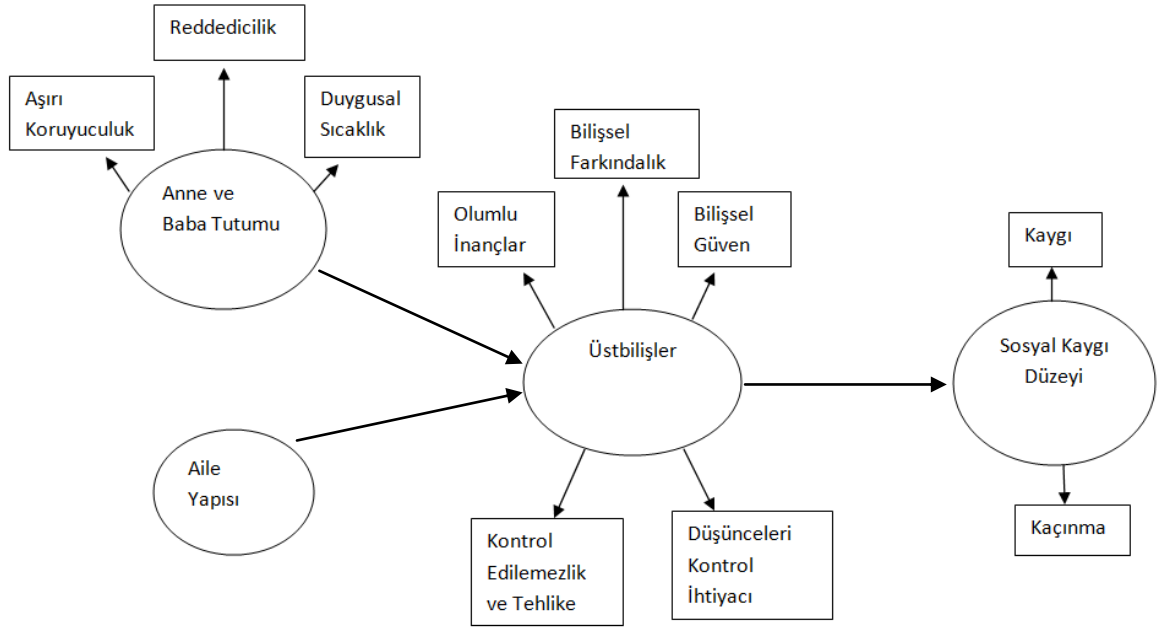
bilişsel gelişimi ile ilgili bilinenler doğrultusunda çocuğun üstbilişlerinin de anne baba tutumundan etkileneceği düşünülmektedir.

Sosyal anksiyete bozukluğu ile ilgili modeller ve terapi yöntemleri incelendiğinde çalışmaların üstbilişlerin öneminin vurgulandığı görülmektedir (Hartman, 1983; Wells, 1994, 2000, 2009; Wells ve Matthews, 1996, 2015). Bu modeller kaygının kişinin düşüncelerinin içeriğinden çok düşünce yapısından kaynaklandığını belirtmektedir. Hartman (1983) üstbilişsel mekanizmaların sosyal kaçınma ile anksiyeteye aracılık ettiğini ve endişelenmeye ilişkin olumlu üstbilişsel inançların bir kaygı döngüsüne yol açarak kaygının sürdürülmesi ve kaçınma ile devam ettiğini belirtmiştir. Üstbilişsel süreçlerin bireyin sosyal anksiyete düzeyini etkileyeceği öngörülmüştür.

Son olarak üstbilişsel inançların anne baba tutumu ve anksiyete ile ilişkisinin incelendiği çalışmalarda, ebeveyn aşırı koruyuculuğunun yüksek düzey işlevsiz üstbilişsel inançlar ile birlikte anksiyetenin gelişiminde risk faktörü olduğu belirtilmiş (Spada ve ark., 2012), ebeveynlik tutumu ile kaygı arasında üstbilişlerin kısmi olarak aracı rolü olduğunu bulunmuştur (Gallagher ve Cartwright-Hatton, 2008). Görgü (2014) ise anne aşırı koruması ile endişe arasında üstbilişlerin tam aracı rol oynadığını belirtmiştir.

Özetlenen kuramsal çerçeve bağlamında bu çalışmanın amacı üstbilişlerin anne baba tutumu ve aile yapısı ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki aracı rolünü ortaya koymaktır. Araştırma ile test edilmek istenen model Şekil 1'de verilmiştir.

Şekil 1. Araştırma Modeli



1.13. ARAŞTIRMA SORUSU VE HİPOTEZLER

Bu çalışmanın araştırma soruları şunlardır:

1. Aile yapısı, anne baba tutumları, üstbilişler ve sosyal anksiyete belirti düzeyi arasındaki ilişkiler anlamlı mıdır?
2. Sosyal anksiyete bozukluğu ile aile yapısı ve anne baba tutumları arasındaki ilişkide üstbilişlerin aracı rolünü öneren model anlamlı mıdır?

Bu çalışmada test edilecek araştırma hipotezleri şunlardır:

H1: Bireylerin anne baba tutumlarından aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları ile sosyal anksiyete düzeyi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Bireylerin anne baba tutumlarından duygusal sıcaklık puanı ile sosyal anksiyete düzeyi arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H3: Bireylerin üstbilişsel değerlendirmelerinden, düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar ile sosyal anksiyete düzeyi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H4: Anne baba tutumlarından aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanı ile bireylerin düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar alt boyut puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H5: Anne baba tutumlarından duygusal sıcaklık puanı ile bireylerin düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar alt boyut puanları arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H6: Aile yapısı ölçeğinden alınan toplam puan ile sosyal anksiyete düzeyi arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H7: Aile yapısı ölçeğinden alınan toplam puan ile düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki vardır.

H8: Aile yapısı ve algılanan anne baba tutumu ile sosyal anksiyete düzeyi arasında üstbilişlerin aracı rolü olması vardır.

Alanyazında, anne baba tutumu ile üstbilişlerin aracı rolünü sosyal anksiyete düzeyi ile inceleyen bir çalışma yer almamaktadır. Ayrıca aile yapısı ile sosyal anksiyete düzeyinin ve üstbilişlerin ayrı ya da birlikte olarak çalışıldığı bir araştırma da bulunmamaktadır. Anne baba tutumları ve sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişki ile ilgili çalışma bulguları ise net değildir. Anne baba tutumunun üstbilişlere etkisi ise yalnızca üç çalışmanın bulguları ile sınırlıdır. Bu çalışmanın önemi ailesel faktörlerin sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkisinde üstbilişlerin aracı rolünü araştırarak bu konu ile ilgili alandaki bilgi boşluğunu gidermektir. Ayrıca yapılan araştırma bulgularının çocuk yetiştirme ve ailesel faktörlerle ilgili değinilmemiş konulara açıklık getirdiği düşünülmektedir.

2. BÖLÜM: YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın katılımcı grubunu oluşturan örneklemin özelliklerine, kullanılan veri araçlarının özelliklerine, veri toplama işlemi sırasında izlenen yöntem ve veriyi analiz etmek için kullanılan programlara yönelik bilgiler aktarılacaktır.

2.1. ÖRNEKLEM

Araştırma için 2020 yılı Ocak-Nisan aylarında veri toplanmıştır. Çalışmanın örneklemini 373 katılımcıdan oluşturmaktadır. Örneklem internet üzerinden ve yüz yüze bireysel/grup halinde uygulamalar ile oluşturulmuştur. Katılımcılardan elde edilen veriler kayıp ve uç değerlere göre değerlendirilmiş ve bu özellikler açısından yanlılık oluşturabileceği düşünülen 40 katılımcının araştırma kapsamı dışında tutulmasına karar verilmiştir. Böylelikle veri setinin son hali 333 üniversite öğrencisiyle oluşturulmuştur; bunlardan 222'si (% 66.7) kadın, 111'i (% 33.3) erkek katılımcıdır. Örneklemi oluşturan katılımcıların yaş aralığı 18-25, yaş ortalaması ise 21.96 (SS=2.14) olarak hesaplanmıştır.

Katılımcılar arasında herhangi bir psikiyatrik bozukluğu (anksiyete, bağımlı kişilik, bunalım, sinir, depresyon, DEHB, sosyal anksiyete, panik atak, OKB) olduğunu bildiren 19 kişi bulunmaktadır, bir kişi de bu soruyu boş bırakmıştır. Psikiyatrik bozukluğu olduğunu bildiren bu 19 kişiden 9'u ilaç kullandığını bildirmiş, diğer katılımcılar herhangi bir tedavi almadıkları yönünde bilgi vermişlerdir.

Katılımcılara ve katılımcıların ebeveynlerine yönelik diğer demografik bilgiler kişisel bilgi formuna verilen cevaplar doğrultusunda oluşturulmuş olup Tablo 1 ve Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Bilgiler

Değişkenler	Sıklık	Yüzde %
Cinsiyet		
Kadın	222	67.6
Erkek	111	33.3
Medeni Durum		
Evli	9	2.7
Bekar	319	95.8
Diğer	2	.6
Kayıp Değer	3	.9
Algılanan Gelir Düzeyi		
Düşük	60	18
Orta	225	67.6
Yüksek	22	6.6
Kayıp Değer	26	7.8
Yaşadığı Yer		
Ev	289	86.8
Yurt	36	10.8
Diğer	7	2.1
Kayıp Değer	1	.3
Birlikte Yaşadığı Kişi/Kişiler		
Aile	228	68.5
Arkadaş	53	15.9
Diğer	39	11.7
Kayıp Değer	13	3.9
Çocukluk Döneminde Bakımını Sağlayan Kişi/Kişiler		
Anne ve babam	262	78.7
Tek ebeveyn	16	4.8
Anneanne/Babaanne	14	4.2
Diğer	10	3
Kayıp Değer	31	9.3

Tablo 2. Ebeveyne İlişkin Demografik Bilgiler

DEĞİŞKENLER	SIKLIK	YÜZDE %
Eğitim Düzeyi		
<i>Anne</i>		
Okur-yazar değil	13	3.9
Okur yazar	10	3.0
İlkokul mezunu	103	30.9
Ortaokul mezunu	50	15
Lise mezunu	86	25.8
Üniversite mezunu	63	18.9
Yüksek lisans ve üstü	8	2.4
<i>Baba</i>		
Okur-yazar değil	1	.3
Okur yazar	6	1.8
İlkokul mezunu	85	25.5
Ortaokul mezunu	46	13.8
Lise mezunu	96	28.8
Üniversite mezunu	87	26.1
Yüksek lisans ve üstü	11	3.3
Kayıp değer	1	.3
Annenin Hayatta Olma Durumu		
Yaşıyor	330	99.1
Vefat Etti	2	.6
Yaşıyor ama görüşmüyoruz	1	.3
Babanın Hayatta Olma Durumu		
Yaşıyor	316	94.9
Vefat Etti	13	3.9
Yaşıyor ama görüşmüyoruz	4	1.2
Ebeveynlerin Birliktelik Durumu		
Evliler, birlikte yaşıyorlar	299	89.8
Evliler, ayrı yaşıyorlar	4	1.2
Boşandılar	20	6
Kayıp değer	10	3

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Bu çalışmada, öğrenciler hakkındaki demografik bilgileri edinmek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmanın amaçları doğrultusunda veriler Aile Yapısını Değerlendirme Aracı (AYDA), Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği-Çocuk Formu (KAET-Ç), Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30) Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ) aracılığı ile toplanmıştır.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırma kapsamında hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyleri hakkında bilgi edinilmiştir. Ayrıca bu form ile katılımcıların bebeklik/çocukluk döneminde bakımlarını çoğunlukla kim(ler)in sağladığı, herhangi bir psikiyatrik rahatsızlıklarının olup olmadığı, varsa tedavi alıp almadıkları ve aldıkları tedavi türü ile ebeveynlerinin hayatta olup olmadıkları, eğitim, meslek, gelir düzeyleri ve ailesi ile yaşıyor olma ya da olmama durumu hakkında bilgi toplanmıştır.

2.2.2. Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği (LSKÖ)

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği 1987 yılında Liebowitz tarafından geliştirilmiştir. Bu ölçek sosyal anksiyetesi olan bireyin performans sergilemesini gerektiren durumlarda ya da sosyal ortamlarda yaşadığı korku ve kaçınma düzeyini belirlemek için geliştirilmiştir. Sosyal etkileşim alt boyutu 11 madde, performans alt boyutu 13 madde olmak üzere korku/anksiyete ve kaçınma için yirmi dörder maddeden oluşan ölçeğin maddeleri dördü Likert tipindedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 144, en düşük puan 0'dır. Alınan puanın artması kişinin sosyal anksiyete düzeyinin de artması anlamına gelmektedir. Kesme puanı açısından toplam ölçek puanı için 50, kaygı ve kaçınma alt ölçekleri için 25 olarak belirtilmiştir. Alınan puan toplamda 50, alt ölçekler için ise 25'i geçerse bu kişinin sosyal anksiyete düzeyinin yüksek olduğuna ilişkin bilgi vermektedir. Bu çalışma kapsamında kesme puanları kullanılmamıştır.

Heimberg, Horner, Juster, Safren ve arkadaşları (1999) ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarını yapmış ve ölçeğin Cronbach alfa değerinin .81 ile .92 arasında değiştiği görülmüştür.

Türkçe'ye 2003 yılında Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından uyarlanan ölçeğin Türkçe formunun bütünü için Cronbach-Alpha iç tutarlılık katsayısı .98, korku/kaygı alt boyutunun iç tutarlılık katsayısı .96 ve kaçınma alt boyutununki ise .95 olarak belirlenmiştir. Ölçek formunun geçerlik ve güvenirlik değerlerinin de uygun düzeyde olduğu gösterilmiştir (Fresco, Coles, Heimberg, Liebowitz ve ark., 2001; Soykan ve ark., 2003). Ayrıca ölçeğin alt boyutlar ve toplam ölçek puanları ile Beck Kaygı Envanteri uyuma geçerliği kriteri pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir (.21 ile .26 arasında).

2.2.3. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç)

Yetişkinlerin çocukluk döneminde algıladıkları anne baba tutumunu değerlendirmek için geliştirilen Egna Minnen Barndoms Uppfostran (EMBU), 1980'de Perris ve arkadaşları tarafından 4'lü likert tipi 81 madde 14 alt boyut olarak oluşturulmuştur. Arrindell ve arkadaşları tarafından (1999) kısa formu oluşturulan ölçek, duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik olmak üzere üç alt boyuttu içermektedir. Türkçe formunun pilot çalışması Dirik ve arkadaşları (2004) tarafından yapılmıştır. Duygusal sıcaklık alt boyutunda 2, 6, 9, 12, 14, 19 ve 23 olmak üzere 7 madde, aşırı koruyuculuk alt boyutunda 3, 5, 8, 10, 11, 17,18, 20 ve 22 olmak üzere 9 madde ve reddedicilik alt boyutunda 1, 4, 7, 13, 15, 16 ve 21 olmak üzere 7 madde bulunan ölçek toplamda 23 maddeden oluşmaktadır ve yalnızca 17. madde tersten kodlanmaktadır (1=4, 2=3, 3=2, 4=1). Duygusal sıcaklık puanlarının yükselmesi anne ve babadan algılanan sıcaklık ve yakınlığın arttığına, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanlarının artması ise anne ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ve reddediciliğin arttığına işaret etmektedir.

Arrindell ve arkadaşlarının (1999) kısaltılmış form için farklı ülkelerde yaptıkları geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının sonuçlarında ölçeğin psikometrik özelliklerinin yeterli seviyede olduğu görülmüştür. Dirik, Yorulmaz ve Karancı (2015) yaptığı çalışmada ölçeğin Türkçe formunun psikometrik özellikleri incelenmiş ve Cronbach alfa değerleri baba duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik için sırasıyla 0.79, 0.73, ve 0.71 olarak bulunmuştur. Algılanan anne tutumları için iç tutarlılık katsayıları ise duygusal

sıcaklık için 0.75, aşırı koruyuculuk için 0.72 ve reddedicilik için 0.64 olarak bulunmuş, ülkemizde yapılacak çalışmalarda kullanılabilecek geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmiştir. Bu çalışmada anne ve babasından ayrı yaşayan katılımcıların birlikte, aynı evde yaşadıkları dönem göz önüne alınarak maddeleri cevaplaması beklenmektedir.

2.2.4. Aile Yapısını Değerlendirme Ölçeği (AYDA)

Aile Yapısını Değerlendirme Aracı (AYDA) Gülerce tarafından (1996) geliştirilen 36 maddeden oluşan ve 12 yaş üstü bireylere uygulanabilen bir ölçme aracıdır. Aile içi ilişkileri, gereksinimleri, ailelerin yapısını ve bütünsel işleyişini değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Yanıtlar "tıpkı bizimki gibi" den "bizimkinin tam tersi" ucuna giden 10 basamaklı derecelendirme üzerinde işaretlenir. AYDA için puanlandırma sistemi ölçeğin değerlendirme formuna uygun olarak farklı hesaplanmaktadır. Bu puanlama tablosuna göre her maddeden alınabilecek en düşük puan 1, en yüksek puan 5'tir. Toplamda ise alınabilecek en yüksek puan 180, en düşük puan 36'dır. Ölçekten alınan puanın yükselmesi iyi ve sağlıklı uyumu ifade eder. Bu çalışmada anne ve babasından ayrı yaşayan katılımcıların birlikte, aynı evde yaşadıkları zamanlar göz önüne alınarak maddeleri cevaplaması beklenmektedir.

Ölçeğin psikometrik özellikleri incelendiğinde içtutarlık katsayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu ölçeğin puanları ile Beck Depresyon Envanter puanları (-.46) ve Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği'nin Evlilikte Çatışma alt ölçek puanları arasında negatif (annelerde -.26, babalarda -.20) ilişki olduğu bulunmuştur (Akt., Öner, 2012).

Aile Yapısını Değerlendirme Aracı 7 alt ölçekten oluşmaktadır (Gülerce, 1996):

İletişim; aile ve evlilik içi iletişimin kalitesi, aile üyelerinin kendilerini ifade edebilme düzeyi ve aile üyelerinin anlatmak istedikleri ile anladıklarının tutarlı olması, yani üyelerin etkili iletişimi ile ilgilidir. Birlik; aile üyelerinin yakınlığı, bağlılığı, beraberliği ve aile sisteminde sınırların nasıl konulduğu ile ilgilidir. Yönetim; aile içindeki roller, kural koyma, örgütlenme, karar alma, davranışsal kontrol, disiplinini nasıl uygulandığı ve tüm bu özelliklerin esnekliği ile ilgilidir. Yetkinlik; ailede problem çözme, sağlık, yeterlik, amaçların gerçekleştirilmesi gibi özellikleri içermektedir. Duygusal bağlam; aile üyeleri arasındaki duygusal ilişki, duyguların paylaşımı ve uygun şekilde ifade edilmesi yani ortamın duygusal havası ile ilişkilidir. Ortamın destekleyici ve yapıcı olması sistemin uyumunu artırır. Doyum; üyelerin birbirine vakit ayırması, birlikte geçirdikleri zamanın kalitesi, birbirlerine gösterdikleri sevgi ve şevkat ile ilgilidir. Direnç;

ailenin eleştirisi ve önerilere, gelişime, değişime, yeni görüş ve deneyimlere açık olma düzeyi gibi özellikleri kapsamaktadır ve direncin yüksek olması sistem için uyum bozucudur. Doyum alt boyutu 9, 17, 31, 32 ve 36 maddelerinin puanlarının; direnç boyutu ise 6, 10, 11, 33 ve 35 maddelerinin puanlarının ortalamaları alınarak oluşturulduğu için bu çalışmaya alt boyut olarak dahil edilmemişlerdir.

2.2.5. Üstbiliş Ölçeği-30 (ÜBO-30)

Cartwright-Hatton ve Wells (1997) tarafından 61 maddelik bir form olarak bireyin üstbiliş özelliklerini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçeğin orijinal adı “Meta-Cognitions Questionnaire (MCQ)” şeklindedir. 30 maddelik kısa formu Wells ve Cartwright-Hatton (2004) tarafından oluşturulan ölçek 4'lü Likert tiptedir ve maddeler 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 4 (kesinlikle katılıyorum) arasında puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 120, en düşük puan 30 olup ölçekten alınan puanın yükselmesi uyum bozucu tarzda üstbilişsel faaliyetlerin arttığını göstermektedir. Wells ve Cartwright-Hatton'nın orijinal ölçeğin kısaltılmış formu ile yaptığı psikometrik çalışmalara göre, iç tutarlılık için düzeltilmiş madde toplam korelasyonları tüm ölçek için 0.31 - 0.68 aralığında, olumlu inançlar 0.77 - 0.83, bilişsel güven 0.72 - 0.87, kontrol edilemezlik ve tehlike 0.70 - 0.82, bilişsel farkındalık 0.56 - 0.83 ve kontrol ihtiyacı 0.30 - 0.65 aralığındadır. İç tutarlılık Cronbach Alpha değeri ise ölçeğin tamamı için 0.93 olarak bulunmuştur. Alt ölçeklerin birbiri ile korelasyonu tümü anlamlıdır ve bu korelasyonlar ÜBO-30'un uzun versiyonundakilerle tutarlıdır. Ayrıca bu ölçeğin sürekli kaygı, obsesif-kompulsif belirtiler ve endişe ile korelasyonu anlamlı düzeyde görülmüştür (Wells ve Cartwright-Hatton 2004).

Üstbiliş Ölçeği-30'un Türkçe uyarlaması ise Tosun ve Irak tarafından 2008 yılında yapılmış, Cronbach Alpha İç Tutarlılık Katsayısı 0.86, alt ölçeklerin Cronbach Alpha güvenirlilik değeri .72 ile .89 arasında olarak saptanmıştır.

Ölçek toplamda 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Olumlu inançlar, kaygılanmanın işlevselliğine dair bireyin inançlarını belirlemektedir. Olumlu inançlar alt boyutunu oluşturan maddeler 1, 7, 10, 20, 23 ve 28. maddelerdir. Kontrol edilemezlik ve tehlike, kaygının kontrol edilemez ve tehlikeli olduğuna ilişkin değerlendirmeyi içerir. Bu alt boyutun maddeleri 6, 13, 15, 21, 25, 27'dir. Bilişsel güven, kişinin kendi bilişsel faaliyetlerine (örneğin dikkat ve bellek) güvenini değerlendirmektedir ve maddeleri 8, 14, 18, 24, 26 ve 29'dir. Düşünceleri kontrol ihtiyacı, 2, 4, 9, 11, 16, 22. maddeler ile

değerlendirilir ve olumsuz inançların kontrolü ve zararları ile ilişkili değerlendirmeyi içerir. Bilişsel farkındalık ise kişinin kendi düşünce süreçlerini değerlendirmesi ile ilişkilidir ve 3, 5, 12, 17, 19 ve 30. maddeleri kapsar (Wells ve Cartwright, 2004).

2.3. İŞLEM

Araştırmaya başlamadan önce etik kurul onayı alınmış ve etik kurulu onayı alındıktan sonra veri toplama işlemlerine başlanmıştır. Araştırma için hazırlanan bilgilendirilmiş onam formu ve veri toplama araçlarından oluşan ölçek formu, bireysel olarak ve grup halinde, internet üzerinden ve yüz yüze uygulanmıştır. Çalışmaya dahil olmayı kabul eden katılımcılara araştırma amacı açıklanmış ve bilgilendirilmiş onam formu aracılığıyla gönüllü katılımları teyit edildikten sonra veriler toplanmıştır. Her bir uygulama ortalama olarak 20 dakika sürmüştür. Verilerin analizi SPSS 21.0 paket programı kullanılarak yapılmış olup ve yapısal eşitlik modeli için AMOS 26 paket programından yararlanılmıştır.

3. BÖLÜM: BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın hipotezleri doğrultusunda öncelikle değişkenler arasındaki korelasyon bulgularına yer verilecektir. Korelasyon bulguları sonrasında araştırma modeli için yapılan analiz sonuçları sunulacaktır.

3.1. DEĞİŞKENLER ARASI KORELASYONLAR

Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda elde edilen değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Ölçeklerin ve alt ölçeklerin toplam puanları arasındaki korelasyonlar Tablo 4 ve 5'te verilmiştir.

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların çocukluk döneminde annelerinden algıladıkları reddedicilik tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri ($r = .20, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike ($r = .13, p < .05$), bilişsel güven ($r = .11, p < .05$), düşünceleri kontrol ($r = .18, p < .01$) arasında pozitif; aile yapısı ($r = -.41, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Ancak algılanan anne reddedicilik tutumu ile olumlu inanç ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$). Ayrıca katılımcıların babalarından algıladıkları reddedicilik tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri ($r = .17, p < .01$), bilişsel güven ($r = .15, p < .01$), arasında pozitif; aile yapısı ($r = -.37, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Algılanan baba reddedicilik tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol, olumlu inanç ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$).

Katılımcıların çocukluk döneminde annelerinden algıladıkları aşırı koruyuculuk tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri ($r = .19, p < .01$), düşünceleri kontrol ($r = .18, p < .01$) arasında pozitif; (aile yapısı ($r = -.37, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Algılanan anne aşırı koruyuculuk tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike, olumlu inanç, bilişsel güven ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$). Katılımcıların babalarından

algıladıkları aşırı koruyuculuk tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri ($r = .20, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike ($r = .13, p < .05$), olumlu inanç ($r = .11, p < .05$), düşünceleri kontrol ($r = .12, p < .05$) arasında pozitif; aile yapısı ($r = -.27, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Algılanan baba aşırı koruyuculuk tutumu ile bilişsel güven ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$).

Katılımcıların çocukluk döneminde annelerinden algıladıkları duygusal sıcaklık tutumu ile aile yapısı ($r = .29, p < .01$) ve bilişsel farkındalık ($r = .18, p < .01$) arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri, kontrol edilemezlik ve tehlike, olumlu inanç, bilişsel güven ve düşünceleri kontrol boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$). Katılımcıların babalarından algıladıkları duygusal sıcaklık tutumu ile aile yapısı ($r = .43, p < .01$) ve bilişsel farkındalık ($r = .20, p < .01$) arasında pozitif; kontrol edilemezlik ve tehlike ($r = -.11, p < .05$), bilişsel güven ($r = -.19, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Algılanan baba duygusal sıcaklık tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri, olumlu inanç ve düşünceleri kontrol boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$).

Katılımcıların çocukluk döneminde algıladıkları aile yapısı ile sosyal anksiyete belirtileri ($r = -.13, p < .05$), kontrol edilemezlik ve tehlike ($r = -.20, p < .01$), bilişsel güven ($r = -.14, p < .05$), düşünceleri kontrol ($r = -.23, p < .01$) arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Algılanan aile yapısı ile olumlu inanç ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$).

Aile yapısını değerlendiren AYDA'nın alt boyut toplam puanları ile diğer değişkenlerin ilişkisi incelendiğinde iletişim alt boyutu puanı ile anneden algılanan duygusal sıcaklık ($r = .30, p < .01$) ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ($r = .46, p < .01$) arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. İletişim alt boyutu ile anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ($r = -.36, p < .01, r = -.31, p < .01$) ve reddedicilik ($r = -.36, p < .01, r = -.35, p < .01$), Üstbiliş-30 ölçeği toplam puanı ($r = -.25, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutu ($r = -.27, p < .01$), bilişsel güven alt boyutu ($r = -.17, p < .01$) ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutu ($r = -.26, p < .01$) arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. İletişim alt boyutu ile olumlu inançlar, bilişsel farkındalık, sosyal anksiyete ölçeğinin toplam puanı ile alt

boyutlarından kaygı ve kaçınma puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$).

Birlik alt boyut puanı ile babadan algılanan duygusal sıcaklık ($r = .13, p < .05$) arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Birlik alt boyutu ile anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ($r = -.23, p < .01, r = -.16, p < .01$) ve reddedicilik ($r = -.25, p < .01, r = -.19, p < .01$) arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Birlik alt boyutu ile anne duygusal sıcaklık, üstbiliş toplam puanı ile alt ölçek puanları ve sosyal anksiyete ölçeğinin toplam puanı ile alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$).

Yönetim alt boyutu puanı ile anneden algılanan duygusal sıcaklık ($r = .26, p < .01$) ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ($r = .35, p < .01$) arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yönetim alt boyutu ile anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ($r = -.28, p < .01, r = -.20, p < .01$) ve reddedicilik ($r = -.34, p < .01, r = -.34, p < .01$), Üstbiliş-30 ölçeği toplam puanı ($r = -.13, p < .05$), kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutu ($r = -.13, p < .05$) ve düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutu ($r = -.15, p < .01$) arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yönetim alt boyutu ile olumlu inançlar bilişsel güven, bilişsel farkındalık ve sosyal anksiyete ölçeğinin toplam puanı ile alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$).

Yetkinlik alt boyutu puanı ile anneden algılanan duygusal sıcaklık ($r = .22, p < .01$) ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ($r = .33, p < .01$) arasında pozitif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yetkinlik alt boyutu ile anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ($r = -.25, p < .01, r = -.13, p < .05$) ve reddedicilik ($r = -.33, p < .01, r = -.26, p < .01$), Üstbiliş-30 ölçeği toplam puanı ($r = -.19, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutu ($r = -.15, p < .01$), bilişsel güven alt boyutu ($r = -.15, p < .01$), düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutu ($r = -.19, p < .01$), kaygı alt ölçeği toplam puanı ($r = -.13, p < .05$), kaçınma alt ölçeği toplam puanı ($r = -.15, p < .01$) arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Yetkinlik alt boyutu ile olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$).

Duygusal bağlam alt boyutu puanı ile anneden algılanan duygusal sıcaklık ($r = .22, p < .01$) ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ($r = .32, p < .01$) arasında pozitif yönde ve

istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Duygusal bağlam alt boyutu ile anneden ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ($r = -.27, p < .01$, $r = -.21, p < .01$) ve reddedicilik ($r = -.31, p < .01$, $r = -.26, p < .01$), Üstbiliş-30 ölçeği toplam puanı ($r = -.17, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike alt boyutu ($r = -.15, p < .01$), bilişsel güven alt boyutu ($r = -.13, p < .05$), düşünceleri kontrol ihtiyacı alt boyutu ($r = -.14, p < .01$), kaygı alt ölçeği toplam puanı ($r = -.12, p < .05$), kaçınma alt ölçeği toplam puanı ($r = -.13, p < .01$) arasında negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki görülmüştür. Duygusal bağlam alt boyutu ile olumlu inançlar ve bilişsel farkındalık boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$).

Aile yapısını değerlendiren AYDA alt boyutlarından yetkinlik ($r = -.15, p < .01$) ve duygusal bağlam ($r = -.13, p < .05$) puanları ile sosyal anksiyete ölçeğinden alınan toplam puan arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlardan olan iletişim, birlik ve yönetim ile sosyal anksiyete düzeyi arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir ($p > .05$).

Ayrıca katılımcıların sosyal anksiyete belirtileri ile üstbilişsel özellikleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde; sosyal anksiyete belirtileri ile olumlu inanç ($r = .14, p < .01$), kontrol edilemezlik ve tehlike ($r = .27, p < .01$), bilişsel güven ($r = .14, p < .05$) ve düşünceleri kontrol ($r = .19, p < .01$) arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Katılımcıların sosyal anksiyete belirtileri ile bilişsel farkındalık boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > .05$).

Değişkenlerin ilişkilerine Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puanlar açısından bakıldığında katılımcıların algılanan anne ve baba duygusal sıcaklık puanları ile Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puan arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p > .05$). Bireylerin Üstbiliş-30 ölçeğinden aldıkları toplam puan ile algılanan anne aşırı koruyuculuk ($r = .14, p < .01$) ve reddedicilik puanları ($r = .1, p < .01$) arasında ise pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puan ile algılanan baba aşırı koruyuculuk ($r = .15, p < .01$) ve reddedicilik puanları ($r = .13, p < .05$) arasında ise pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Bireylerin Üstbiliş-30 ölçeğinden aldıkları toplam puan ile aile yapısı arasında ($r = -.21, p < .01$) negatif yönde; sosyal anksiyete belirtileri arasında ($r = .26, p < .01$) pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 3. Değişkenlere Ait Ölçek Puanlarının Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Anne Duygusal Sıcaklık- Alt Ölçeği	Anne Aşırı Koruyuculuk- Alt Ölçeği	Anne Reddedicilik -Alt Ölçeği	Baba Duygusal Sıcaklık- Alt Ölçeği	Baba Aşırı Koruyuculuk- Alt Ölçeği	Baba Reddedicilik- Alt Ölçeği	Ayda Ölçeği	Olumlu İnançlar- Alt Ölçeği	Kontrol Edilemezlik ve Tehlike- Alt Ölçeği	Bilişsel Güven-Alt Ölçeği	Düşünceleri Kontrol İhtiyacı-Alt Ölçeği	Bilişsel Farkındalık- Alt Ölçeği	Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği
Kadın(N=222)													
M	21.31	20.77	10.00	19.88	19.32	9.61	128.06	13.26	18.22	12.51	13.91	14.68	88.13
SD	4.43	5.52	3.11	4.78	4.94	2.87	20.50	3.97	4.67	4.26	3.15	2.45	18.62
Erkek(N=111)													
M	21.22	20.35	9.59	19.24	17.70	9.58	127.51	13.76	18.18	11.75	15.01	14.77	81.99
SD	4,27	5.20	3.00	4.97	4.81	2.96	20.66	3.50	4.97	4.20	3.44	2.76	17.46
Toplam(N=333)													
M	21.28	20.63	9.86	19.67	18.78	9.60	127.88	13.43	18.21	12.26	14.27	14.71	86.08
SD	4.37	5.41	3.07	4.85	4.95	2.90	20.52	3.82	4.77	4.25	3.29	2.55	18.44
α	.788	.771	.692	.815	.745	.685	.866	.782	.583	.841	.799	.545	.913

Tablo 4. Değişkenlere Ait Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)	(16)
(1) KAET-Ç Anne Duygusal Sıcaklık	1															
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(2) KAET-Ç Anne Aşırı Koruyuculuk	-.01	1														
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(3) KAET-Ç Anne Reddedicilik	-.49**	.42**	1													
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(4) KAET-Ç Baba Duygusal Sıcaklık	.66**	-.07	-.31**	1												
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(5) KAET-Ç Baba Aşırı Koruyuculuk	-.05	.58**	.26**	-.04	1											
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(6) KAET-Ç Baba Reddedicilik	-.34**	.33**	.58**	-.41**	.45**	1										
Alt Boyutu Toplam Puanı																
(7)AYDA	.29**	-.37**	-.41**	.43**	-.27**	-.37**	1									
Toplam Puanı																
(8)Kontrol Edilemezlik ve Tehlike	-.03	.10	.13*	-.11*	.13*	.09	-.20**	1								
Alt Ölçeği Toplam Puanı																
(9)Olumlu İnançlar	.03	.08	.07	.11	.11*	.09	-.06	.14*	1							
Alt Ölçeği Toplam Puanı																
(10)Bilişsel Güven	-.10	.06	.11*	-.19**	.07	.15**	-.14*	.26**	.12*	1						
Alt Ölçeği Toplam Puanı																
(11)Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	.00	.18**	.18**	-.05	.12*	.10	-.23**	.51**	.31**	.17**	1					
Alt Ölçeği Toplam Puanı																
(12)Bilişsel Farkındalık	.18**	.00	-.05	.20**	.00	-.10	.04	.09	.33**	-.13*	.30**	1				
Alt Ölçeği Toplam Puanı																
(13)Üstbiliş Toplam Puanı	.00	.14**	.16**	-.05	.15**	.13**	-.21**	.72**	.59**	.54**	.73**	.41**	1			
(14) Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği	-.06	.19**	.20**	-.05	.20**	.17**	-.13	.27**	.14**	.14*	.19**	-.03	.26**	1		
Toplam Puanı																
(15)Kaygı Alt Ölçeği	-.02	.20**	.18**	-.02	.18**	.13*	-.11*	.28**	.14*	.14*	.20**	.00	.27**	.95**	1	
Toplam Puanı																
(16)Kaçınma Alt Ölçeği	-.09	.16**	.20**	-.08	.19**	.19**	-.13*	.23**	.13*	.13*	.16**	-.06	.22**	.95**	.81**	1
Toplam Puanı																

* p< .05, **p< .01

Tablo 5. AYDA Alt Ölçekleri ile Diğer Değişkenlere Ait Ölçek Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçlar

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)	(12)	(13)	(14)	(15)
AYDA İletişim Alt Boyutu	.30**	-.36**	-.36**	.46**	-.31**	-.35**	-.25**	-.27**	-.05	-.17**	-.26**	.08	-.10	-.11	-.11
Toplam Puanı															
AYDA Birlik Alt Boyutu	.04	-.23**	-.25**	.13*	-.16**	-.19**	-.05	-.04	-.06	.05	-.10	-.01	-.03	-.03	-.03
Toplam Puanı															
AYDA Yönetim Alt Boyutu	.26**	-.28**	-.34**	.35**	-.20**	-.34**	-.13*	-.13*	-.02	-.10	-.15**	.06	-.07	-.11	-.09
Toplam Puanı															
AYDA Yetkinlik Alt Boyutu	.22**	-.25**	-.33**	.33**	-.13*	-.26**	-.19**	-.15**	-.05	-.15**	-.19**	-.02	-.13*	-.15**	-.15**
Toplam Puanı															
AYDA Duygusal Bağlam	.22**	-.27**	-.31**	.32**	-.21**	-.26**	-.17**	-.15**	-.07	-.13*	-.14**	.03	-.12*	-.13*	-.13*
Alt Boyutu Toplam Puanı															

*p< .05, **p< .01

(1) KAET-Ç Anne Duygusal Sıcaklık Alt Boyutu Toplam Puanı, (2) KAET-Ç Anne Aşırı Koruyuculuk Alt Boyutu Toplam Puanı, (3) KAET-Ç Anne Reddedicilik Alt Boyutu Toplam Puanı, (4) KAET-Ç Baba Duygusal Sıcaklık Alt Boyutu Toplam Puanı,

(5) KAET-Ç Baba Aşırı Koruyuculuk Alt Boyutu Toplam Puanı, (6) KAET-Ç Baba Reddedicilik Alt Boyutu Toplam Puanı, (7)Üstbiliş Toplam Puanı, (8) Kontrol Edilemezlik ve Tehlike Alt Boyutu Toplam Puanı, (9)Olumlu İnançlar Alt Ölçeği Toplam Puanı,

(10)Bilişsel Güven Alt Ölçeği Toplam Puanı, (11)Düşünceleri Kontrol İhtiyacı Alt Ölçeği Toplam Puanı, (12)Bilişsel Farkındalık Alt Ölçeği Toplam Puanı, (13) Kaygı Alt Ölçeği Toplam Puanı, (14) Kaçınma Alt Ölçeği Toplam Puanı,

(15) Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği Toplam Puanı.

3.2. ANNE BABA TUTUMUNUN SOSYAL ANKSİYETE İLE İLİŞKİSİNDE AİLE YAPISI VE ÜSTBİLİŞLERİN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİNE İLİŞKİN YAPISAL EŞİTLİK MODELLEMESİ

Çalışmanın bu kısmında hipotezler doğrultusunda anne baba tutumu, aile yapısı, üstbiliş ve sosyal anksiyete düzeyi arasındaki yapısal ilişkiler analiz edilecektir.

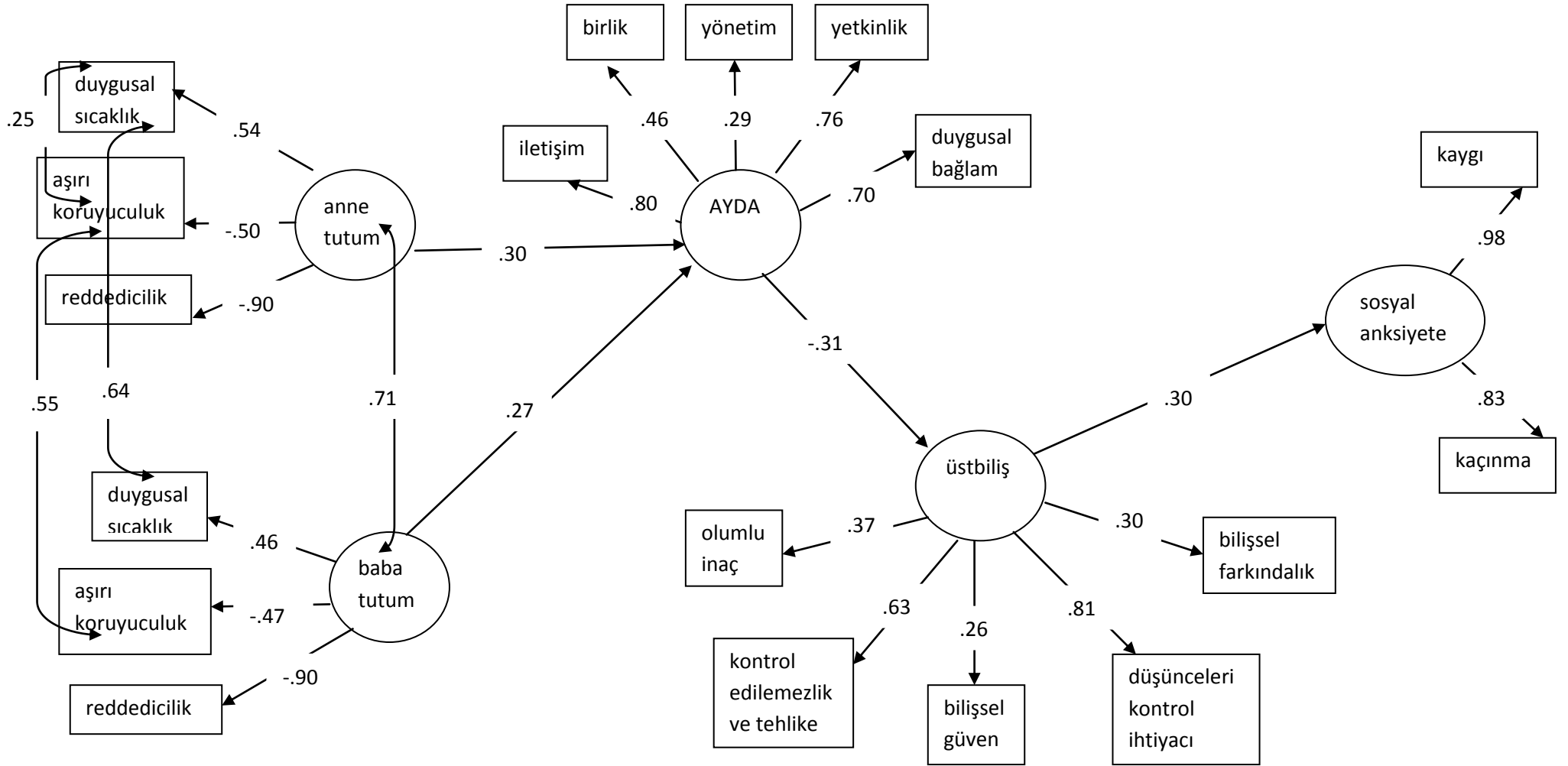
Bu doğrultuda model örtük değişkenlere duyarlı olduğu için anne ve baba tutumunu değerlendirmede anne/baba duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları, aile yapısını değerlendirmede iletişim, birlik, yönetim, yetkinlik ve duygusal bağlam alt ölçek puanları, üstbiliş değerlendirmesinde kontrol edilemezlik ve tehlike, olumlu inançlar, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık alt ölçek puanları ve sosyal anksiyete düzeyini değerlendirmede ise kaygı ve kaçınma alt ölçek puanları kullanılmıştır. Anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık düzeyi azaldıkça, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik düzeyi arttıkça, aile yapısının sağlıklılığını gösteren puan düzeyi azaldıkça kontrol edilemezlik ve tehlike, olumlu inançlar, bilişsel güven, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel farkındalık puanlarının temsil ettiği uyum bozucu üstbilişlerin şiddetlenerek sosyal anksiyete düzeyini yordadığı önerilen yapısal eşitlik modeli sınanmıştır.

Araştırmanın hipotezleri doğrultusunda ilk olarak Şekil 1'de gösterilen model yapısal eşitlik modeli ile test edilmiştir. Bu modele göre anne baba tutumu ile aile yapısının üstbilişleri ve üstbilişlerin de sosyal anksiyete düzeyini yordaması beklenmiştir. Fakat yapılan analiz sonucunda modelin desteklenmediği görülmüştür. Model uyum indeksi değerleri Tablo 6'da verilmektedir. Bunun ardından alanyazın bilgileri de göz önünde bulundurularak anne ve baba tutumunun aile yapısını yordadığı; aile yapısının üstbilişleri yordadığı ve üstbilişlerin de sosyal anksiyete düzeyini yordadığı yeni model oluşturulmuştur ve bu yeni model yapısal eşitlik modeli ile analiz edilmiştir.

Tablo 6. Önerilen Modelin Doğrulayıcı Faktör Analizi Uyum İndeksi Değerleri

	CMIN/SD	NFI	IFI	CFI	RMSEA	GFI
2 hata ilişkilendirmesi	2.713	.848	.899	.897	.072	.896
1 hata ilişkilendirmesi	3.519	.802	.850	.848	.087	.871
Ölçüm modeli	4.672	.735	.779	.777	.105	.832
Hipotez ölçüm modeli	4.734	.735	.779	.776	.106	.832

Şekil 2. Algılanan Anne ve Baba Tutum, Aile Yapısı, Üstbiliş ve Sosyal Anksiyete Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Yapısal Eşitlik Modellemesi (3 Hata İlişkilendirmeli)



Araştırmada model uyumunun belirlenmesi ve yapısal eşitlik modelinde aracılık analizlerini yapabilmek için Anderson ve Gerbing'in (1988) önerdiği yaklaşım uygulanmış olup ilk olarak, sınanan modeldeki değişkenlerle elde edilen verilerin doğrulanabilmesi ve ölçüm modelinin test edilmesi adına doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Daha sonrasında gizil değişkenler arasında hipotezler doğrultusundaki ilişkiler yapısal eşitlik modeli ile sınanmıştır. Araştırmadaki modelin uyum indeksleri incelenirken alanyazında mevcut olan iyi ve kabul edilebilir uyum değerleri dikkate alınmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2001). Ölçüm modelinin uyumuna ilişkin değerler Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. 3 Hata İlişkilendirmeli Yapısal Eşitlik Modeline İlişkin Model Uyum İndeksleri

Model Uyum Kriterleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Çalışma Değerleri
CMIN/SD	$0 \leq \chi^2/df \leq 2$	$2 \leq \chi^2/df \leq 3$	2.4579
NFI	$0,95 \leq NFI \leq 1,00$	$0,90 \leq NFI \leq 0,95$	.8637
IFI	$0,95 \leq IFI \leq 1,00$	$0,90 \leq IFI \leq 0,95$	.9144
CFI	$0,97 \leq CFI \leq 1,00$	$0,95 \leq CFI \leq 0,97$	.9134
RMSEA	$0 \leq RMSEA \leq 0,05$	$0,05 \leq RMSEA \leq 0,08$	.0663
GFI	$0,95 \leq GFI \leq 1,00$	$0,90 \leq GFI \leq 0,95$	.9061

Şekil 2'de görüldüğü üzere, en uygun modeli elde edebilmek için, anne ve baba duygusal sıcaklık, anne ve baba aşırı koruyuculuk ve anne duygusal sıcaklık ve aşırı koruyuculuk değişkenlerinin hata puanları arasında kovaryanslar çizilmiştir. Yani test edilen modelde 3 hata puanı ilişkilendirilmiştir. Birleştirilen hata puanları incelendiğinde anne baba tutumlarından duygusal sıcaklık ve aşırı koruyuculuk ve anne tutumlarından duygusal sıcaklık ve aşırı koruyuculuk puanlarının birleştirildiği görülmektedir. Bu değişkenler arasındaki ilişkiler incelendiğinde modelde yapılan bu iyileştirme alanyazına da uyumlu görünmektedir. Oluşturulan yeni modeli sınamak için tekrarlanan analizler neticesinde, model uyum indeksleri iyi uyum gösteren bir model elde edilmiştir (Şekil 2). Bu modele göre; anne ve baba tutumunun aile yapısı ile aile yapısının üstbiliş ile ve üstbilişin sosyal anksiyete ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmektedir. Buna göre, algılanan anne tutumu, aile yapısının %30'unu, algılanan baba tutumu ise %27'sini anlamlı olarak açıklamaktadır. Aile yapısı üstbilişin %31'ini negatif yönde, üstbiliş ise sosyal anksiyetenin %30'unu pozitif yönde anlamlı şekilde açıklamaktadır.

Tablo 7'de görüldüğü üzere, yapılan yapısal eşitlik modellemesine (YEM) göre model fit değerleri uyumlu ve anlamlı bulunmuştur ($\chi^2/df=2.46$; $p=.01$; RMSEA=.066; GFI=.906; NFI=.864; CFI=.913). Modelin uyum indekslerinin yeterliliği incelenirken, tabloda verilen kabul edilebilir ve iyi uyum değerleri dikkate alınmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2001). Buna göre, analiz sonucunda, test edilen model için uyum indeksi değerlerinin tamamının kabul edilebilir veya iyi uyum aralıklarında olduğu görülmektedir. Bu bulgu, oluşturulan kuramsal modelin veriye uyum sağladığı şeklinde yorumlanabilir. Bu modele ilişkin değerler Tablo 8'de yer almaktadır.

Tablo 8. Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Değerler

			β	t	SH
Aile Yapısı	←	Anne Tutum	.30	3.089**	.104
Aile Yapısı	←	Baba Tutum	.27	-2.757**	.106
Üstbiliş	←	Aile Yapısı	-.31	-3.659***	.049
Sosyal Anksiyete Düzeyi	←	Üstbiliş	.30	3.417***	.491
Anne Duygusal Sıcaklık	←	Anne Tutum	.54		
Anne Aşırı Koruyuculuk	←		-.50	-6.735***	.172
Anne Reddedicilik	←		-.90	-8.900***	.133
Baba Duygusal Sıcaklık	←	Baba Tutum	.46	-6.578***	.146
Baba Aşırı Koruyuculuk	←		-.47		
Baba Reddedicilik	←		-.90	7.536***	.149
Duygusal Bağlam	←	Aile Yapısı	.70		
Yetkinlik	←		.76	12.209***	.127
Yönetim	←		.29	12.363***	.143
Birlik	←		.46	7.635***	.111
İletişim	←		.80	12.658***	.196
Olumlu İnançlar	←	Üstbiliş	.37		
Kontrol Edilemezlik ve Tehlike	←		.63	5.478***	.388
Bilişsel Güven	←		.26	3.532***	.225
Düşünceleri Kontrol İhtiyacı	←		.81	5.427***	.347
Bilişsel Farkındalık	←		.30	3.827***	.140
Kaygı	←	SAD	.98	6.838***	.184
Kaçınma	←		.83		

** p< .01, ***p< .001

Tablo 9. Önerilen Modelin Yapısal Eşitlik Analizine İlişkin Dolaylı İlişkilerin Değerleri

		Anne Tutum	Baba Tutum	Aile Yapısı
Üstbiliş	β	-.096	-.086	
	SH	.041	.047	
	t	.018*	.009**	
Sosyal Anksiyete	β	-.029	-.026	-.096
	SH	.017	.018	.037
	t	.010**	.007**	.007**

* $p < .05$, ** $p < .01$

Sınanan yapısal eşitlik modelinde, bireylerin üstbiliş puanlarını, anne ($\beta = -.096$, $t = .018$, $p < .05$) ve baba ($\beta = -.086$, $t = .018$, $p < .05$) tutum puanlarının; sosyal anksiyete puanlarını ise, anne ($\beta = -.029$, $t = .017$, $p < .01$) ve baba ($\beta = -.026$, $t = .018$, $p < .01$) tutum puanları ve aile yapısı puanlarının ($\beta = -.096$, $t = .007$, $p < .01$) dolaylı olarak yordadığı saptanmıştır (Tablo 9).

Çalışma kapsamında ele alınan anne ve baba tutumlarının ortalama puanları alınarak ebeveynlerden algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik gözlenen değişkenleri ile aile yapısı, üstbiliş ve sosyal anksiyete puanlarından oluşan gözlenen değişkenleri değerlendirmek amacıyla yol analizi yapılmıştır. Yol analizinde yer alan değişkenlerin korelasyonel ilişkileri Tablo 10'da yer almaktadır.

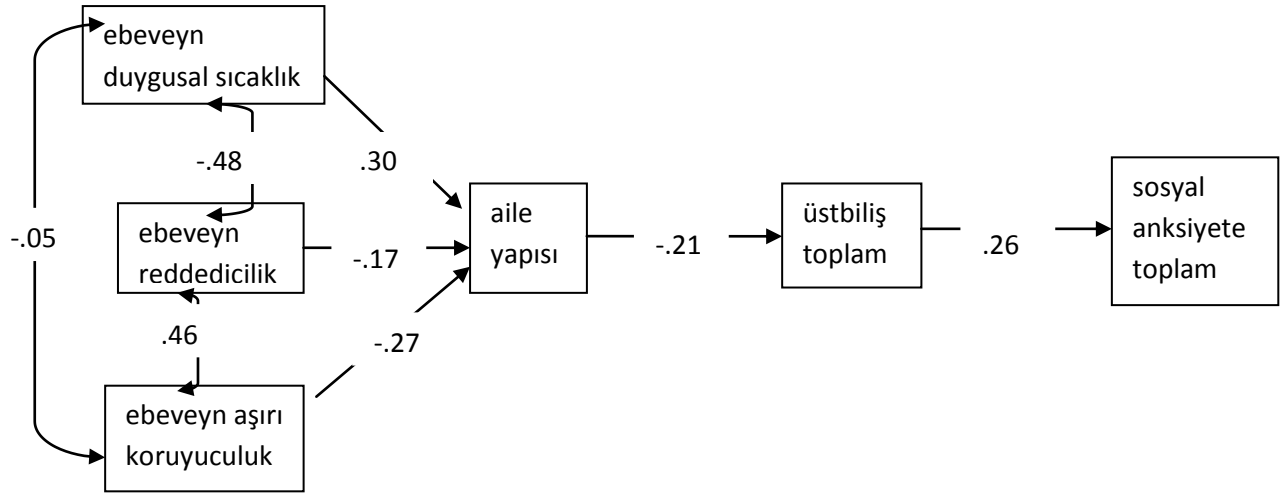
Yol analizinde kullanılan değişkenler gözlenen değişkenler olup bu değişkenler; aile yapısını değerlendiren AYDA toplam puanı, üstbiliş ölçeği ve sosyal anksiyete ölçeğinden elde edilen toplam puanlar ile ebeveyn ahengini değerlendirmek üzere anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk puanlarının ortalaması hesaplanarak oluşturulan ebeveyn duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk puanlarıdır.

Tablo 10. Yol Analizinde Yer Alan Gözlenen Değişkenlerin Korelasyon Analizi Sonuçları

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
(1) KAET-Ç Ebeveyn Duygusal Sıcaklık	1					
Alt Boyutu Ortalama Puanı						
(2) KAET-Ç Ebeveyn Aşırı Koruyuculuk	-.05	1				
Alt Boyutu Ortalama Puanı						
(3) KAET-Ç Ebeveyn Reddedicilik	-.48**	.46**	1			
Alt Boyutu Ortalama Puanı						
(4)AYDA	.40**	-.36**	-.44**	1		
Toplam Puanı						
(5)Üstbiliş-30	-.03	.17**	.16**	-.21**	1	
Toplam Puanı						
(6) Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği	-.06	.22**	.21**	-.13*	.26**	1
Toplam Puanı						

* p< .05, **p< .01

Şekil 3. Algılanan Ebeveyn Duygusal Sıcaklık, Reddedicilik ve Aşırı Koruyuculuk Tutumları, Aile Yapısı, Üstbiliş ve Sosyal Anksiyete Değişkenleri Arasındaki İlişkiye Yönelik Yol Analizi



Şekil 3'te görüldüğü üzere, algılanan ebeveyn duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk ortalamaları, aile yapısı, üstbiliş ve sosyal anksiyete gözlenen değişkenleri ile oluşturulan modelin uyum indeksleri iyi uyuma işaret etmektedir. Sınanan modele göre; katılımcıların ebeveynlerinden algıladıkları duygusal sıcaklıkta azalma, reddedicilik ve aşırı koruyuculukta artma aile uyumunu ve işlevselliğini olumsuz etkileyerek işlev bozucu üstbiliş kullanımını ve sosyal anksiyete eğilimini arttırmaktadır. Bu modele göre; gözlenen değişkenlerden anne ve baba duygusal sıcaklık, reddedicilik ve aşırı koruyuculuk tutumunun ortalamalarının aile yapısı ile aile yapısının üstbiliş ile ve üstbilişin sosyal anksiyete düzeyi ile anlamlı bir ilişki içinde olduğu görülmektedir. Buna göre aile yapısını; algılanan duygusal sıcaklık %30 pozitif yönde, algılanan reddedicilik %17 ve algılanan aşırı koruyuculuk %27 negatif yönde anlamlı olarak açıklamaktadır. Aile yapısı üstbilişin %21'ini negatif yönde, üstbiliş ise sosyal anksiyetenin %26'sını pozitif yönde anlamlı şekilde açıklamaktadır.

4. BÖLÜM: TARTIŞMA

Araştırmanın bu kısmında öncelikle değişkenler arası korelasyonlara ilişkin bulgular incelenmiş, sonrasında araştırma kapsamında ele alınan değişkenler arasındaki ilişkiler ve önerilen model bulguları ilgili alanyazın çerçevesinde ele alınmıştır.

4.1. AİLE YAPISI, ANNE BABA TUTUMLARI, ÜSTBİLİŞLER VE SOSYAL ANKSİYETE BELİRTİ DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN TARTIŞILMASI

Bu bölümde araştırmanın hipotezleri ve bulgular çerçevesinde değişkenler arası ilişkiler tartışılmış ve ilgili alanyazın bulguları ile mevcut çalışma bulgularının uyumu incelenmiştir.

4.1.1. Aile Yapısı, Anne Baba Tutumları ve Sosyal Anksiyete Düzeyi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Araştırmanın odaklandığı değişkenler arasındaki ilişkilerin incelendiği korelasyon analizi sonuçlarına göre anne ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları arttıkça sosyal anksiyete puanlarının arttığı; aile yapısını sağlıklı algılanma düzeyi arttıkça ise sosyal anksiyete düzeyinin azaldığı görülmektedir. Bu bulgu araştırmanın hipotezi ile uyumlu bulunmaktadır. Anne baba tutumunun ileriki yıllarda kişinin psikolojik sağlığı üzerinde etkili bir faktör olduğu yapılan çalışmalarda belirtilmiştir (Aydın, 2004; Sümer, Aktürk ve Helvacı, 2010). Bu çalışmanın bulguları algılanan anne-baba aşırı koruyucu ve reddedici tutumunun bireylerin sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkisi olduğunu göstermektedir.

Alanyazın incelendiğinde sosyal anksiyete ile anne baba tutumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu başka araştırma bulguları tarafından da gösterilmektedir. Bu çalışmalarda algılanan sıcaklığın düşük, reddediciliğin ve kontrolün yüksek olduğu aile ortamında büyüyen çocukların sosyal anksiyete düzeylerinin daha yüksek olduğunu bulunmuştur

(Aka, 2011; Arrindell, Emmelkamp, Monsma ve Brilman, 1983; Arrindell, Kwee, Methorst, Van Der Ende, Pol ve Moritz, 1989; Erkan, 2002; Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012; Tezcan, 2015).

Köroğlu (2017) çalışmasında çocukluk veya ergenlik döneminde anne ve babası ile ilişkilerinde duygusal sıcaklık hisseden bireylerde sosyal kaygı ve kaçınma davranışının daha az görüldüğünü, babayı aşırı koruyucu ve anneyi reddedici algılayan bireylerin ise genel olarak sosyal anksiyete belirtilerinin yüksek olduğunu bulmuştur. Benzer bir bulgu Parker'in (1979) çalışmasında gösterilmiştir. Bulgular sosyal anksiyetesi olan bireylerin her iki ebeveyninden de daha düşük sıcaklık ve yüksek düzeyde aşırı koruyuculuk algıladıklarını ortaya koymuştur. Mevcut çalışma sonuçlarına benzer şekilde bir başka araştırma ebeveyn tutumları açısından aşırı koruyucu ve reddedici tutum arttıkça ergendeki sosyal anksiyete düzeyinin arttığını; fakat algılanan duygusal sıcaklık tutumunun sosyal anksiyete düzeyi ile anlamlı ilişkisi olmadığını belirtmiştir (Lieb ve ark., 2000).

Algılanan anne baba tutumu kişinin çeşitli becerilerinin gelişiminde rol oynamaktadır. Çocuğun aşırı koruyucu bir ortamda büyümesi, gelişim dönemine uygun becerilerin öğrenilmesini, tekrar edilmesini ve gelişmesini engelleyebilir. Sosyal ortamlarda çocuğun kendi özgün davranış repertuarını oluşturması için ortam oluşturulmadığında çocuk, sosyal becerilerini geliştirme fırsatı bulamayabilir. Ayrıca ebeveynlerden aşırı eleştirel ve cezalandırıcı bir tutum algılanması, çocuğun özgüvenini ve kendisine algısını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu tür tutumlar, çocuğun sosyal ortamlarda kaygı duyması ya da sosyal ortamlardan kaçınması ile sonuçlanabilir. Halls, Cooper ve Creswell (2015) ebeveynin kontrolcü ve eleştirel tutumunun, bireyin sosyal ortamlardaki etkileşimini ve beceri kazanımını kitlediğini ifade etmiştir. Eroğlu'nun (2018) çalışması sosyal anksiyete ile otoriter ve koruyucu anne baba tutumlarının sosyal anksiyeteyi anlamlı bir şekilde açıkladığını göstermiştir. Ayrıca reddedilme duyarlılığı ve eleştirilme kaygısının ebeveynlerini otoriter olarak algılayan bireylerde diğer ebeveynlik tutumlarına göre (demokratik, tutarsız, ilgisiz ve koruyucu) daha yüksek olduğu bulunmuştur (Erözkan, 2007). Bu çalışma sonuçlarının da gösterdiği gibi algılanan ebeveyn tutumları sosyal anksiyete belirtileri ile ilişki göstermektedir. Bu bağlamda düşünüldüğünde algılanan anne baba tutumunun aşırı koruyucu ve reddedici olması çocuğun özerkliği ile sosyal yeterliliğini olumsuz yönde etkileyebildiği düşünülmektedir. Ayrıca algılanan ebeveyn tutumu ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki hakkında da bilgi vermektedir. Bu açıdan bakıldığında ebeveynlerden algılanan reddedici ve aşırı koruyucu tutum, çocuk ile ebeveyn

arasındaki bağı ve ilişkinin sağlıklı olmadığı ve çocuğun psikolojik olarak risk faktörlerine açık olduğu anlamına gelebilir.

Araştırma bulgularına göre anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık ile sosyal anksiyete düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır. Bu bulgu araştırma hipotezi ile uyumlu değildir. Diğer bir ifadeyle çocukluk döneminde anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık düzeyi ile sosyal anksiyete belirtileri arasında anlamlı bir ilişki görülmemektedir. Alanyazın incelendiğinde mevcut çalışma bulgularını destekler nitelikte çalışma bulguları bulunmakla birlikte (Lieb ve ark., 2000); ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık düzeyi arttıkça sosyal anksiyete düzeyinin azaldığını gösteren çalışma bulguları da bulunmaktadır (Köroğlu, 2017; Parker, 1979).

Bahsedilen araştırma bulgularınca anne baba tutumunun bireyin sosyal anksiyete düzeyi üzerinde etkili olan faktörlerden biri olduğu görülmektedir. Ebeveynden algılanan duygusal sıcaklığın, çocuğun sağlıklı bir psikososyal, duygusal, bilişsel ve toplumsal gelişim göstermesi ve temel güven duygularının gelişimi ile ilişkisi olduğu belirtilmiştir (Kulaksızoğlu, 2001; Yavuzer, 1998). Bu bilgilerden yola çıkarak algılanan duygusal sıcaklığın sosyal anksiyete belirtileri ile ilişkisi olabileceği düşünülmüş fakat çalışma bulgularınca bu hipotez desteklenmemiştir. Farklılaşan bu bulgular ebeveynden algılanan sıcaklığın sosyal anksiyete gelişimi açısından doğrudan ya da tek başına yordayıcı olmadığına işaret ediyor olabilir. Nitekim bu çalışmanın aşağıda verilecek olan diğer korelasyon bulgularına göre sıcaklık alt boyutu katılımcıların aile yapısına ilişkin değerlendirmeleri ile ilişkili görünmekte, bu değerlendirmelerin de sosyal anksiyete belirtileri ile ilişkilerinin anlamlı olduğu gözlenmektedir.

Çocukluk döneminde algılanan, ailenin sağlıklı ve iyi uyum gösterdiğine işaret eden aile yapısı puanları arttıkça ve algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları azaldıkça sosyal anksiyete belirtilerinin azaldığı tespit edilmiştir. Aile yapısını değerlendiren ölçeğin alt boyutları ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde yetkinlik ve duygusal bağlam alt boyutlarından alınan puanlar arttıkça sosyal anksiyete belirtilerinin azaltığı görülmektedir. Yetkinlik ve duygusal bağlam puanlarının artması ailenin genel uyumunun arttığına işaretmektedir ve ailenin genel uyumunun artması ile sosyal anksiyete belirtilerinin azalması ilişkisi beklendik bir bulgu olarak görülmektedir. Fakat iletişim, birlik ve yönetim alt boyutlarının sosyal anksiyete düzeyi ile anlamlı bir ilişkisi görülmemiştir. Alanyazın incelendiğinde aile yapısı alt

boyutları ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışma bulgularına rastlanmamıştır.

Mevcut çalışmada aile yapısı sağlıklı olarak algılandıkça bireylerin sosyal anksiyete belirtilerinin azaldığı görülmektedir. Bu bulgu alanyazında yer alan çalışmalarla uyum göstermektedir. Aile ortamının bireyin sosyal anksiyete belirtileri ile ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulguları mevcuttur (Bruch, 1989). Ayrıca aile yapısının bireyin yalnızlık düzeyi, psikolojik ve öznel iyi oluşu ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Uruk ve Demir, 2003; Rask, Kurki ve Paavlianien, 2003; Aycan ve Eskin, 2005). Bu bulgular aile yapısı ve ailesel faktörlerin sosyal anksiyete ile ilişkisini destekler niteliktedir.

Özetle algılanan aşırı koruyucu ve reddedici anne baba tutumu ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde çalışma bulguları alanyazın tarafından desteklenmektedir. Ebeveynlerden algılanan duygusal sıcaklık tutumu sosyal anksiyete belirtileri ile doğrudan ilişkili bulunmamasına rağmen, çalışmanın ilerleyen kısımlarında gösterileceği gibi dolaylı bir etkisi olduğu görülmektedir. Aile yapısı ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişki incelendiğinde algılanan genel aile uyumunun arttıkça sosyal anksiyete belirtilerinin azaldığı ve aile yapısı alt boyutlarından ise yetkinlik ve duygusal bağlam puanları arttıkça sosyal anksiyete belirtilerinin azaldığı görülmüştür.

4.1.2. Sosyal Anksiyete Düzeyi ile Üstbiliş-30 Ölçeğinin, Düşünce Kontrolü, Kontrol Edilemezlik ve Tehlike ve Endişeye Dair Olumlu İnançlar Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Çalışmanın korelasyon sonuçlarına göre Üstbiliş-30 ölçeğinin, düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar alt boyut puanları ve Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puanlar arttıkça sosyal anksiyete belirtilerinin de artması beklenmektedir. Korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde bu değişkenler arasındaki ilişkilerin beklenen yönde ve anlamlı olduğu görülmüştür. Üstbiliş ölçeğinin alt boyutlarından alınan puanlar arttıkça bu olumsuz üstbilişlerin varlığına işaret etmektedir. Mevcut çalışma bulgularına göre olumsuz üstbilişlerin varlığı arttıkça sosyal anksiyete belirtilerinin de arttığı görülmektedir. Bu bulgu alanyazın bulguları ile de uyumludur.

Üstbilişlerin psikopatolojilerde önemli bir rolü olduğu araştırmacılar tarafından sıkça vurgulanmaktadır (Wells ve Matthews, 1996, 2015, Wells, 2000). İşlevsiz düşünce ve negatif duyguların kökeninin üstbilişler olduğunu öne süren yaklaşımlar bulunmaktadır

(Wells, 1994). Sosyal anksiyetenin üstbilişsel modelinde de bu yaklaşım ele alınmıştır. Hartman (1983) sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan bireylerin kendi algısal ve bilişsel işlemleri ile fazlaca meşgul olduklarını belirtmiştir. Diğer bir ifadeyle sosyal anksiyetesi yüksek olan bireyler kendi düşünce ve bilişsel süreçleriyle daha fazla meşgul olmaktadır. Mevcut çalışma bulguları ve alanyazındaki diğer çalışmalar ise sosyal anksiyetesi yüksek olan kişilerin olumsuz üstbilişsel inançlarının fazla olduğunu ortaya koymuştur.

Safrancı (2010) üstbilişlerin alt boyutlarından düşünce ve tehlikenin kontrol edilemezliği ile ilgili olumsuz inançların sosyal kaygı ve kaçınma belirtileri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Bir başka çalışmada düşünceleri kontrol edebilme konusundaki inançlar ile olumlu ve olumsuz üstbilişsel inançların sosyal anksiyete ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür (Gkika ve ark., 2017). Durusoy'un (2019) çalışma bulguları da benzer şekilde toplam sosyal anksiyete puanları ile üstbilişin olumlu inançlar, kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ihtiyacı ve bilişsel güven alt boyutları arasında anlamlı pozitif ilişki olduğunu belirtilmiştir.

Tosun ve Irak (2008) ve Hüröğlu (2018) çalışmalarında sosyal anksiyete düzeyi arttıkça üstbilişin tüm boyutlarında da puanların arttığını bulmuşlardır. Tosun ve Irak (2008) benzer şekilde çalışmalarında özellikle olumsuz inançlar (düşüncelere dair endişeler, düşüncelerin kontrol edilemezliği ve tehlike), bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacı boyutları ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki yüksek korelasyonlara dikkat çekmektedir. Çiçek (2009) çalışmasında üstbiliş ölçeğinden alınan toplam puan arttıkça sosyal anksiyete ölçeğinin alt boyutları olan kaygı ile kaçınmanın arttığını ve üstbilişin, olumlu inançlar ve kontrol edilemezlik/tehlike alt boyutlarının düzeyi arttıkça sosyal anksiyete düzeyinin de arttığını belirtmiştir. Bu çalışma bulgularına benzer şekilde Safrancı (2010) da endişe ile ilgili olumlu inançların sürekli kaygı, endişe ve sosyal kaçınma boyutları ile ilişkili olduğunu belirtmiştir. Bu bulgular incelendiğinde, ilgili çalışmalar ile bu çalışmanın bulgularının paralel olduğu görülmektedir.

Üstbilişsel inançlarla sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir başka çalışmada üstbilişsel inançlar ile sosyal anksiyete belirtileri arasında pozitif ilişki bulmuş (Amouzadeh, Chesly ve Amouzadeh, 2013) ve Wells ve Matthews'in (1996) S-REF modelini destekleyen sonuçlar ortaya konmuştur. Mevcut çalışma bulguları da benzer şekilde endişeye yönelik olumlu inançlar, endişenin kontrol edilemeyeceğine ilişkin inançlar ve olumsuz inançları kontrol edemeyeceğine ve bunun zarar verici sonuçları

olacağına ilişkin inançların sosyal anksiyete belirtileri ile ilişki içinde olduğunu göstermiştir.

Çalışma bulguları doğrultusunda, olumsuz üstbilişsel inançlar sosyal anksiyetesi yüksek olan bireylerde sosyal ortamlara girmekten kaçınmaya yol açarak bir kısır döngü oluşturacak şekilde bireyin sosyal anksiyetesinin pekişmesinde de rol oynuyor olabilir. Bireyin düşünce sistemindeki hataların sosyal anksiyete belirtileri ile ilişkisi bilinmektedir. Olumsuz üstbilişsel değerlendirmelerin bu belirtiler üzerindeki etkisi farklı çalışma bulguları ile gösterilmiştir. Olumsuz düşünce ve inançlara sahip bireylerin sosyal anksiyete düzeylerinin yüksek olması alanyazın ile uyumlu bir bulgudur. Bulgular incelendiğine endişenin kendileri için koruyucu olduğunu, bu endişelerin ya da olumsuz inançların kontrolleri dışında oluştuğunu düşünen bireylerin sosyal anksiyete belirtilerinin de yükseldiği görülmektedir.

4.1.3. Anne Baba Tutumları ve Aile Yapısı ile Üstbiliş-30 Ölçeğinin, Düşünce Kontrolü, Kontrol Edilemezlik ve Tehlike ve Endişeye Dair Olumlu İnançlar Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Çalışmanın hipotezleri doğrultusunda korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde aile yapısı ve anne-baba duygusal sıcaklık puanı yükseldikçe; anne-baba aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanı düştükçe bireylerin düşünce kontrolü, kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inançlar alt boyut puanlarının düşmesi beklenmektedir.

Mevcut çalışma bulgularına göre Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puan ile anne ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ve bu bulgu çalışmanın hipotezini destekler niteliktedir. Anne ve babadan algılanan duygusal sıcaklık puanları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır, bu bulgu araştırmanın hipotezini desteklememektedir.

Çalışma bulguları incelendiğinde katılımcıların çocukluk döneminde annelerinden algıladıkları reddedicilik tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike ve düşünceleri kontrol boyutu arasında ve annelerinden algıladıkları aşırı koruyuculuk tutumu ile düşünceleri kontrol boyutu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Ancak algılanan anne reddedicilik tutumu ile endişeye dair olumlu inanç boyutu arasında; algılanan anne aşırı koruyuculuk tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike ve endişeye dair olumlu inanç boyutları arasında ve algılanan anne duygusal sıcaklık tutumu ile kontrol

edilemezlik ve tehlike, endişeye dair olumlu inanç ve düşünceleri kontrol boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

Ayrıca katılımcıların babalarından algıladıkları aşırı koruyuculuk tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike, endişeye dair olumlu inanç ve düşünceleri kontrol boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Katılımcıların babalarından algıladıkları duygusal sıcaklık tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike arasında olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu gözlenmiştir. Algılanan baba reddedicilik tutumu ile kontrol edilemezlik ve tehlike, düşünceleri kontrol ve endişeye dair olumlu inanç boyutları arasında ve algılanan baba duygusal sıcaklık tutumu ile endişeye dair olumlu inanç ve düşünceleri kontrol boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir.

Katılımcıların çocukluk döneminde algıladıkları aile yapısı ile kontrol edilemezlik ve tehlike ve düşünceleri kontrol boyutları arasında olumsuz yönde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu bulgu aile yapısı sağlıklı olarak algılandıkça kontrol edilemezlik ve tehlike ve düşünceleri kontrol olumsuz üstbilişsel inançları azalmaktadır şeklinde yorumlanmakta ve çalışmanın hipotezini desteklemektedir. Algılanan aile yapısı ile olumlu inanç boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Üstbiliş-30 ölçeğinden alınan toplam puan ile aile yapısı arasında ise olumsuz yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür.

Aile yapısının alt boyutları ile üstbiliş ölçeğinin alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde ise iletişim, yetkinlik ve duygusal bağlam alt boyutundan alınan puan arttıkça kontrol edilemezlik ve tehlike, bilişsel güven ve düşünceleri kontrol ihtiyacından alınan puanların azaldığı ve yönetim alt boyutundan alınan puanlar arttıkça kontrol edilemezlik ve tehlike ve düşünceleri kontrol ihtiyacından alınan puanların azaldığı görülmektedir. Diğer bir ifadeyle ailenin genel uyumunun arttığına işaret eden iletişim, yetkinlik, yönetim ve duygusal bağlam alt boyutlarındaki puanlarının yükselmesi olumsuz üstbilişsel inançların azalması ile ilişkili bulunmuştur.

Alanyazın incelendiğinde ailesel faktörler ile anne ve baba tutumunun üstbiliş ile ilişkisini inceleyen az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Fakat bu çalışmalar incelendiğinde aile yapısı ve ebeveyn tutumunun bulgularını desteklediği görülmektedir. Ebeveynin çocuk yetiştirme tutumlarının bireydeki bilişsel ve üstbilişsel hatalarla ilişkili olduğunu gösteren çalışma bulguları alanyazında yer almaktadır (Görgü, 2014; Spada ve ark., 2012). Görgü (2014) annenin aşırı korumacı tutumu ile obsesif düşünceler arasında olumsuz üstbilişlerin

tam aracı rolü olduğunu belirtmiştir. Bir başka çalışma bulgusu ise sert ve cezalandırıcı ebeveyn tutumları ile yetişen çocukların endişe hakkındaki üstbilişsel inançlarının işlevsiz olduğunu belirtmiştir (Gallagher ve Cartwright-Hatton, 2008).

İlgili çalışma bulguları ebeveynlikle ilgili değişkenlerin, özellikle ailesel faktörlerden anne aşırı koruyuculuğunun, anksiyete bozukluklarındaki bilişsel kırılganlığın gelişimini etkilediğini belirtmiştir (Altan Atalay ve Ayvaşık, 2019). Chow ve Lo (2017) ise olumsuz ebeveynlik ile ergenlerin tekrarlı düşünceler ile ilgili olumlu üstbilişsel inançları arasında önemli bir ilişki olduğu vurgulanmıştır. Bu araştırmalar göz önüne alındığında aile ve ebeveynle ilişkili faktörlerin mevcut çalışmadaki gibi üstbilişsel faktörlerle ilişkili olduğu, bireyin bilişsel ve üstbilişsel süreçleri ile ilişkisi belirlenmiştir.

Bireyin bilişsel ve algısal dünyasının gelişiminde ailesel faktörlerin ve anne-baba ile ilişkili faktörlerin önemli olduğu görülmektedir. Kişinin değerlendirme süreçleri ve inançlarına ilişkin düşünce yapısı bu etmenler ile ilişkilidir. Alanyazındaki çalışma bulguları ve mevcut çalışma da bu ilişkiyi desteklemektedir. Diğer bir ifadeyle kişinin düşüncelerini ve üstbilişsel özelliklerini algılayış biçimi ailesel faktörler ve anne baba tutumu ile ilişkilidir.

4.1.4. Anne Baba Tutumları ve Aile Yapısı Alt Boyutları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi

Korelasyon bulguları incelendiğinde anne baba tutumlarından algılanan duygusal sıcaklık boyutu puanları arttıkça aile yapısına ilişkin genel uyumunun da arttığı, anne ve babadan algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutum arttıkça ise aile yapısına ilişkin genel uyumun azaldığı görülmektedir.

Anneden algılanan duygusal sıcaklık arttıkça alt boyutlardan iletişim, yönetim, yetkinlik ve duygusal bağlam alt boyutlarından alınan puanların da arttığı görülmektedir. Ayrıca babadan algılanan duygusal sıcaklık arttıkça iletişim, birlik, yönetim, yetkinlik ve duygusal bağlam alt boyutlarından alınan puanların da arttığı görülmektedir. Anne ve babadan algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutum arttıkça ise iletişim, birlik, yönetim, yetkinlik ve duygusal bağlam alt boyutlarından alınan puanların azaldığı görülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde anne ve baba tutumları ile aile yapısını birlikte değerlendiren çalışma bulguları bulunmamakla birlikte korelasyon analizi sonuçlarının

alanyazın bilgileri ile uyumlu olduğu gör÷lmektedir. Algılanan anne ve baba tutumu aile yapısının genel uyumu ve sağlıklı işleyişı ile ilişkilidir.

4.2. SOSYAL ANKSİYETE BOZUKLUĞU İLE AİLE YAPISI VE ANNE BABA TUTUMLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE ÜSTBİLİŞLERİN ARACI ROLÜNÜ ÖNEREN MODELİN İNCELENMESİ

Anne baba tutumu ve aile yapısı ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkiye üstbilişlerin aracılık edip etmediğini belirlemek amacıyla aracılık içeren yapısal eşitlik ve yol modeli analizleri gerçekleştirilmiştir.

Bu çalışmanın temel hipotezlerinden biri anne baba tutumu ve aile yapısı ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkiye üstbilişlerin aracılık ettiğini öneren bir yapısal eşitlik modelinin sınanmasıdır. Bu bağlamda ilk olarak aile yapısı aracılık ilişkisine dahil edilmeden analiz yapılmış fakat model anlamlı bulunmamıştır. Alanyazın bilgileri göz önüne alınarak aile yapısı değişkenin de aracı değişken olarak modele dahil edilmesine karar verilmiştir. Anne ve baba tutumu ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkide aile yapısı ve üstbilişlerin aracı rolünü inceleyen model oluşturulduğunda Anderson ve Gerbing'in (1988) önerisine uygun olarak ölçüm modeli gerçekleştirilmiş ve iyi bir model için önerilen uyum indekslerine ancak üç hata ilişkilendirmesi ile ulaşılabilmiştir. Bu bağlamda anne duygusal sıcaklık ve aşırı koruyuculuk alt boyutları ile anne ve baba duygusal sıcaklık ve aşırı koruyuculuk alt boyutları arasında hata ilişkilendirilmesi yapılarak yapısal eşitlik modeline geçilmiştir. Bu hata ilişkilendirmeleri alanyazınla uyumlu görünmektedir.

Çalışma bulguları incelendiğinde anne ve baba tutumunun aile yapısı aracılığıyla üstbilişler üzerinde ve aile yapısının da üstbilişler aracılığı ile sosyal anksiyete düzeyi üzerinde dolaylı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu gör÷lmektedir. Anne ve baba tutumunun üstbiliş ve sosyal anksiyete düzeyi üzerinde doğrudan yordayıcı bir etkisi bulunmamaktadır. Ayrıca aile yapısının da sosyal anksiyete düzeyi üzerinde doğrudan yordayıcı bir etkisi olmadığı gör÷lmektedir. Diğer bir ifadeyle anne ve baba tutumunun aile yapısının, aile yapısının üstbilişlerin, üstbilişlerin ise sosyal anksiyete düzeyinin belirli bir kısmını açıkladığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar aile yapısı ve olumsuz üstbilişsel

özelliklerin sosyal anksiyete düzeyi ile anne baba tutumu arasındaki ilişkide aracı rol oynadıklarını göstermiştir.

Model son haliyle, algılanan anne ve baba aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumunun artması, anne ve baba duygusal sıcaklık tutumunun azalması ve aile yapısının azalan uyumuna ilişkin değerlendirmelerin üstbilişlerinin oluşturduğu bilişsel yapıyı zayıflatarak sosyal anksiyete düzeyini yordadığına işaret etmektedir.

Alanyazında, bu değişkenlerin doğrudan birlikte incelendiği bir araştırma mevcut değildir. Ancak bu bulgu, anne baba tutumunun bireyin olumsuz üstbilişsel inançlarının sosyal anksiyete belirtilerinin gelişiminde etkili olduğunu belirten çalışma sonuçlarıyla paraleldir. Yapılan bir çalışma üstbilişler ile ebeveyn tutumlarını anksiyete değişkeni ile birlikte incelemiş ve olumsuz üstbilişsel inançların kaygı düzeyini yordadığını ayrıca ebeveyn aşırı koruyuculuğu ve olumsuz üstbilişsel inançların birlikte kaygının gelişiminde risk faktörü olduğunu belirtmiştir (Spada ve ark., 2011). Görgü (2014) ise anne aşırı koruması ile endişe arasında üstbilişlerin tam aracı rol oynadığını belirtmiştir. Ebeveyn aşırı koruyuculuğu kavramı ile kastedilen çocuğu gereğinden fazla kontrol altında tutma, çocuğun özerkliğine saygı göstermeyen bir tutum göstermektir. Kavram incelendiğinde bu tutumun bireyin üstbilişsel inançları ile sosyal anksiyete belirtilerini etkilemesi beklendiği görülmektedir.

Reddedicilik tutumu ise fiziksel ve duygusal olarak incitici davranış ve sözel ifadeler ya da herhangi bir tepkinin yokluğu olarak tanımlanmıştır. Gallagher ve Cartwright-Hatton (2008) yaptıkları çalışmada sert ve cezalandırıcı ebeveyn tutumu ile kaygı arasında üstbilişlerin kısmi aracılık rolü olduğunu belirtilmiştir. Ayrıca baba reddi ile obsesif düşünceler arasında üstbilişin alt boyutu olan endişeye dair olumlu inancın kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür (Görgü, 2014). Çocukluk döneminde algılanan sert ve cezalandırıcı ebeveyn tutumu da aşırı koruyucu tutum da bireyin özgüveninin gelişimini engelleyebilir. Kişinin kendisine ilişkin düşünce ve inançlarını olumsuz yönde etkileyerek, çeşitli psikopatolojilerin gelişiminde rol oynayabilir. Belirtilen çalışma bulguları ve mevcut araştırma da beklenen doğrultuda bu tutumların olumsuz üstbilişleri ve olumsuz üstbilişlerin de sosyal anksiyete belirtilerini etkilediğini göstermektedir.

Tartışılan yapısal eşitlik modeline ek olarak, sistematik araştırmaların ebeveyn ahengine yaptığı vurgudan yola çıkarak alternatif bir yol modeli sınanmıştır. Ebeveyn tutumlarından algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik anne ve baba

puanlarının ortalamaları ile sosyal anksiyete düzeyi arasındaki ilişkiye aile yapısı ve üstbiliş gözlenen değişkenlerinin aracılık etkisini incelemek amaçlanmıştır. Bu doğrultuda gözlenen değişkenlerden anne ve baba tutumlarının puan ortalamalarından elde edilen duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik puanları bağımsız değişken, sosyal anksiyete düzeyi ise bağımlı değişken olarak ele alınmıştır. Aile yapısı ve üstbilişsel özelliklerle ilişkili gözlenen puanlar ise aracı değişken olarak ele alınmıştır.

Bulguları incelendiğinde ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik boyutlarının aile yapısı aracılığıyla üstbilişler üzerinde ve aile yapısının da üstbilişler aracılığı ile sosyal anksiyete düzeyi üzerinde dolaylı bir yordayıcı etkiye sahip olduğu görülmektedir. Ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık ve reddedicilik boyutlarının üstbiliş ve sosyal anksiyete düzeyi üzerinde doğrudan yordayıcı bir etkisi bulunmamaktadır. Fakat ebeveynden algılanan aşırı koruyuculuğunun sosyal anksiyete belirtileri üzerinde doğrudan yordayıcı etkisi olduğu görülmüştür, üstbilişler üzerinde ise doğrudan yordayıcı etkisi bulunmamaktadır. Ayrıca gözlenen aile yapısı değişkeninin de sosyal anksiyete düzeyi üzerinde doğrudan yordayıcı bir etkisi olmadığı görülmektedir.

Yol analizi sonuçlarına göre ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık puanlarının artması sağlıklı aile yapısını, aşırı koruyuculuk ve reddediciliğin artması ise sağlıksız aile yapısını yordamaktadır. Sağlıklı aile yapısı olumsuz üstbilişsel inançları negatif yönde yordarken, olumsuz üstbilişsel inançlar ise sosyal anksiyete belirtilerini pozitif yönde yordamaktadır. Sunulan bulgular incelendiğinde her iki ebeveynden algılanan tutum ve sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkiye üstbilişlerin ve aile yapısının aracılık ettiği görülmüştür. Başka bir deyişle anne ve babadan algılanan tutum aile yapısı ve üstbilişler aracılığı ile sosyal anksiyete belirtilerini etkilemektedir. Bu bulgu anne ve baba tutumunun aile yapısını etkilemesi, aile yapısının ise üstbilişler üzerinde etki göstererek sosyal anksiyete belirtilerini yordaması açısından alanyazın bilgileri ile paraleldir.

Yapılan çalışma bulguları incelendiğinde analizler hem anne ve baba tutumları ayrı olarak, hem de bu puanların ortalaması alınıp ebeveyn tutumu olarak ele alınıp değerlendirilmiştir. Anne ve baba tutumu ayrı olarak ve ebeveyn tutumu olarak birlikte ele alındığında da bireylerin aile yapısı değerlendirmelerini anlamlı olarak etkilemiştir. Annenin çocuk ve aile üzerindeki temel rolü düşünüldüğünde anne tutumunun daha etkili bir faktör olabileceği düşünülebilir fakat çalışma bulguları anne ve baba tutumunun aile yapısı değerlendirmeleri üzerindeki etkisinin benzer olduğunu göstermektedir.

Sosyal Anksiyete Bozukluğu'na ilişkin bilişsel kuramlar incelendiğinde (Rapee ve Heimberg, 1997) olumsuz değerlendirilme korkusu bu bozukluğun önemli bir bileşeni olarak görülmektedir. Anne ve baba tutumlarından reddedicilik boyutu sert ve cezalandırıcı bir tutum ile karakterize olduğu için aile yapısı ve üstbilişler aracılığı ile bu etkinin görülmesi beklendiktir. Ayrıca sosyal anksiyete düzeyi yüksek bireylerin kendi sosyal becerilerine ilişkin olumsuz değerlendirmeleri olabileceği de görülmektedir. Ebeveynin aşırı koruyucu tutumu bireylerin bireylerin beceri gelişimini ya da bu becerilerin sergilenmesini engellemiş olabilir. Bireyin kendi sosyal becerilerine ilişkin inançları da bu durumdan olumsuz yönde etkileniyor görünmektedir. Konuya ilişkin bir araştırma bulgusu erken çocukluk döneminde algılanan aşırı düzeyde eleştiri ve reddin bireyin negatif değerlendirmelere karşı kırılganlığı dolayısıyla sosyal anksiyete belirtilerini yordadığını bulmuştur (Gulley, Oppenheimer ve Hankin, 2014).

Sonuç olarak belirtilen hipotezler doğrultusunda yapılan analiz sonuçları incelendiğinde anne ve baba tutumunun aile yapısını, aile yapısının olumsuz üstbilişsel inançları ve bu üstbilişsel inançların ise sosyal anksiyete düzeyini yordadığı belirlenmiştir ve bu bulgular ilgili alanyazın sonuçları ile uyum göstermektedir. Özetle, çocukluk döneminde algılanan ebeveyn tutumlarının aile yapısına ilişkin değerlendirmeleri yordadığı ve bu ailesel faktörlerin olumsuz üstbilişsel inançlar ve sosyal anksiyete belirtileri üzerinde etkili ve önemli değişkenler olduğu belirlenmiştir.

4.3. SONUÇLAR VE ARAŞTIRMANIN KLİNİK ÖNEMİ

Bu çalışmada, katılımcıların algıladıkları anne baba tutumu ve aile yapısı ile sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide olumsuz üstbilişsel inançların aracı rolü olup olmadığı incelenmiştir. Öncelikle ilgili değişkenler arasındaki ilişkiler ele alınmış ve yapılan analizler sonucunda değişkenler arasındaki ilişkilerin beklenen yönde ve anlamlı olduğu belirlenmiştir. Değişkenler arasında gerçekleştirilen korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde algılanan duygusal sıcaklık boyutu ile sosyal anksiyete ve üstbiliş ölçeğinden alınan puanlar arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle ebeveyninden algılanan duygusal sıcaklık ile sosyal anksiyete belirtileri ve olumsuz üstbilişler arasında bir ilişki bulunmazken; anne ve babadan algılanan aşırı koruyuculuk ve reddedicilik tutumları ile sosyal anksiyete düzeyi ve olumsuz üstbilişsel inançlar ilişkili görülmüştür. Ayrıca üstbiliş ölçeğinden alınan toplam puanlar diğer değişkenler ile anlamlı ve beklenen yönde ilişki göstermesine rağmen üstbiliş ölçeğinin bazı alt boyutları ile

ebeveynden algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutum arasındaki ilişkiler anlamlı çıkmamıştır.

Çalışma bulgularına göre çocukluk döneminde anne ve babadan algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutum arttıkça bireylerin sosyal anksiyete düzeyleri de artmaktadır. Ayrıca bireylerin olumsuz üstbilişsel inançları arttıkça sosyal anksiyete düzeylerinin ve ebeveynden algılanan aşırı koruyucu ve reddedici tutumun da aynı doğrultuda arttığı görülmüştür. Bireylerin çocukluk döneminde algıladıkları aile yapısına ilişkin değerlendirmeler incelendiğinde ise bireyin ailesini sağlıklı olarak değerlendirme düzeyi arttıkça olumsuz üstbilişsel inançlarının azaldığı görülmektedir. Bu sonuçlar incelendiğinde ailesel faktörlerin (aile yapısı, ebeveynin aşırı koruyuculuğu- reddedici tutumları) sosyal anksiyete belirtileri ve olumsuz üstbilişsel inançlar ile ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Araştırmanın diğer aşamasında temel hipotezlerden biri olan araştırma modeli değerlendirilmiştir. Araştırma modeli anne baba tutumu ile aile yapısının sosyal anksiyete düzeyi ile ilişkisinde üstbilişlerin aracı rolünü değerlendirmektir. Bu şekilde model test edildiğinde anlamlı bir ilişki çıkmamış olup aile yapısı değişkeni de aracı değişken olarak ele alındığında modelin anlamlı ve ilgili alanyazın çalışmaları ile uyumlu olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara göre anne ve baba tutumu aile yapısını; aile yapısı olumsuz üstbilişsel inançları; olumsuz üstbilişsel inançlar da sosyal anksiyete düzeyini etkilemektedir. Diğer bir analizde ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik ile diğer değişkenler arasında yol analizi yapılmış ve modelin iyi uyum gösterdiği ve bulguların anlamlı olduğu görülmüştür. Bu modele göre ebeveynden algılanan duygusal sıcaklık puanlarının artması sağlıklı aile yapısını, aşırı koruyuculuk ve reddediciliğin artması ise sağlıksız aile yapısını yordamaktadır. Sağlıklı aile yapısı olumsuz üstbilişsel inançların azalmasını yordarken, olumsuz üstbilişsel inançlar ise sosyal anksiyete belirtilerinin artmasını yordamaktadır.

Mevcut araştırma sonuçlarının, sosyal anksiyete ile aile yapısı, anne baba tutumları ve üstbilişlerin ilişkisini değerlendirerek ve aralarındaki ilişkiyi inceleyerek sosyal anksiyete psikopatolojisinin daha iyi anlaşılması ve kavramsallaştırılmasına olanak sağladığı düşünülmektedir. Sosyal anksiyete belirtileri deneyimleyen bireyler ile yapılacak klinik çalışmalarda ailesel faktörlerin değerlendirilmesi kavramsallaştırmayı yapmak ve bireyi aile sistemi içinde değerlendirmek açısından önemli görülmektedir. Klinik çalışmalarda, bilişler ile çalışılan, bireyin bilişsel değerlendirmelerinin incelendiği sosyal anksiyete belirtileri gösteren vakalarda üstbilişlerin de çalışılması ve değerlendirilmesine

yönelik uygulamaların önemi görülmektedir. Bu çalışma bulgularının, üstbilişlerin sosyal anksiyete üzerindeki etkisi ve aracı rolünün belirlenmesi ile terapi uygulamalarına katkı sağladığı düşünülmektedir. Ayrıca araştırma sonuçlarının ebeveyn tutumu ile aile yapısının birey üzerindeki etkisini gösterdiği de görülmektedir. Ailesel faktörlerin bireyi çeşitli açılardan etkilediği ve klinik çalışmalarda da üzerinde daha fazla durulması gereken bir konu olduğu düşünülmektedir. Bulgular doğrultusunda çocuk yetiştirme tutumu ve aile ortamının önemine ilişkin bilgilendirme çalışmaları yapılmasının önemi vurgulanabilir. Ayrıca klinik çalışmalarda, sosyal anksiyete belirtileri gösteren katılımcıların aile yapısına ilişkin değerlendirmenin detaylandırılmasının ve çalışılmasının önemli olduğu söylenebilir.

4.4. ARAŞTIRMANIN SINIRLILIKLARI VE ÖNERİLER

Mevcut araştırma sonuçlarının, sosyal anksiyete ile aile yapısı, anne baba tutumları ve üstbilişlerin ilişkisini değerlendirerek ve aralarındaki ilişkiyi inceleyerek sosyal anksiyete psikopatolojisinin daha iyi anlaşılması ve kavramsallaştırılmasına olanak sağladığı düşünülmektedir. Sosyal anksiyete belirtileri deneyimleyen bireyler ile yapılacak klinik çalışmalarda ailesel faktörlerin değerlendirilmesi, kavramsallaştırmayı yapmak ve bireyi aile sistemi içinde değerlendirmek açısından önemlidir. Araştırmanın güçlü yönlerinden biri ailesel faktörleri daha iyi değerlendirebilmek için katılımcılardan hem anne ve baba tutumunun hem de aile yapısının değerlendirmelerinin birlikte alınmış olmasıdır. Böylece aileyi bir bütün olarak ve alt bileşenleri ile değerlendirmek mümkün olmuştur.

Alanyazındaki araştırmalar incelendiğinde ailesel faktörler ile sosyal anksiyete ilişkisini inceleyen çalışmalara rastlanabilmektedir ancak bu ilişkide olumsuz üstbilişsel değerlendirmelerin aracı rolünü araştıran çalışma bulunmamaktadır. Bu durum alanyazında bir boşluğa yol açmış; bu çalışma ile sosyal anksiyete ailesel faktörler çerçevesinde değerlendirilerek ve üstbilişsel faktörler ile ele alınarak alanyazındaki bu boşluğun giderilmesine katkıda bulunmaya çalışılmıştır. Araştırmanın alanyazındaki önemli bir boşluğu doldurmasının yanında, araştırmaya internet üzerinden veri toplanması aracılığıyla farklı şehir ve kültürlerden dahil olan katılımcıların çeşitliliği araştırmanın güçlü yönünü oluşturmaktadır.

Bu çalışmanın güçlü yanlarının yanı sıra birtakım sınırlılıkları da bulunmaktadır ve bu sınırlılıkları belirlemek araştırma bulgularını daha doğru yorumlamamıza yardımcı olacaktır. Örneklem özellikleri ile ilgili bir sınırlılık çalışmaya katılan katılımcıların yaş

aralığının 18-15 yaş ile sınırlandırılmış olmasıdır. Ayrıca katılımcılar sosyal anksiyete bozukluğu tanısı almış grup arasından seçilmemiş genel popülasyonun sosyal anksiyete düzeyi incelenmiştir. Dolayısıyla elde edilen bulguların tanı almış gruba genellenmesi uygun görünmemektedir. Örneklem özellikleri incelendiğinde bulguların, sadece belli bir grup için açıklayıcı olabileceği düşünülmektedir. Örnek büyüklüğü incelendiğinde ise sınırlı sayıda katılımcı bulunması ve kadın erkek sayısı arasındaki dengesizlik araştırma bulgularının genellenebilirliğini düşürmektedir.

Araştırma kapsamında kullanılan bilgi toplama formları incelendiğinde anne ve baba tutumları, aile yapısı, üstbilişler ve sosyal anksiyete belirtilerinin ölçüm için kullanılan ölçek bulguları ile sınırlı olduğu söylenebilir. Araştırma kapsamında incelenen değişkenlere ilişkin ölçümler, Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu, Aile Yapısını Değerlendirme Ölçeği, Üstbiliş Ölçeği-30 ve Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği'nin ele aldığı nitelikler ile sınırlıdır. Ölçüm araçları ile ilgili bir diğer sınırlılık ise kişinin öz-bildirimine dayanması, anne-baba tutumu ve aile yapısı değerlendirmeleri açısından geriye dönük bilgi toplanmış olması ve bu nedenle yanlılığa sebep olarak objektif bir değerlendirmenin zorluğuna ilişkindir. Ayrıca internet üzerinden toplanan verilerin yüz yüze toplanan verilere kıyasla samimi ve içten bir şekilde doldurulma olasılığının azaldığı bilinmektedir. Bu durum da çalışmanın bir diğer sınırlılığı olarak ele alınabilir.

Araştırmanın yöntemi incelendiğinde ise katılımcılara ilişkin bilgilerin tek bir seferde alındığı için mevcut değişkenlere ilişkin gelişimsel değişikliklerin incelenememiştir. Diğer bir sınırlılık ise araştırmanın yöntemi doğrultusunda neden-sonuç ilişkisinin incelenememiş olmasıdır. Ayrıca anne baba tutumu ve aile yapısı değişkenleri ile ilgili bilgiler sınırlı bir zaman aralığı için alınmıştır. Dolayısıyla elde edilen araştırma sonuçları değerlendirilirken çalışma modeline ait bu nitelikler göz önünde bulundurulmalıdır.

Mevcut araştırmaya ilişkin yukarıda belirtilen sınırlılıklar giderilerek ve mevcut değişkenlerle araştırma tekrarlanarak alanyazına katkıda bulunulması önemli olabilir. Bu amaçla, ilk olarak alanyazındaki ailesel faktörler, sosyal anksiyete belirtileri ve olumsuz üstbilişler ile ilgili değerlendirmeler klinik örneklem ile incelenmeli, konuyla ilgili sınırlı sayıdaki araştırmanın sayısı arttırılmalıdır. Ayrıca, bu araştırmalarda niteliksel araştırma yöntemlerinden ve boylamasına çalışma deseninden de yararlanılması çalışmanın güvenilirliğini arttıracaktır. Mevcut çalışma kapsamında yararlanılan öz-bildirim ölçekleri, çeşitli yanlılıklara sahip olduğundan ileride yapılacak araştırmalarda elde edilen ölçümlerin

nitel yöntemlerle (gözlem, yapılandırılmış görüşme vb.) de desteklenmesi önerilmektedir. Yapılacak olan çalışmaların bireysel görüşme ise daha çeşitli bilgilere ulaşılmasını ve katılımcılardan elde edilen verilerin rastgele doldurulmasını da engelleyebilir.

Mevcut çalışmanın boylamsal yöntem ile yürütülmemesi nedeniyle elde edilen veriler eksik kalmış ve değişkenler arasında neden-sonuç ilişkisi kurulamamıştır. Dolayısıyla ilgili değişkenleri etkileyebilecek diğer gelişim süreçlerinin incelenmesi, sosyal anksiyete belirtilerine sebep olabilecek diğer etmenlerin belirlenmesi ve bu belirtiler ile ilişkili süreç hakkında daha detaylı bilgi edinebilmek için araştırma yönteminde yapılacak değişikliklerin alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışma yalnızca, 18-25 yaş aralığındaki katılımcılarla yürütülmüştür. Bu nedenle ileride yapılacak araştırmalarda istatistiksel açıdan daha kapsamlı sonuçlara ulaşılması adına veri toplama grubunda yer alacak katılımcıların yaş aralığı daha geniş tutulmalıdır. Yapılacak çalışmalarda ulaşılan sonuçların daha doğru bugular vermesini sağlamak amacıyla ebeveyn (ebeveynlere ilişkin diğer önemli bilgiler), katılımcı ve çevresel etmenlere (veri toplama yolları, verilerin toplandığı ortamlar) ilişkin karıştırıcı değişkenlerin kontrol altına alınması önemli görünmektedir.

Son olarak, mevcut araştırma dahilinde ilk defa elde edilen ailesel faktörlerin sosyal anksiyete belirtilerini yordamasında üstbilişlerin aracı rolüne ilişkin bulgu, ileride yapılacak olan benzer konulu araştırmalarla desteklenmeli, bu ilişkide üstbilişlerden farklı aracı değişkenler belirlenmeli ve klinik çalışmaların planlanmasına katkıda bulunulmalıdır. Aile ile kişinin mizaç özellikleri arasındaki etkileşimin değerlendirildiği ve ailesel faktörlerdeki değişkenlerden hangilerinin sosyal anksiyete bozukluğunun gelişiminde kritik rol oynadığını inceleyen çalışmaların yapılması da alanyazına önemli katkılar sunabilir. Şema kuramı ile mevcut çalışma bulgularının birlikte değerlendirilerek yeni modellerin oluşturulabileceği de düşünülmektedir. Özetle, mevcut araştırmada elde edilen bulguların benzer araştırmalarda elde edilebilecek bulgular ile desteklenmesi ve araştırmanın sınırlılıkları ile ileri çalışmalar için verilen öneriler göz önünde bulundurularak yeni çalışmalarla alanyazına katkıda bulunulması önemlidir.

KAYNAKÇA

- Afshar, H. K., Safarifard, R., Hosseini, M. ve Hodhodi, Z. (2018). Association between quality of family relationships and social anxiety (Investigating the mediating role of family cohesion). *Journal of Mazandaran University of Medical Sciences*, 28(166), 81-95.
- Aka, B. (2011). *Perceived parenting styles, emotion recognition, and emotion regulation in relation to psychological well-being: Symptoms of depression, obsessive-compulsive disorder, and social anxiety*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Aktaş Özkafacı, A. (2012). *Annenin Çocuk Yetiştirme Tutumu ile Çocuğun Sosyal Beceri Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Akyazı, S. (2010). *Kadın sığınmaevinde kalan aile içi şiddete maruz kalmış kadınlarda ruhsal bozukluklar*. Tıpta uzmanlık tezi, T.C. Sağlık Bakanlığı Bakırköy Prof. Dr. Mahzar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Akün, E. (2013). Yapısal aile sistemleri kuramı bağlamında ergenlik döneminde aile yapısı ve ergenlik dönemi sorunları. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 53, (1), 85-116.
- Alabay, E. (2017). Okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin ebeveynlik tutumlarının incelenmesi. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*, 1(2), 156-174.
- Alpoğuz, D. (2014). *Algılanan ana-baba tutumlarının ilköğretim öğrencilerinin okumaya yönelik tutumlarına ve türkçe dersi akademik başarılarına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Altan-Atalay, H. ve Ayvaşık, H. B. (2019). Antecedents of looming cognitive style: Associations with reported perceived parenting and attachment. *Psychological Reports*, 122(1); 96–107.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and statistical manual for mental disorders* (4th edition). Washington, DC: Author.

- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual for mental disorders (5th edition). Washington, DC: Author.
- American Psychological Association. (2014). Ruhsal bozuklukların teşhis ve istatistik el kitabı. (1. Baskı). (E. Köroğlu, Çev.). Ankara: Hekimler Yayın Birliği. (Orijinal çalışma basım tarihi 2013).
- Amouzadeh, M. H., Chesly, R. R. ve Amouzadeh, M. H. (2013). The relationship of the meta-cognitive beliefs with social anxiety symptoms (avoidance, fear and physiological arousal) in nonclinical population. *Autumn & Winter*, 3(2).
- Anderson, J. C., ve Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended twostep approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Anlı, İ. ve Karslı, T. A. (2010). Perceived parenting style, depression and anxiety levels in a Turkish late-adolescent population. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 724–727.
- Arrindell, W. A., Sanavio, E., Aguilar, G., Sica, C., Hatzichristou, C., Eisemann, E. ve ark. (1999). The development of a short form of the EMBU: Its appraisal with students in Greece\ Guatemala\ Hungary and Italy. *Personality and Individual Differences*, 27, 613-628.
- Arrindell, W. A., Akkerman, A., Bages, N., Feldman, L., Caballo, V. E., Oei, T. B. S. ve ark. (2005). The Short-EMBU in Australia, Spain, and Venezuela. *European Journal of Psychological Assessment*, 21, 56-66. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.21.1.56>.
- Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M. G., Monsma, A. ve Brilman, E. (1983). The role of perceived parental rearing practices in the aetiology of phobic disorders: A controlled study. *British Journal of Psychiatry*, 243, 183-187.
- Arrindell, W. A., Kwee, M. G. T., Methont, G. J., Van der Ende, J., Pol, E. ve Moritz, B. J. M. (1989). Perceived parental rearing styles of agoraphobic and socially phobic patients. *British Journal of Psychiatry*, 255, 526-535.

- Aycan, Z., Eskin, M. (2005). Relative contributions of childcare, spousal support, and organizational support in reducing work-family conflict for men and women: The case of Turkey. *Sex Roles*, 53 (7/8), 453-471.
- Aydođdu, F. ve Dilekmen, M. (2016). Ebeveyn tutumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Bayburt Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 11(2).
- Aydın, A. T. (2004). *Sosyal fobi olgularında aile içi yaşantılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ballash, N. G., Pemble, M. K., Usui, W. M., Buckley, A. F ve Woodruff-Borden, J. (2006). Family functioning, perceived control, and anxiety: A mediational model. *Journal of Anxiety Disorders*, 20, 486–497.
- Bandelow, B., Torrente, A. C., Wedekind, D., Brooks, A., Hajak , G. ve Růther, E. (2004). Early traumatic life events, parental rearing styles, family history of mental disorders, and birth risk factors in patients with social anxiety disorder. *European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience*, 254, 397–405. DOI 10.1007/s00406-004-0521-2.
- Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. *Child Development*, 67, 3296-3319.
- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95.
- Becker, W. C. (1964). Consequences of different kinds of parental discipline. In M. L. Hoffman & L. W. Hoffman (Eds.), *Review of child development research* (pp. 169-208). New York: Russell Sage Foundation.
- Berg-Nielsen, T. S., Vikan, A. ve Dahl, A. A. (2002). Parenting related to child and parental psychopathology: A descriptive review of the literature. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 7(4), 529-552.
- Biggam, F. H. ve Power, K. G. (1998). The quality of perceived parenting experienced by a group of Scottish incarcerated young offenders and its relation to psychological distress. *Journal of Adolescence*, 21, 161–176.

- Binbay, Z. ve Koyuncu, A. (2012). Sosyal anksiyete bozukluğu ve duygudurum bozuklukları birlikteliği. *Psikiyatriye Güncel Yaklaşımlar*, 4(1), 1-13.
- Blöte, A. W., Miers, A. C., Heyne, D. A., Clark, D. M. ve Westenberg, P. M. (2014). The relation between social anxiety and audience perception: Examining Clark and Wells' (1995) model among adolescents. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42, 555–567. doi:10.1017/S1352465813000271.
- Blöte, A. W., Miers, A. C. ve Westenberg, P. M. (2014). The role of social performance and physical attractiveness in peer rejection of socially anxious adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 25(1), 189–200.
- Bögels, S. M., Stevens, J. ve Majdandžić, M. (2010). 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.
- Brook, C. A. ve Schmidt, L. A. (2008). Social anxiety disorder: A review of enviromental risk factors. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 4(1), 123-143.
- Bruch, M. A. (1989). Familial and developmental antecedents of social phobia: Issues and findings. *Clinical Psychology Review*, 9, 37–47.
- Bruch, M. A., Heimberg, R. G., Berger, P. ve Collins, T. M. (1989). Social phobia and perceptions of early parental and personal characteristics. *Anxiety Research*, 2, 57-65.
- Bruch, M. A. ve 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.
- Bulut, I. (1993). Ruh hastalığının aile işlevlerine etkisi. Ankara: Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı.
- Burbach, D. J., Kashani, J. H. ve Rosenberg, T. K. (1989). Parental bonding and depressive disorders in adolescents. *Child Psychology and Psychiatry*. 3(3), 417-429.
- Caouette, J. D. ve Guyer, A. E. (2014). Gaining insight into adolescent vulnerability for social anxiety from developmental cognitive neuroscience. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 8, 65–76.

- Cartwright-Hatton, S. ve Wells, A. (1997). Beliefs about worry and intrusions: The meta-cognitions questionnaire and its correlates. *Journal of Anxiety Disorders*, 11(3), 279-296.
- Caster, J. B., Inderbitzen, H. M. ve Hope, D. (1999). Relationship between youth and parent perceptions of family environment and social anxiety. *Journal of Anxiety Disorders*, 13(3), 237-51.
- Chartier, M. J, Walker, J. R., Stein, M. B. (2001). Social phobia and potential childhood risk factors in a community sample. *Psychological Medicine*, 31, 307-315.
- Chow, K. ve Lo, B. C. Y. (2017). Parental factors associated with rumination related metacognitive beliefs in adolescence. *Frontiers in Psychology*, 8:536. doi: 10.3389/fpsyg.2017.00536
- Clark, D. M. ve Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg ve M. R. Liebowitz (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (s. 69-93). New York, NY, US: Guilford Press.
- Creswell , C. ve O'Connor, T. G. (2006). 'Anxious cognitions' in children: An exploration of associations and mediators. *British Journal of Developmental Psychology*, 24, 761-766.
- Cox, M. J. ve Paley, B. (1997). Families as systems. *Annual Review of Psychology*. 48, 243-267.
- Çakın Memik, N., Yıldız, Ö., Tural, Ü. ve Ağaoğlu, B. (2011). Sosyal fobinin yaygınlığı: Bir gözden geçirme. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 48, 4-10.
- Çetinkaya, M. (2015). *Çocuklarda sosyal anksiyete bozukluğunun serum oksitosin, vazopressin düzeyleri ve ebeveyn özellikleriyle ilişkisi*. Tıpta uzmanlık tezi, T. C. Sağlık Bakanlığı Ankara Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hematoloji Onkoloji Eğitim Araştırma Hastanesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği.
- Çiçekçi, S. (2019). *Sosyal kaygı ile üstbiliş arasındaki ilişkinin özel bir eğitim kurumundaki öğrencilerde incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Daniels, D. ve Plomin, R. (1985). Origins of individual differences in infant shyness. *Developmental Psychology*, 21, 118-121.

- Dallos, R. ve Draper, R. (2015). An introduction to family therapy: Systemic theory and practice (fourth edition). Open University Press.
- Darling, N. ve Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496.
- Demiriz, S. ve Öğretir, A. D. (2007). Alt ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki 10 yaş çocuklarının anne tutumlarının incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1), 105-122.
- Dilbaz, N. (1997). Sosyal fobi. *Psikiyatri Dünyası*, 1, 18-24.
- Dinçtürk, K. (2019). *Erken dönem şema alanlarında bağlanma modellerinin ve sosyal fobinin benlik saygısı ile ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Dirik, G., Karancı, A. N. ve Yorulmaz, O. (2004). *Yetişkinlerin çocukluk anıları ve sosyal kaygı*. XIII. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışma Kitabı, İstanbul.
- Dirik, G., Yorulmaz, O. ve Karancı, A. N. (2015). Çocukluk dönemi ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi: Kısaltılmış algılanan ebeveyn tutumları-çocuk rormu. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 26(2), 123-130.
- Dragan, M., Dragan, W. L., Kononowicz, T. ve Wells, A. (2012). On the relationship between temperament, metacognition, and anxiety: Independent and mediated effects. *Anxiety, Stress, & Coping: An International Journal*, 25(6), 697-709, DOI:10.1080/10615806.2011.630071
- Durusoy, G. (2019). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı, bilinçli farkındalık ve üstbilişlerin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eccles, J. S., Early, D., Fraser, K., Belansky, E., McCarthy, K. (1997). The relation of connection, regulation, and support for autonomy to adolescents' functioning. *Journal of Adolescent Research*, 12(2), 263-286.
- Erdoğan, Ö. ve Uçukoğlu, H. (2011). İlköğretim okulu öğrencilerinin anne-baba tutumu algıları ile atılganlık ve olumsuz değerlendirilmekten korkma düzeyleri arasındaki ilişkiler. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 51-72.

- Erkan, Z. (2002). *Ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri, ana-baba tutumları ve ailede görülen risk faktörleri üzerine bir çalışma*. Yayınlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erkan, Z., Güçray, S. ve Çam, S. (2002). Ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin ana baba tutumları ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(10), 64-75.
- Eroğlu, E. (2001). *Ailenin çocuklarda problem çözme yeteneğinin gelişmesi üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Eroğlu, K. (2018). *Ortaokul 7. ve 8. Sınıf öğrencilerinin sosyal kaygıları ile benlik saygısı, anne-baba tutumları, mükemmeliyetçilik özellikleri arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Erözkan, A. (2009). İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinde depresyonun yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(2), 334- 345. [Online]: <http://ilkogretim-online.org.tr>
- Ertuğ Toker, D. (2008). *K.T.Ü. Trabzon Sağlık Yüksek Okulu öğrencilerinde yeme tutumu ve aile yapısı arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Eryılmaz, A. (2010). Aile yapısı ergeni mutlu eder mi? *Aile ve Toplum*, 11(6), 22.
- Fauber, R., Forehand, R., Thomas, A. M. ve Wiersen, M. (1990). A mediational model of the impact of marital conflict on adolescent adjustment in intact and divorced families: The role of disrupted parenting. *Child Development*, 61, 1112-1123.
- Fisher, P. ve Wells, A. (2009). Metacognitive therapy: Distinctive features. Hove, East Sussex: Routledge.
- Flavell, J. N. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitive developmental inquiry. *American Psychologist*, 34, 906-911.
- Fox, A. S. ve Kalin, N. H. (2014). A translational neuroscience approach to understanding the development of social anxiety disorder and its pathophysiology. *American Journal of Psychiatry*, 171, 1162–1173.

- Freerick, M. M. ve Snow, K. L. (2005). The relationships between childhood sexual abuse, social anxiety, and symptoms of posttraumatic stress disorder in women. *Journal of Family Violence*, 20(6). DOI: 10.1007/s10896-005-7802-z
- Fresco, D.M., Coles, M.E., Heimberg, R.G., Liebowitz, M.R., Hami, S., Stein, M.B. ve Goetz, D. (2001). The Liebowitz Social Anxiety Scale: A comparison of the psychometric properties of self-report and clinician-administered formats. *Psychological Medicine*, 31, 1025-35.
- Frick, A., Howner, K., Fischer, H., Eskildsen, S. F., Kristiansson, M. ve Furmark, T. (2013). Cortical thickness alterations in social anxiety disorder. *Neuroscience Letters*, 536, 52– 55.
- Furmark, T., Tillfors, M., Everz, P. O., ve ark. (1999) Social phobia in the general population: Prevalence and sociodemographic profile. *Social Psychiatry and Epidemiology*, 34, 416– 424.
- Fyer, A. J., Mannuzza, S., Chapman, T.F., Liebowitz, M. R. ve Klein, D. F. (1993). A direct interview family study of social phobia. *Archives General of Psychiatry*, 50, 286-293.
- Gallagher, B. ve Cartwright-Hatton, S. (2008). The relationship between parental anxiety and child-related cognition: An experimental approach. *Cognitive Therapy and Research*, 33(5), 523–531. doi:10.1007/s10608-008-9194-x
- Garber, J., Robinson, N. S. ve Valentiner, D. (1997). The relation between parenting and adolescent depression: Self-worth as a mediator. *Journal of Adolescent Research*, 12(12). DOI: 10.1177/0743554897121003.
- Gavric, D., Moscovitch, D. A., Rowa, K. ve McCabe, R. E. (2017). Post-event processing in social anxiety disorder: Examining the mediating roles of positive metacognitive beliefs and perceptions of performance. *Behaviour Research and Therapy*, 91, 1-12.
- Gerlsma, C., Emmelkamp P. M. G. ve Arrindell, W. A. (1990). Anxiety, depression, and perception of early parenting: a meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 10(3), 251–277. doi:10.1016/0272-7358(90)90062-f

- Gehring, T. M. ve Feldman, S. S. (1988). Adolescents' perceptions of family cohesion and power: A methodological study of the family system test. *Journal of Adolescent Research*, 1, 33-52.
- Gkika, S. ve Wells, A. (2016). The impact of metacognitive beliefs and anticipatory processing on state anxiety in high socially anxious individuals in a speech task. *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(4), 588-600.
- Gkika, S., Wittkowski, A. ve Wells, A. (2017). Social cognition and metacognition in social anxiety: A systematic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25, 10-30.
- Goldenberg, H. ve Goldenberg, I. (2013). *Family Therapy: An Overview*, (Eighth Edition). Brooks/Cole, Cengage Learning: USA.
- Gönen, G. (2014). *Algılanan anne baba tutumunun üniversite öğrencilerinin bilişsel çarpıtmaları ve kişilik yapıları ile ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Görgü, N. S. (2014). *Üstbilişsel inançlar ve algılanan ebeveyn tutumlarının endişe ve obsesif düşünceler üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Gulley, L. D., Oppenheimer, C. W. ve Hankin, B. L. (2014). Associations among negative parenting, attention bias to anger, and social anxiety among youth. *Developmental Psychology*, 50(2), 577-585.
- Gülerce, A. (1996). Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Gülerce, A. (2007). Dönüşümsel aile modeli ve Türkiye'de ailelerin psikolojik örüntüleri. (Genişletilmiş 2. Basım.) İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- 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.
- Güz, H. ve Dilbaz, N. (2003). Sosyal kaygı bozukluğu ile panik bozukluğu olgularının demografik ve bazı klinik özellikler açısından karşılaştırılması. *Klinik Psikiyatri*, 6, 32-38.

- 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*, 6(22). ISSN: 1303-0256.
- Halls, G., Cooper, P. J. ve Creswell, C. (2015). *Social communication deficits: Specific associations with Social Anxiety Disorder*. *Journal of Affective Disorders*, 172, 38–42. doi:10.1016/j.jad.2014.09.040.
- Hartman, L. M. (1983). A meta-cognitive model of social anxiety: Implications for treatment. *Clinical Psychology Review*, 3, 433-456.
- Heimberg, R. G., Brozovich, F. A. ve Rapee, R. M. (2010). A cognitive behavioral model of social anxiety disorder: Update and extension. In S. G. Hofmann ve P. M. DiBartolo (Eds.), *Social anxiety* (2nd ed., s. 395-422). San Diego: Academic Press.
- Heimberg, R. G., Horner, K. J., Juster, H. R., Safren, S. A., Brown, E. J., Schneier, F. R. ve Liebowitz, M. R. (1999). Psychometric Properties Of The Liebowitz Social Anxiety Scale. *Psychological Medicine*, 29, 199-212.
- Hoeve, M., Dubas, J. S., Eichelsheim, V. I., van der Laan, P. H., Smeenk, W. ve Gerris J. R. M. (2009). The relationship between parenting and delinquency: A meta-analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 37, 749-775. DOI:10.1007/s10802-009-9310-8.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, 36, 195–209.
- Hudson, J. L. ve Rapee, R. M. (2000). The Origins of Social Phobia. *Behavior Modification*, 24(1), 102-129.
- Hudson, J. L. ve Rapee R. M. (2001). Parent–child interactions and anxiety disorders: an observational study. *Behaviour Research and Therapy*, 39, 1411–1427.
- Hummel, R. M. ve Gross, A. M. (2001) Socially anxious children: An observational study of parent-child interaction. *Child & Family Behavior Therapy*, 23(3), 19-40. DOI:10.1300/J019v23n03_02.

- Hüroğlu, G. (2018). *Üstbilişlerin obsesif kompulsif belirtiler, kaygı ve dürtüsellik üzerindeki etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Inglés, C. J., Hidalgo, M. D. ve Méndez, F. X. (2005). Interpersonal difficulties in adolescence: A new self-report measure. *European Journal of Psychological Assessment*, 21(1), 11–22. DOI 10.1027/1015-5759.21.1.11
- Irak, M. ve Tosun, A. (2008). Exploring the role of metacognition in obsessive-compulsive and anxiety symptoms. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1316–1325.
- İnal Kızıltepe, G., Uyanık, Ö., Özsüer, S. ve Yaşar, M. (2013). 61–72 aylık çocukların demokratik tutum ve davranışlarının anne görüşlerine göre değerlendirilmesi. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 17(3).
- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N. (2000). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(4), 207-214.
- Jacobs, J. E. ve Paris, S. G. (1987). Children's metacognition about reading: Issues in definition, measurement and instruction. *Educational Psychologist*, 22, 255- 278.
- Joronen, K. ve Kurki, A. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well being. *International-Journal of Nursing Practice*, 11(3), 125-133.
- Karakelle, S. ve Saraç, S. (2007). Çocuklar için üst bilişsel farkındalık ölçeği (ÜBF ÖÇ) A ve B formları: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Yazıları*, 10(20), 87-103.
- Karakelle, S. ve Şentürk, C. (2006). Üst bilişsel düzeyleri yüksek ve düşük öğrencilerin ebeveyn tutumlarının incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 26, 45-56.
- 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., McGonagle, K. A., Zhao, S., Nelson, C. B., Hughes, M., Eshleman, S. ve ark. (1994). Lifetime and 12-month prevalence of DSM-III-R psychiatric disorders in the United States. *Archives of General Psychiatry*, 51, 8–19.

- Kılıç, A. (2019). *Öğrenciler ve ebeveynlerindeki sosyal fobi düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kirişoğlu, Ş. (2016). *Genç yetişkinlerin aile yapıları ile benlik saygısı ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Köroğlu, Ö. (2017). *Sosyal fobi belirtileri ile yetişkin bağlanma stilleri ve anne bab tutumu arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kulaksızoğlu, A. (2001). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Lieb, R., Wittchen, H.U., Höfler, M., Fuetsch, M., Stein, M. B. ve Merikangas, K. R. (2000). Parental psychopathology, parenting styles, and the risk of social phobia in offspring: A prospective-longitudinal community study. *Archives General of Psychiatry*, 57, 859-866.
- Liebowitz, M. R., Gorman, J. M., Fyer, A. J. ve Klein, D. F. (1985). Social phobia: Review of a neglected anxiety disorder. *Archives of General Psychiatry*, 42, 729–736.
- Luster, T., Rhoades, K. ve HaasSource, B. (1989) The relation between parental values and parenting behavior: A test of the Kohn Hypothesis. *Journal of Marriage and Family*, 51(1), 139-147.
- Mancini, C., van Ameringen, M., Szatmari, P., Fugere, C. ve Boyle, M. (1996). A high-risk pilot study of the children of adults with social phobia. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 35, 1511–1517.
- Martínez, I., García, J.F. ve Yubero, S. (2007). Parenting styles and adolescents' self-esteem in Brazil. *Psychological Reports*, 100, 731–745.
- Masia, C. L. ve Morris, T. L. (1998). Parental factors associated with social anxiety: Methodological limitations and suggestions for integrated behavioral research. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 5(2).

- McGinn, L. K, Cukor, D. ve Sanderson, W. C. (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, and anxiety and depression: Does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style? *Cognitive Therapy and Research*, 29(2), 219–242.
DOI: 10.1007/s10608-005-3166-1.
- McLaughlin, K. A. ve Nolen-Hoeksema, S. (2012). Interpersonal stress generation as a mechanism linking rumination to internalizing symptoms in early adolescents. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 41(5), 584-597.
DOI:10.1080/15374416.2012.704840.
- Meesters, C., Muris, P. ve Esselink, T. (1995). Hostility and perceived parental rearing behaviour. *Personality and Individual Differences*, 18(4), 567-570.
- Meites, T. M., Ingram, R. E. ve Siegle, G. J. (2012). Unique and shared aspects of affective symptomatology: The role of parental bonding in depression and anxiety symptom profiles. *Cognitive Therapy Research*, 36, 173-181.
- Mızrakçı, Ş. (1994). *Annelerin çocuk yetiştirme tutumlarına etki eden faktörler: Demografik özellikleri, kendini yetiştiriliş tarzları, çocuk gelişimine ilişkin bilgi düzeyleri ve çocuğun mizacına ilişkin algıları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Minuchin, S. (1974). *Families & family therapy*. Cambridge: Harvard University Press.
- Minuchin, S., Fishman, C. H. (1981). *Family therapy techniques*. Cambridge, Massachusetts, and London, England: Harvard University Press.
- Minuchin, S., Fishman, C. H. (1996). *Family Therapy Techniques*. Cambridge: Harvard University Press.
- Mize, J. ve Pettit, G. S. (1997). Mothers' social coaching, mother-child relationship style, and children's peer competence: Is the medium the message? *Child Development*, 68, 291-310.
- Muris, P., Meesters, C., Merckelbach, H. ve Hülsebeck, P. (2000). Worry in children is related to perceived parental rearing and attachment. *Behaviour Research and Therapy*, 38, 487-497.
- Neal, J. A. ve Edelman, R. J. (2003). The etiology of social phobia: Toward a developmental profile. *Clinical Psychology Review*, 23, 761–786.

- Nazlı, S. (2016). Aile danışmanlığı. (12. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Neel, M. L. M., Stark, A. R., Maitre, N. L. (2018). Parenting style impacts cognitive and behavioural outcomes of former preterm infants: A systematic review. *Child: Care, Health and Development*, 44, 507–515.
- Nelson, T. O. ve Narens, I. (1990). Metamemory: A theoretical framework and some new findings. G. H. Bower (Ed.), *The Psychology Of Learning and Motivation*, 125-173, New York, Academic Press.
- Niditch, L. A. ve Varela, R. E. (2012). Perceptions of parenting, emotional self-efficacy, and anxiety in youth: Test of a mediational model. *Child Youth Care Forum*, 41, 21-35.
- Nordahl, H. M., Nordahl, H. ve Wells, A. (2016). Metacognition and perspective taking predict negative self-evaluation of social performance in patients with social anxiety disorder. *Journal of Experimental Psychopathology*, 7(4), 601-607. ISSN 2043-8087. DOI:10.5127/jep.055616
- Nordahl, H. ve Wells, A. (2017). Testing the metacognitive model against the benchmark CBT model of social anxiety disorder: Is it time to move beyond cognition? *PLoS ONE*, 12(5): e0177109.
- Nordahl, H., Nordahl, H. M., Vogel, P. A. ve Wells, A. (2017). Explaining depression symptoms in patients with social anxiety disorder: Do maladaptive metacognitive beliefs play a role? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25, 457–464.
- Normann, N., van Emmerik, A. A. P., Morina, N. (2014). The efficacy of metacognitive therapy for anxiety and depression: A meta-analytic review, *Depression & Anxiety*, 31(5), 402-411.
- Ohayon, M. M. ve Schatzberg, A. F. (2010). Social phobia and depression: Prevalence and comorbidity. *Journal of Psychosomatic Research*, 68, 235–243.
- Öner, N. (2012). Türkiye' de kullanılan psikolojik testlerden örnekler: Bir başvuru kaynağı. (7. Basım). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Özden, K. ve Sertel-Berk, Ö. (2016). Üniversite öğrencilerinde psikolojik iyi oluşun psikososyal yordayıcıları. Poster Bildirimi.

- Özdikmenli Demir, G. (2009). Sosyal fobinin etiyolojisinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmalara genel bir bakış. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 4, 1.
- Özkaya, A. (2013). *Üstbilişsel ve internet tabanlı üstbilişsel öğretim yöntemlerinin öğrencilerin hücre bölünmesi ve kalıtım konusundaki başarılarına, tutumlarına ve üstbilişsel düşünme düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özyürek, A. ve Şahin, F. (2005). 5-6 yaş grubunda çocuğu olan ebeveynlerin tutumlarının incelenmesi. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2), 19-34.
- Pamuk, S. (2016). *Farklı anne baba tutumlarının, üniversite öğrencilerinin kendini toparlama gücüne, problem çözme becerilerine ve karar verme davranışlarına etkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Parker, G. (1979). Reported parental characteristics of agoraphobics and social phobics. *British Jotcrnal of Psychiatry*, 135, 555-560.
- Pektaş, E. (2015). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn kabul - reddi ile depresyon ve sürekli kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Duygu düzenleme güçlüklerinin aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Peleg-Popko, O. ve Dar, R. (2001). Marital quality, family patterns, and children's fears and social anxiety. *Contemporary Family Therapy*, 23(4).
- Perris, C., Jacobsson, L., Lindstroml, H., von Knorring L., ve Perris, L. (1980). Development of a new inventory for assessing memories of parental rearing behaviour. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 61, 265-274.
- Pintrich, P.R., Wolters, C.A. ve Baxter, G.P. (2000). Assessing metacognition and self-regulated learning, In G. Schraw, J.C. Impara (Ed.) *Issues In The Measurement of Metacognition*, Lincoln, NE: Buros Institute of Mental Measurements, 43-97.

- Pollack, M. H., Jensen, J. E., Simon, N. M., Kaufman, R. E. ve Renshaw, P. F. (2008). High-field MRS study of GABA, glutamate and glutamine in social anxiety disorder: Response to treatment with levetiracetam. *Progress in Neuro-Psychopharmacology & Biological Psychiatry*, 32, 739–743.
- Purdon, C. ve Clark, D. A. (1999). Metacognition and obsessions. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 6(2), 102–110. doi:10.1002/(sici)1099-0879(199905)6:2<102::aid-cpp191>3.0.co;2-5
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Pelkonen, M. ve Marttunen, M. (2009). Associations between peer victimization, self-reported depression and social phobia among adolescents: The role of comorbidity. *Journal of Adolescence*, 32, 77–93.
- Ranta, K., Kaltiala-Heino, R., Fröjd, S., Marttunen, M. (2012). Peer victimization and social phobia: A follow-up study among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48, 533–544. DOI 10.1007/s00127-012-0583-9.
- Rapee, R. M. ve Melville, L. F. (1997). Recall of family factors in social phobia and panic disorder: Comparison of mother and offspring reports. *Depression and Anxiety*, 5, 7–11.
- Rapee, R. M. ve Heimberg R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35(8), 741-756.
- Rask, K. Kurki, P. A. ve Paavilainen, E. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17, 129-138.
- Reiss, D. (1995). Differential parenting and psychopathology in adolescence. *Arch Gen Psychiatry*, 52.
- Reitman, D. ve Asseff, J. (2010). Parenting practices and their relation to anxiety in young adulthood. *Journal of Anxiety Disorders*, 24, 565-572.
- Rheingold, A. A., Herbert, J. D. ve Franklin, M. E. (2003). Cognitive Bias in Adolescents with Social Anxiety Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 27(6), 639–655.

- Rohner, R. P., Khaleque, A. ve Cournoyer, D. E. (2012). Introduction to parental acceptance-rejection theory, methods, evidence, and implications.
http://www.cspar.uconn.edu/INTRODUCTION%20TO%20PARENTAL%20ACCEPTANCE_09.pdf
- Rohner, R. P., Khaleque, A., Cournoyer, D. E. (2005). Parental acceptance-rejection: Theory, methods, cross-cultural evidence, and implications. *Ethos*, 33(3), 299–334.
- Rommel, D., Nandrino, J. L., Ducro, C., Andrieux, S., Delecourt, F. ve Antoine, P. (2012). Impact of emotional awareness and parental bonding on emotional eating in obese women. *Appetite*, 59, 21-26.
- Safrancı B. (2010). *The association between metacognitions and psychological symptoms: moderator role of coping strategies*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Safrancı, B. (2015). *Emotional aspects of psychological symptoms: The roles of parenting attitudes and emotion dysregulation*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ortadoğu Teknik Üniversitesi.
- Santrock, M. (2012). Yaşam Boyu Gelişim. (13.Baskı). (G. Yüksel, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık. (Orijinal Çalışma Basım Tarihi: 2011).
- Saruhan, N. (1996). *Ankara il merkezinde lise son sınıfa devam eden öğrencilerin atılmalılıkları ile ana ve baba tutumları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Scaini, S., Belotti, R. ve Ogliari, A. (2014). Genetic and environmental contributions to social anxiety across different ages: A meta-analytic approach to twin data. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(7), 650-656.
- Schlette, P., Brandstrom, S., Eisemann, M., Sigvardsson, S., Nylander, P., Adolfsson R. ve Perris, C. (1998). Perceived parental rearing behaviours and temperament and character in healthy adults. *Personality and Individual Differences*, 24(5), 661-668.

- Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R. ve Weissman, M. M. (1992). Social phobia. Comorbidity and morbidity in an epidemiologic sample. *Archives of General Psychiatry*, 49, 282-288.
- Schroeder, V. M. ve Kelley, M. L. (2008). The influence of family factors on the executive functioning of adult children of alcoholics in college. *Family Relations*, 57, 404–414.
- Schroeder, V. M. ve Kelley, M. L. (2009). Associations between family environment, parenting practices, and executive functioning of children with and without ADHD. *Journal of Child and Family Studies*, 18, 227–235.
- Schraw, G. (1998). Promoting general metacognitive awareness. *Instructional Science*, 26 (1-2), 113-125.
- Schraw, G. ve Dennison, R. S. (1994). Assessing metacognitive awareness. *Contemporary Educational Psychology*, 19, 460-475.
- Schraw, G. ve Moshman, E. D. (1995). Metacognition theories. *Educational Psychology Review*, 7, 351-371.
- Sezer, Ö. ve Oğuz, V. (2010). Üniversite öğrencilerinde kendilerini değerlendirmenin ana baba tutumu ve bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(3), 743-758.
- Shucksmith, S., Hendry, L. B. ve Glendinning, A. (1995). Models of parenting: Implications for adolescent well-being within different types of family contexts. *Journal of Adolescence*, 18, 253-270.
- Soykan, Ç., Devrimci Özgüven, H. ve Gençöz, T. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish version. *Psychological Reports*, 93, 1059-1069.
- Spada, M. M. ve ark. (2012). Parental overprotection and metacognitions as predictors of worry and anxiety. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 40, 287-296.
- Spada, M. M. ve Wells, A. (2005). Metacognitions, emotion and alcohol use. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 12, 150-155.
- Spence, S. H. ve Rappe, R. M. (2016). The etiology of social anxiety disorder: An evidence based model. *Behavior Research and Therapy*, 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. DOI 10.1007/s10608-008-9227-5.
- Stein, M. B., Chartier, Ö. J., Lizak, M. V, Jang, K. L. (2001). Familial aggregation of anxiety-related quantitative traits in generalized social phobia: clues to understanding “disorder” heritability? *American Journal of Medical Genetics (Neuropsychiatric Genetics)*, 105, 79–83.
- Stein, M. B., Walker, J. R. ve Forde, D. R. (1996). Public-speaking fears in a community sample. Prevalence, impact on functioning, and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry*, 53, 169-174.
- Sümer, N., 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.
- Şahin, F. ve Özyürek, A. (2008). 5-6 yaş grubu çocuğa sahip ebeveynlerin demografik özelliklerinin çocuk yetiştirme tutumlarına etkisinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(3), 395-414.
- Şanlı, D. (2007). *Annelerin çocuk yetiştirme tutumlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Şanlı, D., ve Öztürk, C. (2012). Annelerin çocuk yetiştirme tutumlarını etkileyen etmenlerin incelenmesi. *Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32, 31-48.
- Şanlı, D. ve Öztürk, C. (2015). *Anne babaların çocuk yetiştirme tutumları ve tutumlar üzerine kültürün etkisi*. Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergisi, 8(4), 240-246.
- Tabachnick, B., G. ve Fidell, L., S. (2001). *Using Multivariate Statistics, Fourth Edition*. Needham Heights, MA: Allyn & Bacon.
- Tanzi, B. (2018). *Ergenlerde algılanan ebeveyn kabul ve reddinin mükemmeliyetçilik ve Sosyal kaygı düzeyi ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Tezcan, G. (2015). *Çocukluk döneminde sosyal kaygının gelişiminde ebeveyn kabul-red algısı: otomatik düşüncelerin aracı rolü*. Yayınlanmamış doktora tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Thomasgard, M. ve Metz, W. P. (1993). Parental overprotection revisited. *Child Psychiatry and Human Development*, 24(2).
- Thomasgard, M. ve Metz, W. P. (1997). Parental overprotection and its relation to perceived child vulnerability. *American Journal of Orthopsychiatry*, 6(2).
- Thomasgard, M., Metz, W. P., Edelbrock, G. ve Shonkoff, J. P. (1995). Paren-child relationship disorders. Part 1. Parental overprotection and the parent protection scale. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 16(4).
- Tillfors, M., Persson, S., Willén, M. ve Burk, W.J. (2012). Prospective links between social anxiety and adolescent peer relations. *Journal of Adolescence*, 35, 1255–1263.
- Tobias, S. ve Everson, H. T. (2002). Knowing what you know and what you don't know. College Board Report (2002-2004). New York, The College Entrance Examination Board.
- Turan, M., Çilli, A. S., Aşkın, R., Herken, H., Kaya, N. ve Kucur, R. (2000). Sosyal fobinin diğer psikiyatrik hastalıklarla birlikteliği. *Klinik Psikiyatri*, 3, 170-175.
- Uruk, A. C. ve Demir, A. (2003). The role of peers and families in predicting the loneliness level of adolescents. *The Journal of Psychology*, 137(2), 179-193.
- Vassilopoulos, S. P., Brouzos, A. ve Moberly, N. J. (2015). The relationships between metacognition, anticipatory processing, and social anxiety. *Behaviour Change*, 32 (02), 114–126. doi:10.1017/bec.2015.4
- Versiani, M., Nardi, A. E., Figueria, I. ve Levy, S. P. (1997). Comorbidity in social phobia. *Biological Psychology*, 27.
- Warren, S. L., Schmitz, S. ve Emde, R. N. (1999). Behavioral genetic analyses of self-reported anxiety at 7 Years of age. *American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 38,11.

- Wells, A. (1994). Qualitative dimensions of normal worry and normal obsessions: A comparative study. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 867-870.
- Wells, A. (1995). Meta-cognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23(03), 301.
doi:10.1017/s1352465800015897
- Wells, A. (1995). Metacognition and worry: A cognitive model of generalized anxiety disorder. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 23, 301-321.
- Wells, A. (2000). Emotional disorders and metacognition: Innovative cognitive therapy. Chichester, UK: Wiley.
- Wells, A. (2009). Metacognitive therapy for anxiety and depression. New York: Guilford.
- Wells, A. ve Cartwright-Hatton, S. (1997). A short form of the metacognitions questionnaire: Properties of the MCQ-30. *Behaviour Research and Therapy*, 42(4), 385-396.
- Wells, A. ve Matthews, G. (1996). Modeling cognition in emotional disorder: The SREF model. *Behaviour Research and Therapy*, 34, 881-888.
- Wells, A. ve Matthews, G. (2015). Attention and emotion: A clinical perspective. Hove, East Sussex, New York: Psychology Press.
- Wolfradt, U., Hempel, S. ve Miles, J. N. V. (2003). Perceived parenting styles, depersonalisation, anxiety and coping behaviour in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 34, 521-532.
- Wong, Q. J. J. ve Moulds, M. L. (2010). Do socially anxious individuals hold positive metacognitive beliefs about rumination? *Behaviour Change*, 27, 69-83.
doi:10.1375/bech.27.2.69
- Wood, J. J., McLeod, B. D., Sigman, M., Hwang, W. ve Chu B. C. (2003). Parenting and childhood anxiety: Theory, empirical findings, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 44(1), 134-151.

- Yahav, R. (2007). The relationship between children's and adolescents' perceptions of parenting style and internal and external symptoms. *Child: Care, Health and Development*, 33(4), 460-471.
- Yaman, B. (2018). *Ebeveyn tutumlarının çocukların mizaç özellikleri ve duygu düzenleme becerileri üzerindeki rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Işık Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yarapsanlı, B. (2011). *Çocuklarda depresyon belirtilerinin yordanmasında yaşanmış olumsuz olaylar, algılanan anne-baba tutumu, öğrenilmiş çaresizlik ve umutsuzluğun rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yavuzer, H. (1997). Çocuk psikolojisi. (14. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (1992). Çocuk psikolojisi. (8. basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (1997). Çocuk eğitimi el kitabı. (7. Basım) İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (1998). Çocuk eğitimi el kitabı. (7. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2001). Ana baba okulu. (9. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2001). Ana-baba ve çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2014). Çocuğu tanımak ve anlamak. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yeşilyurt, N. (2017). *Üniversite öğrencilerinin algıladıkları anne baba tutumları ile otomatik düşünceleri ve stresle baş etme tarzları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Yıldız, M. ve Dağ, İ. (2017). Algılanan Ebeveyn Kabul-Reddinin Öfke İfade Tarzı ve Depresif Belirtiler ile ilişkisinin incelenmesi. *Klinik Psikiyatri*, 20, 84-95. DOI:10.5505/kpd.2017.98698.
- Yılmaz, A. (2000). *Eşler arasındaki uyum ve çocuğun algıladığı anne-baba tutumu ile çocukların, ergenlerin ve gençlerin akademik başarıları ve benlik algıları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Yılmaz, B. (2007). *Understanding social anxiety through adolescents' perceptions of interparental conflict and parental rejection*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Boğaziçi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi.
- Yılmaz, E., Gençöz, T. ve Wells, A. W. (2008). Psychometric characteristics of the Penn State Worry Questionnaire and Metacognitions Questionnaire-30 and metacognitive predictors of worry and obsessive-compulsive symptoms in a Turkish sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 15, 424-439.
- Yılmaz, M. T. ve Kesici, Ş. (2014). Anne baba tutumları ve kardeş sırasının üniversite öğrencilerinin öz-anlayışlarının gelişimine etkisi. *Türkiye Sosyal Politika ve Çalışma Hayatı Araştırmaları Dergisi*, 4(6).
- Yörükoğlu, A. (1997). Değişen toplumda aile ve çocuk. (5. Basım). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yörükoğlu, A. (2014). Çocuk ruh sağlığı. Çocuğun kişilik gelişimi eğitimi ve ruhsal sorunları. (34. Basım). İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zengin, L. E. (2013). *Ergenlerde evden kaçma davranışının sosyo-demografik özellikler ve aile işlevleri açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Ek 1. Onam Formu

Değerli Katılımcı,

Bu çalışma, Başkent Üniversitesi Psikoloji Bölümü öğretim üyesi Dr. Esra GÜVEN danışmanlığında Cansu ŞAHİN tarafından yürütülen bir yüksek lisans tez çalışmasıdır. Çalışma kapsamında katılımcıların aile yapısı, anne baba tutumu, üstbilişsel özellikleri ve sosyal kaygı düzeylerine ilişkin bilgi toplamak amaçlanmaktadır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Aktarılan bilgileri okuyup onaylamanız, araştırmaya katılımı kabul ettiğiniz anlamına gelmektedir. Araştırmaya katılımdan herhangi bir nedenle çekilmeniz durumunda hiçbir sorumluluğunuz olmayacaktır. Ölçeği oluşturan herhangi bir maddenin rahatsızlık vermesi beklenmemektedir ancak rahatsızlık hissetmeniz ya da soruları yanıtlamak istememeniz durumunda formu yanıtlamayı bırakabilirsiniz.

Çalışmada değerlendirme bireysel olarak yapılmayıp yanıtlar toplu olarak sadece araştırmacı tarafından değerlendirilecek, elde edilen bilgilerden yalnızca bu araştırma kapsamında ve bilimsel yayınlarda yararlanılacaktır. Araştırmanın doğru ve geçerli sonuçlar verebilmesi için soruların cevaplarını gerçeği yansıtacak şekilde, samimi bir şekilde cevaplanması önem taşımaktadır. Lütfen hiçbir soruyu atlamadan dikkatlice okuyup size uygun gelen seçeneği işaretleyerek eksiksiz şekilde yanıtlamaya çalışınız.

Uygulama öncesinde, çalışmaya ilişkin genel bilgilendirme araştırmacı tarafından yapılacak ve çeşitli sorularınız yanıtlanacaktır. Bu nedenle araştırmaya katılım onamınızı vermeden önce sormak istediğiniz herhangi bir soruyu ifade etmekten çekinmemenizi rica ederiz. Yürütülen araştırmanın sonuçları ya da çalışma bittikten sonra aklınıza gelebilecek sorular hakkında bilgi sahibi olmak için Cansu Şahin ile 16cansusahin@gmail.com e-posta adresi aracılığıyla iletişime geçebilirsiniz. Katılımınız için şimdiden teşekkür ederiz.

“Araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul ediyorum ve istediğim zaman uygulamayı yarıda bırakabileceğimi biliyorum. Çalışma sonucunda elde edilen bilgilerden yalnızca bu araştırma kapsamında ve bilimsel yayınlarda yararlanılmasını kabul ediyorum.”

Yukarıda belirtilen ifadeyi kabul ediyorsanız lütfen yandaki kutucuğu işaretleyiniz.

☐

Ek 2. Demografik Bilgi Formu

Cinsiyet: _____

Yaş: _____

Medeni Durum: _____

Doğum Yeri: _____

Şuan yaşadığınız şehir: _____

Üniversite: _____

Bölüm/Fakülte: _____

Sınıf: _____

Algılanan Gelir Düzeyi: Düşük _____ Orta _____ Yüksek _____

Şuan nerede yaşıyorsunuz? Ev _____ Yurt _____ Diğer(Belirtiniz) _____

Şu an kimlerle birlikte yaşıyorsunuz? Aile _____ Arkadaş _____

Diğer(Belirtiniz) _____

Bebeklik/Çocukluk döneminde bakımınızı çoğunlukla kim sağladı?(Belirtiniz) _____

Herhangi bir psikiyatrik bozukluğunuz var mı? Evet _____ Hayır _____

Ne tür bir psikiyatrik bozukluğunuz olduğunu belirtiniz? _____

(Varsa)Bu hastalığınız için tedavi alıyorsanız ne tür bir tedavi aldığınızı belirtiniz(ilâç/terapi/diğer)? _____

Ebeveynlerinizin eğitim durumu:

ANNE

BABA

Okul mezunu değil

Okul mezunu değil

Okur-yazar

Okur-yazar

İlkokul mezunu

İlkokul mezunu

Ortaokul mezunu

Ortaokul mezunu

Lise mezunu

Lise mezunu

Üniversite mezunu

Üniversite mezunu

Yüksek lisans ve üstü

Yüksek lisans ve üstü

Ebeveynlerinizin mesleği:

Annenizin mesleği:

Babanızın mesleği:

Ebeveynleriniz hayatta mı?

ANNE Yaşıyor _____ Vefat etti _____ Yaşıyor ama görüşmüyoruz _____

BABA Yaşıyor _____ Vefat etti _____ Yaşıyor ama görüşmüyoruz _____

Ebeveynleriniz hayatta ise uygun olanı işaretleyiniz.

Evliler, birlikte yaşıyorlar _____ Evliler, ayrı yaşıyorlar _____ Boşandılar _____

Ek 3. LSKÖ

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyunuz. Sol kolondaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre, 1 ile 4 arasında puan veriniz. Sağ kolonda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır. Bu defa durumlardan kaçınıyorsanız, kaçınmanın şiddetine göre yine 1 ile 4 arasında puan veriniz. Kaçınma ile uzaklaşmayı tercih etme, yapmak gerekmesine rağmen yapmama, durum ile karşı karşıya kalındığında yüzleşmemek için çaba sarf etme gibi davranışlar kastedilmektedir. Puanlamayı aşağıdaki tariflere göre yapınız.

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

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

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

Ek 4. ÜBÖ-30

Bu anket insanların kendi düşünceleri hakkında sahip oldukları inançları ile ilgilidir. Aşağıda, insanların ifade ettikleri bazı inançlar listelenmiştir. Lütfen her maddeyi okuyunuz ve bu ifadeye genellikle ne kadar katıldığınızı uygun numarayı daire içine alarak belirtiniz. Lütfen tüm maddelere cevap veriniz, doğru ya da yanlış cevap yoktur.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Kısmen Katılmıyorum	Kısmen Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Endişelenmek gelecekteki problemlerden kaçınmama yardımcı olur .				
2. Endişelenmem benim için tehlikelidir.				
3. Aklımdan geçenlerle çok uğraşırım.				
4. Endişe ede ede kendimi hasta edebilirim.				
5. Bir problem üzerinde düşünürken zihnimin nasıl çalıştığının farkındayım.				
6. Eğer beni endişelendiren bir düşünceyi kontrol edemezsem ve bu gerçekleşirse, benim hatam olur.				
7. Düzenliliğimi sürdürebilmem için endişe etmeye ihtiyacım var.				
8. Kelimeler ve isimler konusunda belleğime güvenim pek yoktur.				
9. Ne kadar engellemeye çalışırsam çalışayım, endişe verici düşüncelerim devam eder.				
10. Endişelenmek kafamdaki düşünceleri düzene sokmama yardım eder.				

11. Endişe verici düşünceler aklıma geldiğinde onları görmezden gelemiyorum.				
12. Düşüncelerimi izlerim.				
13. Düşüncelerimi her zaman kontrol altında tutmalıyım.				
14. Belleğim zaman zaman beni yanıltır.				
15. Belirli düşüncelerimi kontrol etmediğim için cezalandırılacağım.				
16. Endişelerim beni delirtebilir.				
17. Düşündüğümün her an farkındayım.				
18. Zayıf bir belleğim vardır.				
19. Dikkatim zihnimin nasıl çalıştığıyla meşguldür.				
20. Endişelenmek bir şeylerin üstesinden gelmeye yardım eder.				
21. Düşüncelerimi kontrol edememek bir zayıflık işaretidir.				
22. Endişelenmeye başladığım zaman kendimi durduramam.				
23. Endişelenmek problemleri çözmede bana yardımcı olur.				
24. Bir yerleri hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.				
25. Belirli şeyleri düşünmek kötüdür.				
26. Belleğime güvenmem.				
27. Eğer düşüncelerimi kontrol edemezsem işlerimi sürdüremem.				
28. İyi çalışabilmek için endişelenmeye ihtiyacım vardır.				

29. Olayları hatırlama konusunda belleğime pek güvenmem.				
30. Düşüncelerimi sürekli gözden geçiririm.				

Ek 5. AYDA

Lütfen aşağıdaki bütün maddeleri anladığınız şekilde ve sizin durumunuzu ne derece yansıttığını gösterecek şekilde, durumunuz tam tersi ile tamamen aynı arasındaki iki uçta nereye denk geliyorsa her bir ifade için doldurunuz. Bütün maddeleri çocukluk/ergenlik döneminde anne babanız ile yaşadığınız ilişkilerinizi düşünüp değerlendirerek aşağıdaki derecelendirme cetveline göre cevaplayınız.

**Tamamen
Aynı**

**Tam
Tersi**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1. Ailemizde her türlü konu ve fikir açıkça konuşulurdu. _____
2. Evimizde birisi bir şey söylediği zaman diğerleri de aynı şeyi anlardı. _____
3. Bizim evde olaylar karşısındaki düşünce ve duygular konuşmaktan çok davranışlarla ifade edilirdi. _____
4. Bizim evde sözlerle söylenenler, davranışlarla anlatılanları tutmazdı. _____
5. Evdekilerle çatışmaktansa susmayı veya başkalarıyla konuşmayı yeğlerdim. _____
6. Bizim evde kesinlikle konuşulmayacak konular bence çok fazlaydı. _____
7. Beni korkutan, başaramayacağımı sandığım ve üzüldüğüm şeyleri anne-babama rahatlıkla söylerdim. _____
8. Beni sevindiren, aklımdan geçen ve komik şeyleri anne-babama rahatlıkla söylerdim. _____
9. Ailemizdeki iletişimi son derece doyurucu bulurdum. _____
10. Birimizin işte, okulda veya arkadaşından öğrendiği bir şey evde genellikle ilgi görür, tartışılır ve beğenilirse uygulanırdı. _____
11. Ailem başkalarından gelen eleştiri ya da önerilere tamamen kapalıydı. _____
12. Evimizde TV, radyo, gazete, dergi, kita, konferans, sinema, tiyatro gibi yollarla yeni şeyler öğrenmeye ve dünyada olup bitenlere çok ilgi duyulurdu. _____
13. Bizim evde iş, okul ve ev işleri dışında da birçok uğraş (hobiler, özel ilgiler, spor faaliyetleri vb.) vardı. _____
14. Doğrusu ailemden daha çok bağlı olduğum bir insan (arkadaş, svgili, öğretmen, terapist, kendi ailem, akraba. vb.) vardı. _____
15. Ailem benim pek çok arkadaşım ile tanışırlardı. _____

16. Ailemizde dayanışma ve birlik duygusu çok güçlüydü. _____
17. Annem babam evde kendi başıma geçirmek istediğim zamana (çalışırken, oyun oynarken, TV seyrederken, vb.) karşı çok anlayışlıydı, beni rahat bırakırdı. _____
18. Birbirimizle çok iyi geçinirdik. _____
19. Bizim aileyi ilgilendiren kararlarda evdeki herkesin fikri alınır veya çıkarı gözetilirdi. _____
20. Bizim aile ile ilgili sorumlulukların dağılımı hakça olurdu. _____
21. Bizim evde birisi diğerlerinden daha önemlidir, yani daha çok sevilir, kayırılır veya dediğini yaptırırdı. _____
22. Ailemizde iş bölümü, herkese düşen görevler ve diğer kurallar açık seçik belirgindi. _____
23. Bizim evde karşılaşılan aksamalar ve çıkan çatışmalar mutlaka çözümlenirdi. _____
24. Bizim aileyi ilgilendiren kararlarda, ev içinden söz sahibi olanlar, dışarıdan karışanlardan her zaman daha çoktu. _____
25. Evimizde görevini aksatan veya bu kurallara uymayan(lar) şiddetle kınanırdı. _____
26. Evde yapmam gereken şeyler için her zaman yeterli zamanım olurdu. _____
27. Genel olarak bizim sağlıklı, huzurlu ve iyi bir aile olduğumuzu düşünürdüm. _____
28. Ailem büyük bir sağlık ve para sorunu dışında bir problemle karşılaştığında bunu kendi başına halledebilirdi. _____
29. Ailem geçmişte karşılaştığı zor durumların üstesinden gelirdi. _____
30. Gerektiğinde ailem çevresinden yeterince destek alabilirdi. _____
31. Ailemden son derece gurur ve haz duyuyordum. _____
32. Bizim ailede herkesin birbirini değiştirmeye çalıştığı çok belirgindi. _____
33. Bizim evde kimsenin eleştiriye tahammülü yoktu. _____
34. Bizim ailede her çeşit duygunun (üzüntü, mutluluk, coşku, kızgınlık, korku, vb.) hissettiğimiz gibi yaşanması olağandı. _____
35. Bence ailemizde değişmesi mümkün olamayacak tavırlar çoktu. _____
36. Birbirimize yeterince sevgi ve şefkat gösterirdik. _____

Ek 6. KAET-Ç

Aşağıda çocukluğunuz ile ilgili bazı ifadeler yer almaktadır.

Anketi doldurmadan önce aşağıdaki yönergeyi lütfen dikkatle okuyunuz:

1. Anketi doldururken, anne ve babanızın size karşı olan davranışlarını nasıl algıladığınızı hatırlamaya çalışmanız gerekmektedir. Anne ve babanızın çocukken size karşı davranışlarını tam olarak hatırlamak bazen zor olsa da, her birimizin çocukluğumuzda anne ve babamızın kurallarına ilişkin bazı anılarımız vardır.

2. Her bir soru için anne ve babanızın size karşı davranışlarına uygun seçeneği yuvarlak içine alın. Her soruyu dikkatlice okuyun ve muhtemel cevaplardan hangisinin sizin için uygun cevap olduğuna karar verin. Soruları anne ve babanız için ayrı ayrı cevaplayın.

Hayır, hiçbir zaman	Evet, arada sırada	Evet, sık sık	Evet, çoğu zaman
1	2	3	4

1. Nedenini söylemeden bana kızardı ya da ters davranırdı.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

2. Beni överdi.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

3. Yaptıklarım konusunda daha az endişeli olmasını isterdim.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

4. Bana hak ettiğimden daha çok fiziksel ceza (tokat atmak, vurmak vb.) verirdi.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

5. Eve geldiğimde, ne yaptığımın hesabını vermek zorundaydım.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

6. Ergenliğimin uyarıcı, ilginç ve eğitici olması için çalışırdı.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

7. Beni başkalarının önünde eleştirirdi.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

8. Bana bir şey olur korkusuyla başka çocukların yapmasına izin verilen şeyleri yapmamı yasaklardı.

Anne: 1	2	3	4	Baba: 1	2	3	4
---------	---	---	---	---------	---	---	---

9. Her şeyde en iyi olmam için beni teşvik ederdi.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

10. Davranışları ile örneğin üzgün görünerek, onlara kötü davrandığım için kendimi suçlu hissetmeme neden olurdu.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

11. Bana bir şey olacağına ilişkin endişeleri abartılıydı.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

12. Benim için bir şeyler kötü gittiğinde, beni rahatlatmaya ve yüreklendirmeye çalıştığını hissedirdim.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

13. Bana ailenin 'yüz karası' ya da 'günah keçisi' gibi davranırdı.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

14. Sözleri ve hareketleriyle beni sevdiğini gösterirdi.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

15. Erkek ya da kız kardeşimi(lerimi) beni sevdiğinden daha çok sevdiğini hissedirdim.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

16. Kendimden utanmama neden olurdu.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

17. Pek fazla umursamadan, istediğim yere gitmeme izin verirdi.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

18. Yaptığım her şeye karıştığını hissedirdim.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

19. Aramızda sıcaklık ve sevecenlik olduğunu hissedirdim.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

20. Yapabileceklerim ve yapamayacaklarımla ilgili kesin sınırlar koyar ve bunlara titizlikle uyardı.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

21. Küçük kabahatlerim için bile beni cezalandırırdı.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

22. Nasıl giyinmem ve görünmem gerektiği konusunda karar vermek isterdi.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4

23. Yaptığım bir şeyde başarılı olduğumda, benimle gurur duyduğunu hissedirdim.

Anne: 1 2 3 4

Baba: 1 2 3 4