



ERGENLERİN BENLİK SAYGISI VE SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ VE KİŞİSEL DEĞİŞKENLERİN ETKİLERİ*

*Yasemin ERİŞ***

*F. Ebru İKİZ****

ÖZET

Bu araştırmanın amacı ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bunun yanı sıra, cinsiyete, algılanan beden imajına, algılanan okul başarısına, okul dışında faaliyetlere katılma durumuna, arkadaş grubuna sahip olmalarına ve karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olmalarına göre değişkenlerin farklılaşp farklılaşmadığı da incelenmektedir. Çalışmada seçkisiz yöntemle seçilen 152 kız ve 148 erkek olmak üzere toplam 300 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ve Sosyal Kaygı Ölçeği ile araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Veriler SPSS 15 istatistik programı kullanılarak, Mann – Whitney U ve Kruskal – Wallis H teknikleri ile çözümlenmiştir. Korelasyon analizi için Spearman Brown sıra korelasyon testi kullanılmıştır. Bulgulara göre ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasında orta düzeyde negatif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Cinsiyete ve karşı cinsten arkadaşına sahip olmaya göre benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Algılanan beden imajına göre benlik saygısı ve genel sosyal kaygı düzeyi ile sosyal kaygının alt boyutlarından sosyal kaçınma, kritize edilme kaygısı ve değersizlik duygusu düzeylerinin farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Algılanan okul başarısına göre benlik saygısı düzeyleri farklılaşmaktadır. Okul dışı faaliyetlere katılmaya göre genel sosyal kaygı düzeyi ile sosyal kaygının alt boyutlarından sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı düzeyleri farklılaşmaktadır. Arkadaş grubuna sahip olmaya göre benlik saygısı ile genel sosyal kaygının alt boyutlarından sosyal kaçınma ve değersizlik duygusu düzeyleri farklılaşmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Ergenlik, benlik saygısı, sosyal kaygı

*Bu çalışma Doç. Dr. F. Ebru İkiz yönetiminde Yasemin Eriş'in tamamladığı Ergenlerde Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi başlıklı yüksek lisans tezinden yararlanılarak hazırlanmıştır.

Bu makale Crosscheck sistemi tarafından taranmış ve bu sistem sonuçlarına göre orijinal bir makale olduğu tespit edilmiştir.

** Uzm. Psi. Dan., Milli Eğitim Bakanlığı, General İzzettin Çalışlar İlkokulu, İzmir, El-mek: yasemin_eriş@yahoo.com

*** Doç. Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi, Buca Eğitim Fakültesi, Psikolojik Danışma ve Rehberlik ABD., İzmir, El-mek: ebru.ikiz@deu.edu.tr



THE RELATION BETWEEN SELF-ESTEEM AND SOCIAL ANXIETY LEVELS OF ADOLESCENTS AND THE EFFECTS OF PERSONAL VARIABLES

ABSTRACT

The purpose of this study was to investigate the relationship between the self-esteem and the social anxiety levels of adolescents. Besides, the effects of gender, perceived self-image, perceived school success, attending leisure time activities, having a peer group, having a special friend were investigated. The sample consisted of 300 adolescents, 152 girl, 148 boy by random sampling method. Data were collected by Coopersmith Self-Esteem Inventory and Social Anxiety Scale with a questionnaire developed by the researchers to gather personal information. Data were analysed by using SPSS 15 statistical programme, with non-parametric techniques as Mann – Whitney U ve Kruskal – Wallis H and Spearman Brown correlation test. Results showed that there is a negative medium level relation between the self-esteem and the social anxiety levels of the adolescents. According to the results, the self-esteem and the social anxiety levels of the adolescents don't differ according to gender and having a special friend. Perceived self-image is found to be effective on the self-esteem levels, general social anxiety levels of adolescents and also is found to be effective on social avoidance, being criticized anxiety and worthlessness levels. Perceived school success is found to be effective on the self-esteem levels of the adolescents. Attending leisure time activities is found to be effective on general social anxiety levels of the adolescents and also is found to be effective on social avoidance and being criticized anxiety levels of the adolescents. Having a peer group is found to be effective on the self-esteem levels of adolescents and also is found to be effective on general social anxiety levels, on the social avoidance and worthlessness levels of adolescents.

Key Words: Adolescence, self-esteem, social anxiety.

Giriş

Ergenlik, çocuklukla erişkinlik arasında yer alan, gelişme, ruhsal olgunlaşma ve yaşama hazırlık dönemi olarak tanımlanmaktadır (Akboy, 2000). Bu dönemde birey, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşma içine girmektedir. Ergenlik döneminde yaşanan en önemli unsur, kişinin birey olarak kim olduğunu keşfetmeye başlamasıdır. Ergen kendine yönelerek kim olduğunu ve kim olacağını, aynı zamanda başkalarına göre kim olduğunu sorgulamaya başlamaktadır. Ergenlik evresinde kimlik edinmeye karşı kimlik karmaşasına düşme bu dönemin psikososyal çatışmasını oluşturmaktadır (Atak, 2010; Öztürk, 1998).

Davranışları etkileyen en önemli unsur benliktir. Freud benliği, kişiliğin gerçeklik ilkesine göre hareket eden, içsel dürtüler ile dış dünya arasında denge kuran, mantıklı düşünen ve gerçekçi değerlendirme yapabilen bölümü olarak tanımlamaktadır (Bacanlı, 2002). Freud'un aksine Rogers'a (1951) göre benlik, insanın kendine ilişkin algılarının düzenlenmiş ve bütünleşmiş şeklidir. Bu yönden benlik, kişiliğin öznel yanını oluşturmaktadır.

Turkish Studies

*International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013*



Kişinin benliğine ilişkin algıları benlik kavramını oluşturmaktadır. Rogers'a (1951) göre benlik kavramı bireyin kendisine yönelik algı, fikir ve değerlerini içermektedir. Benlik kavramı, bireyin yerine getirdiği çeşitli rolleri ve kişisel özelliklerini algılaması iken bireyin benlik kavramına yönelik yaptığı değerlendirmeler ise onun kendisine duyduğu saygıyı göstermektedir (Deniz, 2011; Sarı ve Cenkseven, 2008).

Benlik saygısı, kişinin kendini değerlendirmesi sonucu benliğini kabul etmesi ve benliğinden memnun olması şeklinde tanımlanmaktadır. Rosenberg (1965), benlik saygısını bireyin kendisine karşı, olumlu ve olumsuz tutumu olarak tanımlamaktadır. Ona göre benlik saygısı, bireyin kendini değerlendirmesinin sonucunda oluşmaktadır. Bireyin kendine ilişkin değerlendirmeleri sonucunda ulaştığı yargı, benlik saygısının düzeyi için belirleyici olmaktadır. Benlik saygısı, bireyin benlik kavramına ilişkin ulaştığı değerlilik yargısıdır.

Rosenberg (1965), benlik saygısını, hızlı bedensel değişimler sonucu bedensel özelliklerini kabul etme, yaşlılarıyla olgun ilişkiler kurma, bir mesleğe, evliliğe, aile yaşamına hazırlanma, ben kimim sorusuna cevap bulma gibi gelişim görevleriyle karşı karşıya kaldığı ergenlik döneminde anlam kazanan bir kavram olarak kabul etmektedir.

Birey bu dönemde çevresindeki kişilerin kendisine ilişkin düşünce, davranış ve tutumlarından çok fazla etkilenmektedir (Çankaya, 2007). Çevresinde onu mutlu ya da mutsuz eden yaşantılar sonrasında kendine değer verme duygusunu geliştirmektedir. Bu duygunun gelişiminde, sosyal ve çevresel uyarıcıların kişi hakkındaki olumlu değerlendirmelerinin büyük etkisi bulunmaktadır. Ergen değerini, çevresinden edindiği bu izlenimler çerçevesinde değerlendirmeye başlamaktadır. Ya değerli biri olduğu ya da sevmeye, beğenilmeye değer biri olmadığı inancını geliştirmektedir. Benlik saygısının sağlıklı gelişimi sonucu yüksek benlik saygısına sahip olan birey sosyal ilişkilerinde daha girişimci, daha güvenli ve daha atak olmaktadır (Kuzgun, 2002). Düşük benlik saygısı olan kişiler Rosenberg'e (1965) göre sosyal ilişkilerinde daha çok sorunlarla karşılaşmaktadır. Sosyal ortamı, ortamdaki kişileri veya söylenenleri kendisine yönelik tehdit olarak algılamaya daha eğilimli ve özellikle olumsuz eleştirilmeye daha duyarlı olmaktadır. Bu nedenle düşük benlik algısı, eleştirilme korkusu ve sosyal ortamlarda kaygılı olmayı da beraberinde getirmektedir.

Sosyal kaygı, kişinin farklı durumlarda duruma uygun olmayan biçimde davranacağı, kötü bir duruma düşeceği, olumsuz bir izlenim bırakacağı ve başkaları tarafından olumsuz bir biçimde (aptal, zavallı, beceriksiz, yetersiz vs) değerlendirileceği beklentisiyle yaşadığı bir rahatsızlık ve gerilim durumu olarak tanımlanmaktadır (Eren Gümüş, 2006).

Ergenlerin yaşantısında akademik başarı ve sosyal ilişkiler büyük önem taşımaktadır. Akademik, sosyal ya da mesleki başarı ve yeterliklere ilişkin doyum yaşamasının büyük ölçüde ergenin sahip olduğu kapasitesini yansıtabilme ve ortaya koyabilme düzeyi ile ilişkili olduğuna inanılmaktadır. Ergenin sahip olduğu kapasitesini yansıtmamasını ve kendini ortaya koymasını engelleyen bir kavram olarak sosyal kaygının ise, sosyal ilişkileri bozduğu ve akademik başarı düzeyini düşürdüğü ileri sürülmektedir (Çankaya, 2007).

Gelişimsel özellikler açısından bakıldığında ergenlik dönemindeki gencin bilişsel yeterlikleri arttıkça benlik bilincinin de arttığı gözlenmektedir. Bir taraftan hızlı bir biçimde değişen bedenine ve ortaya çıkan kusurlarına alışmaya çalışan ergenin, düşünce sistemindeki değişiklikler sonucu, özellikle kendisinin olumsuz değerlendirmelerini yansıttığı hayali seyirciler tarafından izlendiğine ve değerlendirildiğine inandığı ve bu durumun sosyal ortamlarda kaygı düzeyinin artmasına neden olduğu düşünülmektedir.

Yetişkinliğe doğru gelişim gösteren ergenden beklenen gelişimsel görevler, sorumluluklar ve sosyal roller bulunduğu gözlenmektedir. Ergenin kendisinden beklenen bu görev ve rolleri

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



yerine getirmeye çalışırken bir taraftan da önceki yıllarda daha bağlı ve uyumlu olduğu ailesinden bağımsız olarak yetişkin bir birey olduğunu gösterme çabalarının beraberinde kaygıyı da getirdiğine inanılmaktadır.

Okul ve diğer sosyal faaliyetlerde bulunan ergen, aile ile sınırlı olmayan daha geniş bir sosyal çevreye girmekte ve yeni ilişkiler başlatıp sürdürmesi gereken farklı ortamlara girmeye başlamaktadır. Ergen için farklı sosyal ortamlarda kendisini göstermek, karşı cinsle yakınlık kurmak, akademik başarı elde etmek, meslek seçmek, mesleğe ve iş yaşamına hazırlanmak ve eş seçmek gibi konularda başarılı olmak hem gelişimsel açıdan yerine getirilmesi gereken görevlerdir hem de kaygı kaynağı olmaktadır (Eren Gümüş, 2006).

Bu bağlamda ergenin; yetişkinlik dönemine sağlıklı geçiş yapabilmesi, ergenlik döneminin gelişimsel görevlerini başarabilmesi ve bu yolla doyum veren bir yaşam biçimi, değer sistemi oluşturabilmesi bir bakıma sosyal kaygıyla başa çıkabilmesine bağlı olarak değerlendirilmektedir. Bu çalışmada ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin ve bunları etkileyen etmenlerin belirlenmesi hedeflenmektedir.

Bu amaç doğrultusunda şu temel sorulara cevap aranmıştır:

1- Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2- Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri cinsiyet, beden imajı, algılanan okul başarısı, okul dışında faaliyetlere katılma, arkadaş grubuna sahip olma ve karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olma değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar göstermekte midir?

Yöntem

Bu araştırmada betimsel, nedensel karşılaştırma ve korelasyonel modeller bir arada kullanılmaktadır. Betimsel araştırmanın temel amacı bir durumu tam ve dikkatli bir biçimde ortaya koymaktır. Nedensel karşılaştırma araştırma modeli ise araştırma kapsamına giren katılımcılara veya koşullara müdahale etmeksizin katılımcılara ait farklılıkların nedenlerini veya sonuçlarını incelemeyi hedeflemektedir. Korelasyonel araştırmalar ise iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkileri belirlemek için kullanılmaktadır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2008).

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın örneklemini 2011-2012 öğretim yılı içerisinde İzmir ili Bornova, Bergama ve Karşıyaka ilçelerinde bulunan ortaöğretim kurumlarından 10. ve 11. sınıflarda öğrenim gören, basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile seçilen 300 öğrenciden oluşmaktadır. Katılımcılar, araştırmacıların çalıştığı kurumda olmalarına ve ulaşılabilirliklerine göre, etik kurul izinleri alınması göz önüne alınarak seçilmişlerdir. 9. sınıfların yeni ortamda uyum ve alan belirleme ihtiyaçları olabileceği, 12.sınıfların sınav kaygısı yaşıyor olabileceği öngörülerek çalışma kapsamı dışında tutulmuşlardır. Katılımcıların 152'si (%50,7) kız, 148'i (%49,3) erkektir. 133'ü (%44,3) 10. sınıfta okumakta, 167'si (%55,7) 11. sınıfta okumaktadır. Okul başarısı açısından bakıldığında katılımcıların 39'unun (%13) düşük, 221'inin (%73,7) orta, 40'ının (%13,3) yüksek başarıya sahip olduğunu düşündüğü görülmektedir. Fiziksel olarak kendini beğenme açısından katılımcıların 222'sinin (%74) kendisini beğendiği, 78'inin (%26) ise kendisini beğenmediği görülmektedir. Okul dışı faaliyetlere katılmada ise katılımcıların 170'i (%56,7) faaliyetlere katıldığını, 130'u (%43,3) ise katılmadığını belirtmiştir. Katılımcıların 289'unun (%96,3) arkadaş grubunun olduğu, 11'inin (%3,7) ise arkadaş grubunun olmadığı görülmektedir. Karşı cinsten özel arkadaşına sahip olma açısından bakıldığında katılımcıların 123'ünün (%41) karşı cinsten arkadaşına sahip olduğu, 177'sinin (%59) ise olmadığı görülmektedir.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Veri Toplama Araçları

Sosyal Kaygı Ölçeği (SKÖ): Ölçek, Özbay ve Palancı (2001) tarafından üniversite öğrencilerinin yaşadığı “sosyal kaygı” içerikli sorunları belirlemek amacıyla geliştirilmiş ve öğrencilerin sosyal durumlara uygun becerilerini ve bu durumlarda oluşabilecek kaygılarını ölçebilecek yapıda hazırlanmıştır. Yapı geçerliğine yönelik faktör analizi sonucunda 30 maddelik üç faktörlü bir test yapısı oluşmuştur. Varimax rotasyon faktör çözümlemesinin sonuçlarıyla elde edilen bu üç faktör (1) sosyal kaçınma, (2) kritize edilme kaygısı ve (3) bireysel değersizlik duygusu olarak adlandırılmıştır. Üç faktörün açıkladığı toplam varyans % 32.9 ‘dur.

Güvenirlilik hesaplamaları ile dağılıma ilişkin uygunluğun elverişliliği analiz edilmiştir. Yapılan varyans analizi sonucunda $F=68.58$, $p<.001$ düzeyinde sonuç anlamlı bulunmuştur. Güvenirlilik hesaplamaları için test içi tutarlılık yöntemi ile hesaplanan Cronbach Alfa değeri .89’ dur. Test likert tipi 0-4 aralığında beşli derecelendirmeye sahiptir. Alınan puanların yükselmesi SK düzeyinin yükseldiğini göstermektedir (Özbay ve Palancı, 2001).

SKÖ'nün ortaöğretim öğrencilerine uygun olup olmadığını belirlemek amacıyla, bu çalışma kapsamında araştırmacı tarafından 10. ve 11. sınıfa devam eden 310 öğrenciye uygulanmış, ölçeğin güvenirlilik puanı, test iç tutarlılık yöntemi ile ortaöğretim örnekleminde hesaplanmıştır. Bu grup üzerinde gerçekleştirilen işlem sonucunda Cronbach Alfa değeri .89 bulunmuştur. Ölçek ile beraberinde veriler, Dokuz Eylül Üniversitesi İstatistik Bölümü'nde görev yapmakta olan öğretim görevlisi tarafından değerlendirilmiş ve ölçeğin lise öğrencileri üzerinde uygulanabileceği, bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi belirtilmiştir.

*Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri (CBSE):*Coopersmith (1967) tarafından geliştirilen bu ölçek, kişinin çeşitli alanlarda kendisi hakkındaki tutumunu değerlendirmede kullanılan bir ölçme aracıdır. Pişkin (1997), lise öğrencileri ile hem Kuder-Richardson-20 formülünü hem de testi yarılama tekniğini kullanarak envanterin uzun ve kısa formu üzerinde güvenirlilik çalışması yapmıştır. Envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenirlilik katsayısını .76, iç tutarlılık güvenirlilik katsayısını da .81 olarak bulmuştur. Ölçeğin halen çocuklara ve yetişkinlere uygulanan iki ayrı formu bulunmaktadır. Yetişkinler formu 25 maddelik kısa form ve 58 maddelik uzun formlardan oluşmaktadır. Bu tez çalışmasında 25 maddelik kısa form kullanılmıştır. Her iki formda 'Evet' veya 'Hayır' şeklinde cevaplanabilen ifadelerden oluşmaktadır. Bazı maddelerde 'Evet' bazı maddelerde ise 'Hayır' şikkını işaretleyenler 4 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek puanlar 0-100 arasında değişmektedir dolayısıyla alınabilecek en yüksek puan 100’dür. Puanların yüksekliği benlik saygısı düzeyinin yüksekliği, puanların düşüklüğü ise benlik saygısı düzeyinin düşüklüğü anlamına gelmektedir.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmaya katılan katılımcılara ait kişisel bilgileri elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından uzman görüşleri doğrultusunda kişisel bilgi formu geliştirilmiştir. Bu formda katılımcıların cinsiyeti, algıladıkları beden imajı, okul dışında faaliyetlere katılıp katılmadıkları, arkadaş grubuna sahip olup olmadıkları, karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olup olmadıkları ve algıladıkları okul başarısı düzeyine yönelik sorular yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Coopersmith Benlik Saygısı Envanterinden ve Sosyal Kaygı Ölçeğinden elde edilen verilerin analizinde SPSS 15. paket programı kullanılmıştır. Örneklemin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerine ilişkin puanlarını çeşitli demografik değişkenlere göre test etmeden önce araştırma verilerinin normal dağılım özelliği taşıyıp taşımadığı Kolmogorov-Smirnov Testi ile tespit edilmiştir (Field, 2004). Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda verilerin normal dağılım özelliği göstermemesinden dolayı non-parametrik analiz yöntemleri kullanılmıştır. Bu kapsamda örneklemin benlik saygısı ve sosyal kaygı puanlarının cinsiyet, beden imajı, okul dışında

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



faaliyetlere katılma, arkadaş grubuna sahip olma ve karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olma değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2011).

Araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin benlik saygısı ve sosyal kaygı puanlarının algılanan okul başarısı açısından farklılaşıp farklılaşmadığını belirlemek için Kruskal Wallis-H testi, Kruskal Wallis-H testi sonrasında elde edilen farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır. Öğrencilerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman Brown sıra korelasyon testi kullanılmıştır (Büyüköztürk, 2011).

Bulgular

Araştırmada, ilk olarak "Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?" sorusuna cevap aranmıştır. Tablo 1'de görüldüğü üzere, ergenlerin benlik saygısı ile sosyal kaygı ölçeği toplam puanları arasında orta düzeyde negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ($r=-,521$, $p<,01$).

Ergenlerin benlik saygısı düzeyi ile genel sosyal kaygı alt boyutları arasındaki ilişki incelendiğinde bütün alt boyutlar ile istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu ilişki düzeyleri sırasıyla sosyal kaçınma ($r=-,463$, $p>,01$), kritize edilme kaygısı ($r=-,376$, $p>,01$) ve değersizlik duygusu ($r=-,576$, $p>,01$) şeklindedir. Benlik saygısı ve sosyal kaygı alt boyutları arasında orta düzeyde olumsuz yönde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Ergenlerin genel sosyal kaygı düzeyleri ile sosyal kaygı ölçeği alt boyutu düzeyleri arasında pozitif yönde istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Bu ilişki düzeyleri sırasıyla sosyal kaçınma ($r=,900$, $p>,01$), kritize edilme kaygısı ($r=,884$, $p>,01$) ve değersizlik duygusu ($r=,885$, $p>,01$) olarak bulunmuştur.

Tablo 1: Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkiyi Gösteren Spearman Brown Korelasyon Testi Tablosu

	Benlik Saygısı	Sosyal Kaçınma	Kritize Edilme Kaygısı	Değersizlik Duygusu
Sosyal Kaçınma	-.463**			
Kritize Edilme Kaygısı	-.376**	.669**		
Değersizlik Duygusu	-.576**	.675**	.679**	
Genel Sosyal Kaygı	-.521**	.900**	.884**	.885**

** $p<0.01$

Ergenlerin cinsiyetine göre benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri incelendiğinde Tablo 2'deki sonuçlara ulaşılmıştır. Buna göre, ergenlerin cinsiyete göre benlik saygısı düzeyleri ve genel sosyal kaygı ile alt boyutları düzeyleri farklılık göstermemektedir.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Tablo 2: Cinsiyete Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	n	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Benlik Saygısı	Kız	152	154,97	23555,50	10568,500	-0,907	.364
	Erkek	148	145,91	21594,50			
Genel Sosyal Kaygı	Kız	152	146,52	22270,50	10642,500	-0,806	.420
	Erkek	148	154,59	22879,50			
Sosyal Kaçınma	Kız	152	153,59	23345,00	10779,000	-0,625	.532
	Erkek	148	147,33	21805,00			
Kritize Edilme Kaygısı	Kız	152	144,11	21905,00	10277,000	-1,294	.196
	Erkek	148	157,06	23245,00			
Değersizlik Duygusu	Kız	152	141,03	21436,50	9808,500	-1,919	.055
	Erkek	148	160,23	23713,50			

Ergenlerin sahip oldukları beden imajına göre benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri incelendiğinde Tablo 3'e göre hem benlik saygısı düzeylerinin hem de genel sosyal kaygı ve alt boyutu düzeylerinin farklılaştığı görülmektedir.

Olumlu beden imajına sahip olan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin, olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden yüksek olduğu görülmektedir. Diğer taraftan olumlu beden imajına sahip olan ergenlerin genel sosyal kaygı, sosyal kaçınma, kritize edilme kaygısı ve değersizlik duygusu düzeylerinin olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 3: Sahip Olunan Beden İmajına Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Boyutlar	Beden İmajı	n	Sıra ort.	Sıra toplamı	U	Z	P
Benlik Saygısı	Olumlu	222	167,82	37256,00	4813,000	-5,851	.000*
	Olumsuz	78	101,21	7894,00			
Genel Sosyal Kaygı	Olumlu	222	136,28	30254,50	5501,500	-4,790	.000*
	Olumsuz	78	190,97	14895,50			
Sosyal Kaçınma	Olumlu	222	141,15	31335,00	6582,000	-3,153	.002*
	Olumsuz	78	177,12	13815,00			
Kritize Edilme Kay.	Olumlu	222	138,21	30683,50	5930,500	-4,142	.000*
	Olumsuz	78	185,47	14466,50			
Değersizlik Duygusu	Olumlu	222	132,54	29424,50	4671,500	-6,058	.000*
	Olumsuz	78	201,61	15725,50			

*p<0.05

Algılanan okul başarısına göre ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri incelenmiştir. Tablo 4'e göre ergenlerin benlik saygısı düzeyleri algılanan okul başarısına göre farklılaşırken, genel sosyal kaygı düzeylerinin ve alt boyutlarının farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Tablo 4: Algılanan Okul Başarısına Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Boyutlar	Okul Başarısı	n	Sıra Ortalaması	Sd	X ²	P	Fark
Benlik Saygısı	Düşük	39	104,67	2	26,472	.000*	Düşük<Orta Düşük<Yüksek Orta<Yüksek
	Orta	221	148,86				
	Yüksek	40	204,25				
Genel Sosyal Kaygı	Düşük	39	164,15	2	2,041	.360	
	Orta	221	150,66				
	Yüksek	40	136,29				
Sosyal Kaçınma	Düşük	39	162,90	2	1,074	.585	
	Orta	221	149,55				
	Yüksek	40	143,66				
Kritize Edilme Kaygısı	Düşük	39	150,58	2	2,764	.251	
	Orta	221	154,28				
	Yüksek	40	129,53				
Değersizlik Duygusu	Düşük	39	176,86	2	4,685	.096	
	Orta	221	148,23				
	Yüksek	40	137,36				

*p<0.05

Okul başarısını yüksek algılayan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin okul başarısını orta ve düşük olarak algılayan ergenlerden yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca okul başarısını orta düzeyde algılayan ergenlerin benlik saygısı düzeylerinin okul başarısını düşük olarak algılayan ergenlerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Yani algılanan okul başarısı arttıkça ergenlerin benlik saygısı düzeyi artmaktadır.

Okul dışı kültür sanat faaliyetlere katılma durumuna göre ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri incelenmiştir. Tablo 5'te görüldüğü gibi faaliyetlere katılma durumuna göre ergenlerin benlik saygısı düzeyleri farklılaşmazken, genel sosyal kaygı, sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı düzeyleri farklılaşmaktadır.

Tablo 5: Okul Dışı Faaliyetlere Katılıp Katılmamaya Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Boyutlar	Faaliyetlere Katılma	n	Sıra ort.	Sıra toplamı	U	Z	P
Benlik Saygısı	Katılıyor	170	157,71	26811,00	9824,000	-1,651	.099
	Katılmıyor	130	141,07	18339,00			
Genel Sosyal Kaygı	Katılıyor	170	139,44	23704,50	9169,500	-2,526	.012*
	Katılmıyor	130	164,97	21445,50			
Sosyal Kaçınma	Katılıyor	170	137,00	23289,50	8754,500	-3,086	.002*
	Katılmıyor	130	168,16	21860,50			
Kritize Edilme Kaygısı	Katılıyor	170	141,76	24098,50	9563,500	-1,998	.046*
	Katılmıyor	130	161,93	21051,50			
Değersizlik Duygusu	Katılıyor	170	144,81	24618,50	10083,500	-1,300	.194
	Katılmıyor	130	157,93	20531,50			

*p<0.05

Okul dışı kültür sanat faaliyetlerine katılan ergenlerin genel sosyal kaygı, sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı düzeyleri faaliyetlere katılmayan ergenlerden daha düşük bulunmuştur.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Arkadaş grubuna sahip olma durumuna göre ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri incelenmiştir. Tablo 6'da elde edilen sonuçlara göre arkadaş grubuna sahip olmaya göre benlik saygısı düzeyleri ile sosyal kaçınma ve değersizlik duygusu düzeyleri farklılaşmaktadır.

Tablo 6: Arkadaş Grubuna Sahip Olup Olmamaya Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Boyutlar	Arkadaş Grubu	n	Sıra ort.	Sıra top.	U	Z	P
Benlik Saygısı	Var	289	154,25	44578,00	506,000	-3,848	.000*
	Yok	11	52,00	572,00			
Genel Sosyal Kaygı	Var	289	148,69	42972,00	1067,000	-1,851	.064
	Yok	11	198,00	2178,00			
Sosyal Kaçınma	Var	289	148,46	42904,00	999,000	-2,093	.036*
	Yok	11	204,18	2246,00			
Kritize Edilme Kaygısı	Var	289	149,85	43307,50	1402,500	-0,663	.507
	Yok	11	167,50	1842,50			
Değersizlik Duygusu	Var	289	148,34	42869,50	964,500	-2,217	.027*
	Yok	11	207,32	2280,50			

P<0.05

Arkadaş grubuna sahip olan ergenlerin benlik saygısı arkadaş grubu olmayan ergenlerden yüksektir. Arkadaş grubuna sahip olan ergenlerin sosyal kaçınma ve değersizlik düzeyleri arkadaş grubu olmayan ergenlerden düşüktür.

Tablo 7'de görüldüğü gibi ergenlerin karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olup olmamalarına göre benlik saygısı düzeyleri ile genel sosyal kaygı ve alt boyut düzeyleri farklılaşmamaktadır.

Tablo 7: Karşı Cinsten Özel Bir Arkadaşa Sahip Olup Olmamaya Göre Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyinin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Boyutlar	Özel Arkadaş	n	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	U	Z	P
Benlik Saygısı	Var	123	145,14	17852,00	10226,000	-0,895	.371
	Yok	177	154,23	27298,00			
Genel Sosyal Kaygı	Var	123	149,80	18426,00	10800,000	-0,116	.908
	Yok	177	150,98	26724,00			
Sosyal Kaçınma	Var	123	149,61	18402,00	10776,000	-0,148	.882
	Yok	177	151,12	26748,00			
Kritize Edilme Kaygısı	Var	123	154,74	19033,00	10364,000	-0,706	.480
	Yok	177	147,55	26117,00			
Değersizlik Duygusu	Var	123	145,17	17856,50	10230,500	-0,888	.375
	Yok	177	154,20	27293,50			

Tartışma

Bu araştırmada ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyi ilişkisi ve bu değişkenlerin cinsiyete, beden imajına, algılanan okul başarısına, okul dışında faaliyetlere katılmaya, arkadaş grubuna sahip olmaya ve karşı cinsten özel bir arkadaşına sahip olmaya göre farklılaşp farklılaşmadığını incelenmiştir.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Bu araştırmada ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin negatif yönde ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre benlik saygısı yüksek ergenlerin sosyal kaygı düzeylerinin düşük olduğu sonucuna ulaşılabilir. Elde edilen sonuç yapılan bazı araştırma sonuçları ile (Arıcıoğulları, 2001; Çerkes, 2011; Demir, 1997; Erözkan, 2011; İzgiç ve ark. 2004; Özdemir, 2004) paralellik göstermektedir. Ergenlikte benlik saygısının önemli olduğu, kendine değer veren ve kendini olumlu değerlendiren ergenlerin sosyal ortamlardan kaçınma eğiliminin azaldığı, kendini değersiz hissetmediği ve başkaları tarafından kritize edilme ya da olumsuz eleştirilme kaygısı taşımadığı anlaşılmaktadır.

Cinsiyetin ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Yurtiçinde Çevik Büyükaşahin ve Atıcı (2007), Çankaya (2007), Dilek (2007), Maşrabacı (1994), Yenidünya (2005), Balat ve Akman (2004) ve yurtdışında da Jackson ve arkadaşlarının (2010) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarda benlik saygısı puanlarının cinsiyete göre farklılaşmadığı ortaya konmaktadır. Diğer taraftan 11-19 yaş grubu öğrencileriyle yapılan bir çalışmada erkeklerin benlik saygısı düzeyinin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek olduğu ortaya konmuştur (Govender ve Moodley, 2004).

Sosyal kaygı ve cinsiyeti ele alan çalışmaların bir kısmında sosyal kaygı düzeyinin cinsiyete göre değişmediği görülmektedir (Baltacı, 2010; Eren Gümüş, 1997; Erkan, 2002; Mahtelia ve Vankar, 2004; Teachmann ve Allen, 2007; Ümmet, 2007). Ancak sosyal kaygının hangi cinsiyette daha fazla görüldüğüne ilişkin araştırma bulgularının tutarlı olmadığı görülmektedir. Bazı çalışmalar kızların sosyal kaygı düzeyinin erkeklerden yüksek olduğunu (Aydın ve Tekinsav-Sütçü, 2007; Erözkan, 2004; Jose ve ark., 2012; La Greca ve Harrison, 2005); bazı çalışmalar ise erkeklerin sosyal kaygı düzeyinin kızlardan yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Dilbaz ve Güz, 2002; Kalkan, 2008; Mazalin ve Moore, 2004; Palancı, 2004). Bu çalışmada cinsiyete göre ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyi arasında fark bulunmamasının, günümüzde değişen aile yapısıyla birlikte kız ve erkeğin eşit eğitim fırsatlarına sahip olmasından, kızların da aile ve okul yaşamında erkekler kadar etkin biçimde yer almasından ve cinsiyetler arasından rekabetin artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Bu araştırmada olumlu beden imajına sahip ergenlerin benlik saygısı düzeyinin olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durum fiziksel görünümünden memnun olan ergenlerin benlik saygısının daha yüksek olduğu anlamına gelmektedir. Benlik saygısı ve beden imajını inceleyen çalışmaların büyük bir çoğunluğunda fiziksel görünümünü beğendiğini ifade eden ergenlerin benlik saygısının, fiziksel görünümünü beğenmediğini ifade edenlerden yüksek olduğu görülmektedir (Maşrabacı, 1994; Oktan ve Şahin, 2010; Suner, 2000; Tatoğlu, 2006).

Araştırmada olumlu beden imajına sahip ergenlerin genel sosyal kaygı, sosyal kaygı alt boyutlarından sosyal kaçınma, kritize edilme kaygısı ve değersizlik duygusu düzeyinin, olumsuz beden imajına sahip olan ergenlerden daha düşük olduğu görülmektedir. Eren Gümüş (2000) ve Cash, Theriault ve Annis (2004) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda beden imgesi ile sosyal kaygı arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Ergenliğin; fiziksel değişimlerin ön plana çıktığı, beden imajının önem kazandığı bir dönem olduğuna inanılmaktadır. Ergenin görünüşüne ilişkin algılarının benlik saygısının önemli bir belirleyicisi olduğu düşünülmektedir. Diğer taraftan ergenlik döneminde meydana gelen fiziksel, bilişsel ve sosyal değişimlerin ergende kaygının ortaya çıkmasına neden olabileceği özellikle beden imajı, sosyal ilişkiler ve performansa yönelik olumsuz yüklemelerle kaygı yaşantılarını daha da tetikleyebileceği düşünülmektedir.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



Bu çalışmada, benlik saygısı ve algılanan okul başarısı incelendiğinde, okul başarısını yüksek algılayan ergenlerin benlik saygısı düzeyinin, okul başarısını orta düzeyde ve düşük düzeyde algılayan ergenlerden yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca okul başarısını orta düzeyde algılayan ergenlerin benlik saygısı düzeyinin okul başarısını düşük düzeyde algılayan ergenlerden yüksek olduğu görülmüştür. Buna göre okul başarı algısı yükseldikçe benlik saygısı da yükselmektedir.

Benlik saygısı ve algılanan okul başarısını inceleyen çalışmaların büyük bir kısmında akademik başarı arttıkça benlik saygısının da arttığı görülmektedir (Çankaya, 2007; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Yenidünya, 2005). Diğer taraftan Bal'ın (2006) ilköğretim öğrencileri ile yaptığı çalışmada başarıyı algılamaya göre benlik saygısının farklılık göstermediği sonucu ortaya çıkmıştır. Suner (2000) çalışmasında akademik başarı ile benlik saygısı arasında negatif bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmış, ergenlerin kendilerini değerli bulmaya ilişkin öz-değerlendirmelerini, kendilerini akademik olarak değerlendirmelerinden uzak tutuyor olabileceğini belirtmiş, akademik açıdan her başarılı ergen için benlik saygısının da yüksek olduğundan söz edilemeyeceğini ifade etmiştir.

Bu araştırmada algılanan okul başarısının ergenlerin sosyal kaygı düzeyleri üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Gümüş'ün (1997) çalışmasında algılanan okul başarısına göre sosyal kaygının farklılaşmadığı, Sübaşı'nın (2007) çalışmasında da akademik başarı algısının sosyal kaygıyı yordamadığı ortaya çıkmıştır. Ancak Türe (2009) ise yaptığı çalışmada düşük başarı algısına sahip öğrencilerin sosyal fobik kaçınma puanı yüksek iken sosyal fobik korku puanında fark olmadığını saptamıştır. Akademik açıdan kendini başarılı olarak algılamayan ergenlerin sosyal ortamlardan kaçınma eğiliminin yüksek olduğu anlaşılırken, bu bulgu, mevcut çalışmanın sonuçlarıyla desteklenmemektedir.

Bu araştırmada okul dışında faaliyetlere katılma durumunun ergenlerin benlik saygısı düzeyi üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Suner' in (2000) lise öğrencileri ve Zhang'ın (2001) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada ders dışı etkinliklere katılan öğrencilerin benlik saygısı düzeyinin katılmayan öğrencilerden anlamlı derecede yüksek olduğu bulunmuştur. Bu çalışmada, okul dışı faaliyetlere katıldığını belirten ergenlerin genel sosyal kaygı, sosyal kaygı alt boyutlarından sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı düzeyinin faaliyetlere katılmadığını ifade eden ergenlerden daha düşük olduğu görülmektedir. Buna göre, okul dışı faaliyetlere aktif katılan ergenlerin sosyal kaçınma ve kritize edilme kaygısı yaşamadıkları söylenebilir. Yapılan bazı çalışmalarda okul dışında etkinliklere katılan öğrencilerin sosyal korku ve kaçınma düzeyinin katılmayan öğrencilerden anlamlı derecede düşük olduğunu sonucuna ulaşılmıştır (Özdemir, 2004; Türe, 2009).

Sonuç olarak, internet ve sosyal ağların ergenlerin ve herkesin yaşamındaki yeri ve hatta her türlü faaliyetin, programın online izlenebildiği, kitapların okunabildiği, etkinliklere online katılım olabildiği göz önüne alındığında, geçtiğimiz on yıllık süreçte okul dışı sportif yada sanatsal bir faaliyete aktif katılmış olmanın yarattığı kendini değerli bulma durumunun artık gözlenmediği söylenebilir. Öte yandan bu durumun getirdiği bireyselleşmenin yansıması olarak ergenlerin sanal olmayan gerçek sosyal ilişkilerde ve faaliyetlerde bulunmaktan kaçınma eğiliminin arttığı ve diğeri tarafından kritize edilme yada olumsuz eleştirilme kaygısının arttığı söylenebilir. Teknolojinin yanı sıra ülkemizde hızla değişen sosyal, psikolojik ve ekonomik koşullar göz önüne alındığında ergenlerin sosyal gelişim özellikleri ve sosyalleşme açısından ihtiyaçları olduğu ortaya çıkmaktadır.

Araştırmada arkadaş grubuna sahip olan ergenlerin benlik saygısının arkadaş grubuna sahip olmayan ergenlerden daha yüksek olduğu görülmekte, bu sonucun yukarıda değinilen sonuçla ve nedenleriyle bağlantılı olduğu düşünülmektedir. Bunun yanı sıra, Kahriman'ın (2002) yaptığı

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



çalışma sonuçları bu bulguyu destekler niteliktedir. Diğer taraftan bazı çalışmalarda ise arkadaş grubuna sahip olan ve olmayan öğrencilerin benlik saygısı arasında farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çevik Büyükaşahin ve Atıcı, 2009; Maşrabacı, 1994; Suner, 2000). Ergenlik döneminde akran grubuna sahip olmanın ergenin kimlik gelişimi açısından önemli olduğu bilinen bir gerçektir. Arkadaş çevresi tarafından kabul görmenin ve arkadaşlardan alınan sosyal desteğin; ergenlerin kendilerini bir arkadaş grubuna dahil olarak hissetmelerinin benlik saygısını olumlu etkilediği düşünülmektedir. Sonraki çalışmalarda bu algılamaların sanal ortamda yada gerçek ortamda olmasının sorgulanmasının ilginç sonuçlara bizi götürebileceği için incelenmesi önerilmektedir.

Arkadaş grubuna sahip olan ergenlerin sosyal kaygı alt boyutlarından sosyal kaçınma ve değersizlik duygusu düzeylerinin arkadaş grubuna sahip olmayan ergenlerden daha düşük olduğu saptanmıştır. Yukarıda değinildiği gibi, arkadaş grubuna ait olma algısı ergenlerin sosyal ortamdan kaçınma ve değersizlik duygusunu azaltmaktadır. Paralel olarak Türe (2009) çalışmasında ikiden fazla arkadaşı olan öğrencilerin sosyal kaygı ve sosyal kaçınma puanlarının tek arkadaşı olan ya da hiç arkadaşı olmayan öğrencilerden düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bu araştırmada karşı cinsten özel arkadaşına sahip olup olmamanın ergenlerin sosyal kaygı ve benlik saygısı düzeyi üzerinde etkili olmadığı saptanmıştır. Lise öğrencileri üzerinde yapılan bazı çalışmalarda karşı cinsten arkadaşı olan ve olmayan ergenlerin benlik saygısının, bu çalışma bulgularıyla paralel olarak, farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Çevik Büyükaşahin ve Atıcı, 2009; Suner, 2000). Diğer taraftan Kahrıman (2002) çalışmasında karşı cinsle arkadaşlık kurmada güçlük çeken ergenlerin benlik saygısı düzeyinin düşük olduğunu ortaya koymuştur. Maşrabacı (1994) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında karşı cinsten özel bir arkadaşı olanların benlik saygısının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sonuç olarak günümüzde hızla değişen yaşam koşullarının, geriye dönük olarak geçen on yıllık süreçten farklı bir ergen profiline yol açtığı, ergenlerin kendilerini değerli bulma kriterlerinin değişiyor olduğu ve sosyal açıdan ihtiyaçlarının olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca, ne olursa olsun ergenlerin arkadaşına, sosyalleşmeye ve kendini başarılı algılamaya yönelik temel ihtiyaçlarının değişmediği, kendilerini hem kişisel olarak hem de sosyal açıdan değerli bulmalarına etki ettiği anlaşılmaktadır. Bu doğrultuda ergenlerin sosyal açıdan gelişimlerini destekleyecek çalışmalara yer verilmesi önerilmektedir. Teknolojinin ergenlerin psikolojik ve sosyal gelişimi üzerinde etkilerinin araştırılmasının onları anlamaya, daha doğru ve güncel yaklaşımlar geliştirmeye ve ihtiyaçlarını gidermeye yönelik çalışmaların planlanmasına katkı sağlayacağına inanılmakta ve önerilmektedir. Bu çalışma sadece ergenlerden bilgi toplama yolu ile yürütüldüğü için sonuçlar, ölçeklerden alınan bilgiler ile sınırlıdır ancak nitel görüşmelerin, uzun soluklu incelemelerin yapılmasının, hatta bu çalışmalara aile ve öğretmenlerin katılmasının ergenleri benlik saygısı ve sosyal kaygı açısından çok yönlü değerlendirebilecek sonuçlara götürebileceğine inanılmakta ve önerilmektedir.

KAYNAKÇA

- AKBOY, R. (2000). **Eğitim Psikolojisi**. İzmir: Mikro Yayınları.
- ATAK, H. (2010). Kimlik Gelişimi ve Kimlik Biçimlenmesi: Kuramsal Bir Değerlendirme. **Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar**, 3(1):163-213.
- AYDIN, A. ve TEKİNSAV-SÜTÇÜ, S. (2007). Ergenler İçin Sosyal Kaygı Ölçeğinin (ESKÖ) Geçerlilik ve Güvenirliliğinin İncelenmesi. **Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi**, 14 (2): 79-89.
- BACANLI, H. (2002). **Gelişim ve Öğrenme** (6. Baskı). Nobel Yayınları:Ankara.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



- BALAT, G. ve AKMAN, B. (2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. **Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, 14(2), 175-183.
- BAL, E. (2006). İlköğretim Öğrencilerinin Benlik Algıları İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- BALTACI, Ö. (2010). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Sosyal Destek ve Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- BÜYÜKÖZTÜRK, S., KILIÇ ÇAKMAK, E., AKGÜN, Ö. E, KARADENİZ, S. ve DEMİREL, F. (2008). **Bilimsel Araştırma Yöntemleri** (7. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş. (2011). **Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı** (14. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- CASH, T. F., THERIAULT, J. Ve ANNİS, N. M. (2004). Body Image in an Interpersonal Context: Adult Attachment, Fear of Intimacy and Social Anxiety. **Journal of Social and Clinical Psychology**. 23 (1): 89-103.
- COOPERSMİTH, S. (1967). **Self Esteem Inventories**. California: Consulting Psychologist Press.
- ÇANKAYA, B. (2007). Lise I. Ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- ÇEVİK BÜYÜKŞAHİN, G. ve ATICI, M. (2009). Lise 3.Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygılarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**. 6 (1), 339- 352.
- DENİZ, E. (2011). **Eğitim Psikolojisi** (3. Baskı). Maya Akademi: Ankara.
- DİLBAZ, N. ve GÜZ, H. (2002). Sosyal kaygı bozukluğunda cinsiyet farklılıkları. **Nöropsikiyatri Arşivi**, 39(2-3-4),79-86.
- DİLEK, H. (2007). Farklı Eğitim Programlarına Devam Eden Lise II. Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı İle Anne Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- DİLMAÇ, B. ve EKŞİ, H. (2008). Meslek Yüksek Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Yaşam Doyumları ve Benlik Saygılarının İncelenmesi. **Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 20, 279-289.
- EREN GÜMÜŞ, A. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- EREN GÜMÜŞ, A. (2000). Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık ve Beden İmgelerinden Doyum Sosyal Kaygı Düzeyleri ile İlişkinin İncelenmesi. **Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi**. 33 (1), 99-108.
- EREN GÜMÜŞ, A. (2006). Sosyal Kaygının Benlik Saygısına ve İşlevsel Olmayan Tutumlara Göre Yordanması. **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**. 26, 63-75.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



- ERKAN, Z. (2002). Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyleri, Ana-Baba Tutumları Ve Ailede Görülen Risk Faktörleri Üzerinde Bir Çalışma. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- ERÖZKAN, A. (2004). **Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlılıkları İle Sosyal Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi**. 13. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı. Malatya: İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi.
- GOVANDER, K. ve MOODLEY, K. (2004). Maternal Support And Adolescent Self-Esteem. **Journal of Children and Poverty**, 10:1, 37-52.
- JOSE, P. E., WILKINS, H. ve SPENDELOW J. S. (2012). Does Social Anxiety Predict Rumination and Co-Rumination Among Adolescents? **Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology**, 41(1), 86-91.
- KAHRİMAN, İ. (2002). Adölesanlarda Aile ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek ile Benlik Saygısı İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- KALKAN, N. (2008). Ergenlerde Bilişsel Yapılar Ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Bilişsel Davranışçı Yaklaşım Açısından Yorumlanması. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- KUZGUN, Y. (2002). **İlköğretimde rehberlik**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- LA GRECA, A. N. Ve HARRİSON, H. M. (2005). Adolescent Peer Relations, Friendships, And Romantic Relationships: Do They Predict Social Anxiety And Depression? **Journal of Clinical Child And Adolescent Psychology**. Vol. 34, No. 1, 49-61.
- MAŞRABACI, T. S. (1994). Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- MAZALİN, D. ve MOORE, S. (2004). Internet Use, Identity Development and Social Anxiety Among Young Adults. **Behaviour Change**. 21(2), 90-102.
- MEHTALIA, K. V. & VANKAR, G. K. (2004). Social Anxiety in Adolescents. **Indian Journal of Psychiatry**, 46 (3), 221-227.
- OKTAN, V. ve ŞAHİN M. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı İle Benlik Saygısı İlişkinin İncelenmesi. **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**. 7(2). 543-556.
- ÖZBAY, Y. ve PALANCI, M. (2001). **Sosyal Kaygı Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması**, VI. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Ankara, ODTÜ.
- ÖZDEMİR, N. (2004). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Fobi İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki ve Etkileyen Faktörler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- ÖZTÜRK, M. O. (1998). **Psikanaliz ve Psikoterapi** (3. Baskı). Bilimsel Tıp Yayınevi, Ankara.
- PALANCI, M. (2004). **Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Sorunlarını Açıklamaya Yönelik Bir Model Çalışması**, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya. İnönü Üniversitesi.
- PİŞKİN, M. (1997). **Türk ve İngiliz Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Yönünden Karşılaştırılması**. III. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Bilimsel Çalışmaları ve Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği Yayını.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013



- ROGERS, C. R. (1951). **Client Centered Therapy**. Boston, Houghton Mifflin.
- ROSENBERG, M. (1965). **Society and the adolescent self-image**. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- SARI M. ve CENKSEVEN F. (2008). İlköğretim Öğrencilerinde Okul Yaşam Kalitesi ve Benlik Kavramı. **Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi**. 5(2), 2-16.
- SUNER, E. (2000). Farklı Liselerdeki Ergenlerin Benlik Saygısı, Akademik Başarı ve Sürekli Kaygı Düzeyi Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- SÜBAŞI, G. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygıyı Yordayıcı Bazı Değişkenler. **Eğitim ve Bilim**. 32:144, 3-15.
- TATOĞLU, N. (2006). Zonguldak İl Merkezinde 15-17 Yaş Grubu Genel Lise Öğrencilerinde Benlik Saygısının Akademik Başarıya Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Zonguldak Karaelmas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- TEACHMAN, B. A. ve ALLEN, J.P. (2007.) Development of Social Anxiety: Social Interaction Predictors of Implicit and Explicit Fear of Negative Evaluation. **Journal of Abnormal Child Psychology**, 35: 63–78.
- TÜRE, H. (2009). Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Sosyal Kaygı Düzeyini Etkileyen Faktörler. Uzmanlık Tezi. Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi.
- ÜMMET, D. (2007). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygının Cinsiyet Roller ve Aile Ortamı Bağlamında İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- YENİDÜNYA, A. (2005). Lise Öğrencilerinde Rekabetçi Tutum, Benlik Saygısı ve Akademik Başarı İlişkisi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- ZHANG, L. (2001). Thinking Styles, Self-Esteem, and Extracurricular Experiences. **International Journal of Psychology**, 2001, 36 (2), 100–107.

Turkish Studies

International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic
Volume 8/6 Spring 2013

