

Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerini Etkileyen Faktörler

The Factors Affecting the Shyness Levels of University Students

Galip YÜKSEL

G.Ü., Gazi Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı ANKARA-TÜRKİYE

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının önemli yordayıcılarını belirlemektir. Betimsel türden bir çalışma olan bu araştırma Gazi Üniversitesinin Gazi Eğitim Fakültesinde okuyan 202 öğrenciyi kapsamaktadır. Veriler, Utangaçlık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ve Geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ile elde edilmiştir. Öğrencilerin utangaçlıklarını açıklamada çoklu regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için özsaygı, algılanan akademik başarı durumu ve annenin eğitim düzeyinin; utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Anahtar sözcükler: Üniversite öğrencileri, utangaçlık, utangaçlıkla ilgili değişkenler: benlik saygısı.

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the important indicators of shyness of university students. The study is descriptive and it consists of 202 students who study at Gazi University, Gazi Education Faculty. The data in this study were collected by using Shyness Scale", "Cooper Smith Self-Esteem Inventory", "UCLA Loneliness Scale" and Individual information Form that was developed by the researcher. In analyzing the data related to students' shyness, multi-regression was used. Results indicated that self-esteem; perceived academic achievement and the mother's education level are important indicators of shyness.

Key words: University students, shyness, and variables of shyness such as self-esteem, loneliness

1. GİRİŞ

Kişiler arası ilişkileri etkileyen önemli etmenlerden birisi de başkalarının bulunduğu yerde yaşanan tedirginlik ve kısıtlanma duygusu olarak tanımlanabilecek olan “utangaçlık”, tır (Jones, Briggs ve Smith, 1986). Utangaçlık bireyin yeni insanlarla tanışmasını, yeni arkadaşlar edinmesini ve değişik yaşantılardan zevk almasını güçleştiren önemli etmen olarak görülmektedir (Zimbardo, 1977). Enç’ e göre (1980) utangaçlık, başkaları ile olan ilişkileri sırasında duyulan ve doğru davranışları ketleyen rahatsız edici duygudur. Carducci (2000) de utangaçlığı, genel olarak kişiler arası ilişkilerde yaşanan aşırı sıkılganlıktan, benlik saygısının düşük olmasından ve reddedilme korkusundan dolayı ortaya çıkan kişiler arası bir sorun olarak görmektedir. Eskiden meziyet olarak kabul edilen utangaçlık günümüzde kişinin yaşamını, iş ve toplumsal performansını olumsuz yönde etkileyen önemli bir problem olarak kabul ediliyor. Utangaçlık bireyin okul, iş ve aile yaşamında başarısız olmasına yol açıyor. İş yaşamında pek çok kişi utangaç olduğu için kendini gösteremiyor, hakkettiği konuma gelemiyor. Okul ve iş hayatında utangaçlığı yüzünden yeteneklerini gösterme fırsatı bulamıyor.

Utangaçlığın nedenleri konusunda çeşitli yaklaşımlar olmasına rağmen, anne-baba ve çocuk etkileşiminin önemli olduğu konusunda genel bir düşünce birliği vardır. Ebeveyni tarafından sürekli azarlanan, aşırı korunup kollanan, inisiyatif kullanmasına izin verilmeyen, yetersiz ya da beceriksiz olduğu kendilerine hissettirilen çocuklar ilerideki yaşamlarında utangaç, çekingen, ürkek, kendi başlarına karar veremeyen, sosyal ilişkiler kurmakta zorluk çeken yetişkinler olarak karşımıza çıkıyorlar. Aşırı utangaçlık duygularıyla büyüyen çocuk, başkaları karşısında utanma duygusundan kendini kurtaramıyor. Bu yüzden toplumdaki kaçmaya başlıyor, başkalarıyla konuşmaktan çekiniyor. İnsanlarla iletişim kurmaktan kaçındığı için bu konuda bilgisiz ve yetersiz kalıyor. Herhangi bir kişiyle konuşurken hata yapacağı kaygısı, onu, giderek insanlardan uzaklaştırıyor.

Utangaçlığın evrensel bir kavram olduğu; aynı oranda yaşanmasa ve aynı şekilde tanımlanmasa da utangaçlığın her kültürde var olduğu öne sürülmektedir (Carducci ve Zimbardo, 1995). Amerika da yapılan araştırma ya göre utangaçlığa en fazla Asya kökenli Amerikalılarda, en az da Yahudi kökenli Amerikalılarda rastlanmıştır (Henderson ve Zimbardo, 1998). Benzer şekilde, Paulhus, Duncan ve Yik (2002) dört

ayrı çalışma verilerini analiz ederek, utangaçlığın Doğu Asyalı öğrencilerde, Avrupalı öğrencilere göre daha yaygın olduğunu bulmuşlardır.

Utangaçlık toplumu oluşturan bireylerin önemli bir bölümünün yaşadığı bir sorundur. Amerika'da utangaçlık üzerine yapılan bir araştırmada, araştırma kapsamına alınan bireyler arasında kendisini utangaç olarak tanımlayanların oranının % 50'lere kadar yükseldiği görülmektedir (Henderson ve Zimbardo, 1998).

Utangaçlık, genellikle bütün toplumlarda benzer biçimde yaşanan bir duygudur ve yeni sosyal uyaranların üstesinden gelebilmek için insanların kullandıkları bir mekanizmadır. Utangaçlık korku, ilgi, gerginlik ve hoş gitme gibi duyguların bir karışımı olarak hissedilir. Fizyolojik olarak ta kalp atışında ve kan basıncında artış bu duygulara eşlik eder (Hyson ve Van Trieste, 1987). Ayrıca utangaçlıkta huzursuzluk, engellenme ve kaygı tepkileri kendisine yönelik aşırı farkındalık ve başkalarının yanında sessiz kalma oldukça belirgindir (Jones, Briggs ve Smith, 1986).

Utangaçlık, bireylerin genelde yaşamlarını, özelde ise eğitim yaşamı, meslek yaşamı, arkadaş ve aile yaşamını etkileyen bir değişkendir. Bir çok insan için utangaçlık, temel ihtiyaçların önündeki bir engeldir. Utangaçlık insanları kontrol eder ve onları sınıfta, sosyal ve iş ortamında etkisiz kılar (Carducci, 2000). Kendine güvenme, kendini ifade edebilme, bireyin yaşamının bir çok bölümünde gereksinim duyacağı özelliklerdir. Bu özelliklere sahip olduğu taktirde birey iş başvurularında yapacağı mülakatlarda, iş seminerlerinde ya da okulda hazırladığı ödevi sunma gibi yaşamında karşılaşılabileceği buna benzer durumlarda başarılı olabilecektir. Buna karşın utangaç bireyin özellikleri düşünüldüğünde bu tür durumlarda başarılı olma olasılığının oldukça az olduğu söylenebilir. Ayrıca başarılı olsalar bile mesleklerinde utangaç olmayanlar kadar kolay gelişme gösteremezler (Arens, 2000).

Utangaç bireylerin yeni ya da gergin bir ortama alışma süreleri oldukça uzundur. Özellikle, stresli durumlarda utangaçların daha fazla zamana ihtiyaçları vardır (Carducci, 2000).

Utangaç kişiler kendileriyle ilgili endişe yaşarlar ve kendileri hakkında olumsuz düşüncelere sahiptirler. Utangaç kişiler sosyal ortamlardaki hoşnutsuzluğu abartma eğilimindedirler ve başkalarının göstermiş olduğu olumsuz tepkilerden kolaylıkla etkilenirler. Kendileriyle ilgili olumsuz yargılar utangaç bireyin düşük özsaygı geliştirmesine neden olmaktadır. Utangaç kişiler, sosyal ortamlarda kaygıdan ziyade

bilişsel anlamda bir rahatsızlık yaşamaktadırlar. Utangaçlıkla ilgili ciddi sorunu olan bireyler, sosyal ortamlara katılamazlar, konuşmakta zorlanırlar, ve diğer insanlara az ilgi gösterirler. Bu da onların yalnızlığa itilmelerine ve kendilerini yalnız hissetmelerine neden olur (Henderson ve Zimbardo, 1988).

Zimbardo (1977), utangaçlığın sosyal ilişkiyi etkileme biçimini şu şekilde sıralamaktadır:

- Utangaçlık, yeni insanlarla tanışmayı, yeni arkadaşlıklar kurmayı ya da yeni yaşantılardan zevk almayı güçleştirir.
- Utangaçlık, kişiyi haklarını talep etmekten alıkoyarak fikirlerini ya da değer yargılarını ifade etmesini güçleştirir.
- Utangaçlık kişinin tepkilerine odaklanmasına neden olur.
- Utangaçlık, net bir şekilde düşünmeyi ve etkili bir şekilde iletişim kurmayı güçleştirir.
- Utangaçlık depresyon, kaygı ve yalnızlık gibi olumsuz duygulara eşlik eder.
- Utangaçlık, sahip olunan olumlu ve güçlü kişisel yönlerin başkaları tarafından da olumlu olarak değerlendirilmesini kısıtlar.

Sosyal engellenme olarak görülen utangaçlığın insanları etkileme biçimi, başkalarının bulunduğu ortamlarda çekingen olmaktan, bireyin yaşamını tümüyle etkileyen travmatik kaygı durumlarına kadar çeşitlilik göstermektedir. Genel olarak bireyde belli durum ve belli kişilere karşı yoğun utangaçlık duyguları hakimdir. Bu duygular bireyin sosyal yaşamını ve işlevlerini engelleyebilmektedir. Orta düzeyde utangaç olan bireyler, sosyal becerilerden yoksundurlar ya da güvensizdirler. Kronik utangaçlar ise insanlarla birlikte iken insanlardan kaçınma ya da saklanma alternatifinin dışında yoğun çaresizlik duyguları yaşarlar. Daha kötüsü utangaçlık ciddi bir nevroz biçimine dönüşebilir (Zimbardo, 1977).

Johnson ve Petzel (1991) de utangaç bireylerin kendilerini sosyal ortamlardan çekerek sosyal başarısızlığa ve sonuçta da depresyona kadar gidebilecek bir kısır döngünün içine düşebileceklerini vurgulamaktadır. Araştırmacılar, bunun tüm utangaç bireylerin depresyona girdikleri anlamına gelmediğini, ancak utangaçlığın depresyon için muhtemel bir risk işareti olduğunu belirtmişlerdir.

Utangaçlığın, davranışsal, duyuşsal, bedensel ve bilişsel öğelerin karmaşık bir birleşimi olduğu öne sürülmektedir (Henderson ve Zimbardo (1998) utangaçlık semptomlarını dört grupta ele almaktadır: (1) davranışsal, (2) fizyolojik, (3) bilişsel ve (4) duygusal. Bu alanlarla ilgili belirtiler aşağıda verilmiştir:

1. Psikomotor belirtiler: Utangaçlığın psikomotor belirtileri arasında, geri çekilme ve pasiflik, göz temasından kaçınma, korku duyulan ortamlardan kaçınma, alçak sesle konuşma, vücut hareketinin ya da ifadesinin çok az olması ya da abartılı şekilde gülme, konuşma akıcılığında bozukluklar, sinirli davranışlar, elle ya da yüzle oynama sayılabilir.

2. Fizyolojik belirtiler. Utangaçlıkla ilgili fizyolojik belirtiler arasında hızlı kalp atışı, ağız kuruluğu, soğuk soğuk terleme ya da titreme, baş dönmesi ya da baygınlık hissetme, karın ağrıları, bireyin kendisini ya da durumunu “gerçek dışı” olarak hissetmesi, kontrolü kaybetme korkusu, delirme ya da kalp krizi geçirme korkusu sayılabilir.

3. Bilişsel belirtiler: Utangaçlıkla ilgili bilişsel belirtiler arasında kendisiyle, durumla ve başkalarıyla ilgili olumsuz düşünceler geliştirme, değerlendirilmekten korkma ve başkalarına aptal görünme korkusu, endişe etme, mükemmeliyetçilik, özellikle sosyal etkileşimleri sonrasında, kişinin kendi kendini suçlaması, kendisinin zayıf ve başkalarının güçlü olduğuna dair olumsuz inançlar geliştirmesi sayılabilir. Birey çoğu zaman bu durumun farkında değildir. Benlik kavramıyla ilgili yapılan hatalar; “ben sosyal anlamda yetersizim ya da etkileyici değilim” şeklinde ifade edilir.

4. Duygusal belirtiler: Utangaçlığın duyuşsal belirtileri ise şunlardır: Utanma ve kendi farkındalığıyla ilgili acı çekme, düşük özgüven, üzgün olma hali, yalnızlık, depresyon ve kaygıdır.

Utangaç bireylerin en önemli sorunlarından bir diğeri de ilişkiye başlayamamalarıdır (Carducci, 2000) Utangaç bireyler, başkalarıyla birlikte olmayıp, yani onlara hiç görünmeyerek önemsiz olma ve onların içlerinde bulunarak değersiz olma gibi iki durum arasında sıkışıp kalırlar. Her iki durumda utangaç bireylerin yaşamak istemedikleri durumlardır. Böyle bir durumda da bireyler temelde iki sorunla karşı karşıya kalırlar: Bunlar (1) Tamamen dışlanma, depresyona girme, yalnızlığa itilme, insanlarla tanışma ve arkadaş edinmede zorlanma gibi sosyal problemler, (2) utangaç kişilerin başkalarının yanında net düşünemedikleri ve olumsuz yargılara sahip oldukları

için davranışsal olarak karşılıklı konuşmalarda donup kaldıkları bilişsel problemlerdir (Carducci ve Zimbardo, 1995).

Henderson ve Zimbardo (1998) 'e göre utangaç kişiler sosyal ortamlardaki hatalar için kendilerini suçlarken elde edilen başarıların ise dış kaynaklı olduğunu düşünürler. Bir konuda başarısız olduklarında hatayı kalıcı ve kontrol dışı olarak görürler. Bu da onları hem bilişsel olarak sekteye uğrattır hem de özgüvenlerinin azalmasına neden olur. Utangaç kişiler arasında kendini suçlama sadece belirgin sosyal durumlar için geçerli olsa da, yaşam boyu kendini suçlama yalnızlığa ve depresyona neden olabilir.

Utangaç bireyler sosyal yaşantıda, içinde buldukları ortamla ya da diğer insanlarla değil sürekli olarak kendi davranışlarıyla ilgilenirler. Kendisine yönelik olumsuz inançları aklına gelince iyice gerilirler ve utangaçlıkları artar (Carducci ve Zimbardo, 1995).

Utangaç bireyler daha çok çevresinden gelecek geribildirimlerle ilgilenirler. Ancak utangaç bireyler olumsuz geribildirimleri doğru algılamakta ve doğru olduklarını hemen kabul etmekte, olumlu geribildirimleri ise yok saymaktadırlar. Hatta, olumlu geribildirimler aldıklarında kendilerini rahatsız hissetmektedirler (Henderson ve Zimbardo, 1998). Utangaç bireyler nasıl göründükleri, başka insanların onlar hakkında ne düşündükleri ve başka insanların onlardan hoşlanıp hoşlanmadıkları gibi konularda endişe yaşarlar. Yanlış şeyler söylemekten korktukları için konuşmazlar; diğer insanların kendi fikirlerine dikkat etmeyeceklerini ve önem vermeyeceklerini düşünürler (Gard, 2000).

Utangaç bireyler mümkün olduğunca az konuşurlar, genelde konuşmayı başlatmazlar, konuşmak zorunda kaldıklarında da gözlerini kaçırırlar ve az mimik kullanırlar. Konuşmalarda karşı çıkıp tartışmaktansa genelde uzlaşma yolunu seçerler. Sosyal davranışları başlatmadaki isteksizlikleri kendi yeteneklerine olan inançlarının zayıf olmasından kaynaklanmaktadır (Henderson ve Zimbardo, 1998).

Utangaçlıkla ilgili yapılan çalışmalarda kendi kendini suçlama ve kendi farkında lığın çok yüksek olması, olumsuz değerlendirilme korkusunun ve utangaçlığın önemli belirleyicileri olarak ortaya çıkmıştır. Bireyin sık sık kendini suçlaması ve kendisine yönelik olarak sürekli olumsuz düşünmesi bireyde kendisi hakkında yanlış ve olumsuz inançların oluşmasına neden olur. Bu süreç olumsuz benlik saygısı geliştirmesine ve öz saygısının azalmasına yol açabilir. Bu düşüncenin sonucu olarak birey, kendisiyle ilgili

fiziksel sosyal ya da akademik yeterliğine ilişkin olumsuz değerlendirmeler yaparak, kendisini engeller.

Utangaç bireylerin nasıl arkadaş olacaklarını ve bunu nasıl sürdüreceklerini; iletişim kurabilmeyi, karşı cinsle buluşup dışarıya gidebilmeyi ve bir gruba ya da toplantıya nasıl katılacaklarını öğrenmeye ihtiyaçları vardır. Diğer bir deyimle utangaç bireylerin yaşam becerilerini edinmeye gereksinimleri vardır.

Utangaçlık ve özsaygı ilişkisi

Çoğu utangaç kişi düşük özsaygıları nedeniyle rahatsız olacaklarını düşündükleri her ortamdan kaçma eğilimi gösterirler. Dolayısıyla da kendilerini diğer insanlardan soyutlayarak sadece kendi eksikliklerine ve kusurlarına odaklanırlar ve yalnızlığa itilirler (Zimbardo, 1977).

Utangaç bireylerin kendilerine yönelik olumsuz algıları vardır ve bu algılar onların sosyal ortamlardaki davranışlarını da olumsuz etkiler. Bu da onların özsaygılarının düşmesine ve utangaçlıklarının artmasına neden olur (Henderson ve Zibardo, 1998). Diğer yandan Arends (2000) genel düşüncenin aksine utangaç bireylerin aşağılık kompleksine ya da düşük özsaygıya sahip olmadıkları savunmaktadır. Utangaç bireylerin kişiler arası ilişkileri esnasındaki yaşantılarından kaynaklı olarak aşağılık kompleksi geliştirebileceklerini, ancak buradaki düşük özsaygının utangaçlığın nedeni değil aksine sonucu olduğunu vurgulamaktadır.

Page (1989) de utangaç bireylerin düşük özsaygı geliştirme olasılıklarının utangaç olmayan bireylere göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Kemple (1995) ise düşük özsaygı ile utangaçlık arasında döngüsel bağ olduğunu ve bu döngüsellikte birbirlerini etkilediklerini savunmaktadır. Ona göre kendine daha az güvenen ve özsaygısı düşük olan çocuk sosyal etkileşime girmedi daha tereddütlü olacaktır ve utangaç davranacaktır. Utangaçlığı nedeniyle sosyal ilişkilerinde beceriksiz, başarısız ve karşılığını alamayan çocuk da düşük özsaygıyı devam ettirecektir. Utangaçlıkla düşük özsaygı arasındaki bu döngü sürekli devam edecektir.

Crozier (1990) da sosyal ortamlardaki yaşantıların utangaçlığı ve özsaygıyı etkilediğini vurgulayarak bireylerin hoş olmayan mahcubiyet yaşantılarının, özsaygılarının düşmesine ve utangaçlık duygusunun ortaya çıkmasına neden olduğunu savunmuştur.

Utangaçlık ve yalnızlık ilişkisi

Yalnız öğrenciler, büyük bir olasılıkla sosyal olarak kısıtlanmış ve dolayısıyla da kişiler arası iletişim becerileri gelişmemiş bireylerdir (Booth, Barlett ve Bohnsack, 1992). Utangaç bireylerin sosyal ortamlarda bulunmadıkları için çok az arkadaşları vardır. Bu da onları yalnızlığa iter.

Utangaç bireylerin yalnızlığa itilmelerinin nedenlerinden birisi akranları tarafından reddedilmeleridir. Reddedilme, utangaç bireylerin sosyal ortamlara girmemelerinden ve sosyal becerilerinin yetersiz olmasından kaynaklanmaktadır (Carducci, 2000). Utangaç bireyler sosyal ortamlardan uzak durmanın doğal sonucu olarak yalnızlığa mahkum olurlar (Carducci ve Zimbardo, 1995).

Yurt dışında utangaçlıkla ilgili çok sayıda araştırma yapıldığı gözlenmektedir. Türkiye de ise gündelik yaşamda sıkça kullanılan utangaçlığın bilimsel açıdan oldukça yeni olduğu görülmektedir (Güngör, 2001, Gökçe, 2001)

Carducci (2000)' nin utangaç bireylere uyguladığı anket sonucunda, utangaç bireylerin % 82'si yaşadıkları utangaçlık duygusundan hoşlanmadıklarını, % 85'i de utangaçlıklarının yenmek için bir şeyler yapabilmeyi gerçekten istediklerini ifade etmişlerdir. Dünya da olduğu gibi Türkiye de de bireylerin yaşadıkları utangaçlık tan hoşnut olmadıkları öne sürülebilir Ergenlik dönemi utangaçlığın yoğun olarak görüldüğü ve utangaç bireylerin en çok etkilendiği dönemdir. Dolayısıyla ergenliğin son döneminde ve yetişkinliğin başlangıcında bulunan üniversite öğrencileri için utangaçlık oldukça ciddi bir sorundur. Üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının üstesinden gelebilmeleri ve utangaçlığın ortaya çıkmasını engelleyebilmeleri için, önce utangaçlığın ne olduğunu ve yaşamlarını nasıl etkilediğini bilmeye ve bunun üstesinden gelebilmek için ne tür yardımlar alabileceğini bilmeye gereksinimleri vardır. Bu noktada, öğrencilere psikolojik danışma ve rehberlik yardımı önerilebilir.

Bu araştırmanın amacı; annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu, algılanan akademik başarı durumu, yalnızlık ve özsaygı değişkenlerinin üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeylerini yordama güçlerini belirlemektir.

Bu amaca dayalı olarak araştırmada; annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu, algılanan akademik başarı durumu, yalnızlık ve özsaygı ölçekleri puanları, üniversite

öğrencilerinin utangaçlık ölçeği puanlarının önemli birer yor dayıcısı mıdır ? sorusuna yanıt aranmıştır.

Bu araştırma, öğrencilerin utangaçlık düzeyleri Utangaçlık Ölçeğinin, özsaygı düzeyleri “Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri”nin ve yalnızlık düzeyleri de “UCLA Yalnızlık Ölçeği”nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

2. YÖNTEM

Desen

Araştırma, utangaçlığın, seçilmiş bazı değişkenlerle olan ilişkisini açıklamaya dönük betimsel bir çalışmadır. Korelasyon desenlerinde aralarında ilişki olan iki değişken de birbirini için yordayıcı-bağımsız değişken konumundadır. Bu değişkenlerden hangisinin bağımsız değişken hangisinin bağımlı değişken olacağı, pratiğe ve araştırmanın amacına göre tayin edilir. Bu çalışmada değişkenlerden birinin bağımlı, diğerlerinin bağımsız olarak ele alındığı çoklu regresyon deseni kullanılmıştır. Çalışmada, üniversite öğrencilerinin utangaçlık düzeyleri bağımlı (yordanan) değişken olarak alınmıştır. Öğrencilerin utangaçlık düzeyleri “Utangaçlık Ölçeği” inden elde edilen puanlarıdır. Öğrencilerin utangaçlıkları üzerinde etkisi araştırılan bağımsız değişkenler ya da faktörler aşağıda verilmiştir.:

- Yalnızlık düzeyi. UCLA yalnızlık ölçeği ile elde edilen puandır.
- Özsaygı. Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ile elde edilen puandır.
- Annenin eğitim
- Babanın eğitim düzeyi
- Algılanan akademik başarı durumu

Çalışma Grubu

Araştırma 2001-2002 Öğretim Yılı Bahar döneminde Gazi Üniversitesi gazi eğitim Fakültesi Sınıf Öğretmenliği ve İngilizce Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören öğrencilerden araştırmaya gönüllü katılan 202 öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 57'si (% 28) kız, 145'i (% 72) erkektir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada gereksinim duyulan verilerin toplanması aşamasında Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi nin İlköğretim Bölümü (Fen Bilgisi Öğretmenliği, Okul Öncesi Öğretmenliği) ve Yabancı Diller Bölümü (İngilizce Öğretmenliği) öğrencilerine, Utangaçlık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri ve Geliştirilen Kişisel Bilgi Formu ölçme araçları uygulanmıştır. Bu araçların geçerliğine ve güvenilirliğine ilişkin bilgiler aşağıda açıklanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma da, Utangaçlık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği, ve Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri kullanılmıştır..

1. Utangaçlık Ölçeği

öğrencilerin utangaçlık düzeyi, Güngör (2001) tarafından geliştirilen 20 maddelik “Utangaçlık Ölçeği” kullanılarak belirlenmiştir

Bireylerin utangaçlık düzeylerini ortaya koymak amacıyla orijinali Cheek ve Buss tarafından 1981 yılında 9 maddelik olarak geliştirilen ve daha sonra 1983 te Cheek tarafından madde sayısı 13 e çıkarılan utangaçlık ölçeği “Syness Scale” kullanılmıştır. Orijinal ölçeğin geçerlik çalışmasında benzer ölçekler geçerliği yöntemi seçilmiş ve benzer ölçek olarak Sosyal Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Sonuç olarak utangaçlıkla sosyal kaçınma arasında .77, sosyal kaygı arasında.86 korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, bireylere “utangaçlık sizin için ne kadar problemdir ?” sorusu sorulmuş ve alınan yanıtlarla utangaçlık ölçeği puanları arasında .68 korelasyon elde edilmiştir.

Ölçeğin güvenirlik çalışmasında iç tutarlığı saptayabilmek için hesaplanan Cronbach alfa .90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenirliğini saptamak için ikinci yöntem olarak test-tekrar test yöntemi kullanılarak ölçek 45 gün arayla iki kez uygulanmış ve iki uygulama arasındaki korelasyon .88 olarak bulunmuştur.

Türkiye de utangaçlık ölçeği Güngör (2001) tarafından Türkçe ye uyarlanmış, geçerlik ve güvenirliği gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmalarında ilk basamak olarak ölçek önce Türkçe ye çevrilmiş. Çevirisi yapılan bu ölçekteki ifadelerin “utangaçlığı” yansıtıp yansıtmadığı ölçmek için uzman görüşüne başvurulmuştur. İkinci basamakta, 300 üniversite öğrencisine , kendilerini hangi durumlarda utangaç hissettiklerine” ilişkin açık uçlu bir soru sorularak bir liste oluşturulmuştur. Öğrencilerin verdikleri

cevaplardan oluşturulan ve Cheek'in utangaçlık ölçeğindeki maddelerle aynı ya da benzer olan maddeler çıkartılmış ve öğrencilerin verdikleri cevaplardan elde edilen 7 madde, Cheek'in 13 maddelik ölçeğine eklenmiş 20 maddelik yeni bir ölçek oluşturulmuştur.

Güngör, (2001) ölçeğin, testin tekrarı yöntemi ile elde edilen güvenilirlik katsayısını .83; iç tutarlığı saptamak amacıyla hesaplanan Cronbach Alfa katsayısını .91 olarak bulmuştur. Ölçeğin geçerliği için "Benzer Ölçekler Geçerliği" yöntemi uygulanmış ve bu amaçla "Sosyal Durumlarda Kendini Değerlendirme Envanteri" kullanılmış, aradaki ilişki .78 olarak bulunmuştur. Yapı geçerliği amacıyla yapılan faktör analizi, ölçeğin tek boyutlu olarak değerlendirileceğini sonucuna varılmıştır.

Utangaçlık ölçeği, 20 maddeden oluşan ve bireylerin kendilerini ne kadar utangaç olarak algıladıklarını ortaya koyabilecekleri duygu ve davranışlara yönelik ifadelerin yer aldığı 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçek, bireylerden ölçekteki ifadelerin karşısında bulunan "Bana Hiç Uygun Değil", "Uygun Değil", "Kararsızım", "Bana Çok Uygun" seçeneklerinden birisini seçmeleri istenerek uygulanmaktadır. Utangaçlık ölçeği, "Bana Hiç Uygun Değil" seçeneğine 1 (Bir), "Uygun Değil" seçeneğine 2 (İki) "Kararsızım" seçeneğine 3 (Üç), "Bana Çok Uygun" seçeneğine 4 (Dört), "Bana Çok Uygun" seçeneğine 5 (Beş) puan verilerek puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20 dir. Bireyin puanının yüksek olması, kendisini "utangaç" olarak algıladığını göstermektedir.

UCLA Yalnızlık Ölçeği

Öğrencilerin yalnızlık düzeyleri orijinali Russel, Peplau ve Ferguson (1978 tarafından geliştirilen ve Demir (1989) tarafından Türkçe ye uyarlanan 20 maddelik "UCLA Yalnızlık Ölçeği" (University of California Los Angeles Loneliness Scale) kullanılarak değerlendirilmiştir.

Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında ilk Form ile 1980'de gözden geçirilen form arasında 0.91 korelasyon bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur.

Demir (1989) tarafından benzer ölçekler geçerlik yöntemi ile UCLA yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik çalışması yapılmıştır. Benzer ölçek olarak Aydın ve Demir (1988) tarafından geliştirilen Çok Yönlü Depresyon Ölçeği'nin Sosyal İçedönüklük alt ölçeği ile UCLA yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik çalışmasında sık kullanılan Beck Depresyon

Envanteri alınmış ve sosyal İçerik Dönüklük alt ölçeği ile .82, Beck Depresyon Envanteri ile ise .77 korelasyon bulunmuştur.

Ölçeğin güvenilirliği için yapılan çalışmada Cronbach Alfa Katsayısı .96, beş hafta arayla uygulanan test-tekrar test yöntemi elde edilen korelasyon katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur.

UCLA yalnızlık ölçeği 10'u düz, 10'u ters yönde kodlanmış 20 maddeden oluşmaktadır. Bireylerden maddelerde yer alan durumları ne sıklıkla yaşadıklarını dörtlü Likert tipi ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Ölçek olumlu yöndeki ifadeleri içeren maddelere, "hiç yaşamam" 4, "nadiren yaşarım" 3, "bazen yaşarım" 2, "sık sık yaşarım" 1 puan; olumsuz ifadeleri içeren maddelere ise bunun tam tersi olarak, "hiç yaşamam" 1, "nadiren yaşarım" 2, "bazen yaşarım" 3, "sık sık yaşarım" 4 puan verilerek puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20 dir. Ölçekten alınan puan arttıkça yalnızlık düzeyi de artmaktadır (Demir, 1989).

Özsaygı Ölçeği

Öğrencilerin özsaygı düzeyleri, orijinali 1967 yılında Coopersmith tarafından geliştirilen ve Türkiye de geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Aksoy, (1992); Pişkin (1997) tarafından yapılan 25 maddelik "Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri" kısa formu kullanılarak değerlendirilmiştir.

Coopersmith tarafından geliştirilen bu ölçek, özsaygı ile ilgili kendini küçümseme, liderlik-popülerlik, anne-baba-aile, atılganlık ve kaygı gibi faktörleri kapsayan 25 maddeden oluşmaktadır. Bu araştırma da ölçeğin ölçtüğü alt faktörler değil genel özsaygı puanı dikkate alınmıştır.

Ölçeğin geçerlik çalışmasında Cronbach alfa katsayısı .86, benzer ölçekler geçerliği ise .60 olarak bulunmuştur (Alıntı: Pişkin, 1997).

Güvenirlik çalışmasında Coopersmith aracın test-tekrar test güvenilirlik katsayısını beş hafta arayla uygulaması sonucunda .88, üç yıl arayla uygulaması sonucunda ise .70 bulunmuştur. Yine Coopersmith aracın Kuder Richardson güvenilirlik katsayısını kızlar için .91, erkekler için .80 olarak bulmuş tuştur (Alıntı: Pişkin, 1997).

Türkiye de yapılan güvenilirlik çalışmalarında Pişkin (1997), envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenilirlik katsayısını .76 olarak bulmuştur.

Coopersmith Benlik Saygısı Envanteri 25 maddeden oluşan bir ölçektir. Bireylerden ölçekte yer alan ifadelere “Evet” veya “Hayır” seçeneklerinden birini işaretlemeleri istenmektedir. Bireyler ölçekteki bazı maddeler için “Evet” i işaretlediklerinde bazı maddeler için ise “Hayır” ı işaretlediklerinde puan almaktadırlar. Puanlamaya giren maddeler işaretlendiğinde 4 (Dört), diğerlerine ise 0 (Sıfır) puan verilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 0’dır. Ölçekten alınan puan yükseldikçe bireylerin özsayıları da yükselmektedir.

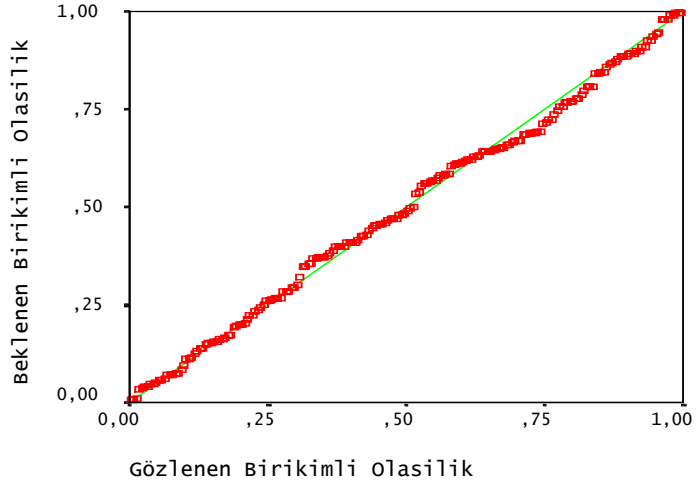
Katılımcıların, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve algılanan akademik başarı durumuna ilişkin bilgiler ise, yukarıda belirtilen ölçeklerin uygulanması sırasında verilen “Kişisel Bilgi Formu”, ile toplanmıştır.

Verilerin Analizi

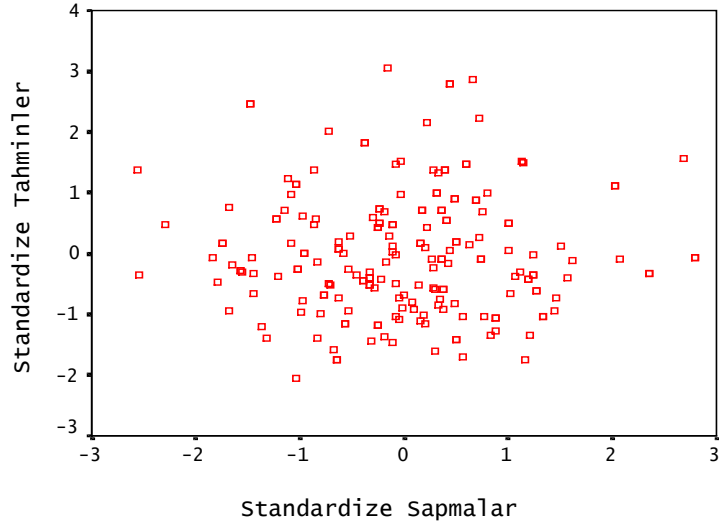
Öğrencilerin utangaçlık düzeyleri ile yukarıda belirtilen bağımsız değişkenler arasındaki ilişki çoklu regresyon analiziyle incelenmiştir. Çoklu regresyon analizi, bağımlı değişken üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olan bağımsız değişkenlere odaklanır. Bağımlı değişkendeki varyansa önemli bir katkı sağlamayan bağımsız değişkenler regresyon modelinin dışında bırakılır. (Büyüköztürk, 2002).

Regresyon analizine utangaçlık düzeyi, yalnızlık düzeyi, özsayı, anne-babanın eğitim düzeyi ve algılanan akademik başarı değişkenleri doğrudan alınmıştır.

Analiz yapılmadan önce, artık (sapma, residual) değerler üzerinden artı eksi ± 3 standart sapma dışında kalan uç değerlerin (outliers) olup olmadığına bakılmıştır. Buna göre, regresyon analizinin “doğrusallık” ve “çok değişkenli normallik” olarak kısaca isimlendirilen varsayımlarının karşılandığı kabul edilmiştir. Ek olarak standardize edilmiş sapma değerler ile standardize edilmiş yordanan değerlerin grafiği çizilmiş, grafiğin belli bir örüntü vermediği, dolayısıyla doğrusallık varsayımının karşılandığı görülmüştür. Standardize edilmiş sapma değerlerle ilgili olarak çizilen gözlenen ve beklenen birikimli olasılık dağılımına ait “Normal P-P” grafiği ise normal dağılımdan önemli bir sapmanın olmadığını göstermiştir. Grafikler Şekil 1-2 de gösterilmiştir.



Şekil 1. Beklenen ve Gözlenen Birikimli Olasılık



Şekil 2. Standardize Tahmini Değerler ve Sapmalar

3. BULGULAR

Üniversite öğrencilerinin, anne, baba eğitim düzeyi, akademik başarı, utangaçlık, yalnızlık ve özsaygı düzeylerine ait betimsel istatistikleri Tablo' 1 de verilmiştir.

Tablo 1. Üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere ait betimsel istatistikleri (N=202)

Değişken	X	S	Değişim Katsayısı %	En Düşük Değer	En Yüksek Değer
Anne eđt	2,1881	,8663	39.59	1,00	5,00
Baba eđt	2,7624	,7999	28.95	1,00	5,00
Başarı	3,8069	,6208	16.30	2,00	5,00
Utangaçlık	52,9257	13,5433	25.58	23,00	95,00
Yalnızlık	37,1000	7,8516	21.16	23,00	57,00
Özsaygı	17,1931	4,9180	28.60	3,00	25,00

Tablo 1'in incelendiğinde betimsel istatistikleri sunulan altı değişkene ait değişim katsayılarının düşük olduğu görülmektedir. Belirtilen değişkenlere ilişkin katsayıların düşük olması, üniversite öğrencilerinin, anne-baba eğitim düzeyleri, akademik başarı düzeyleri, utangaçlık düzeyleri, yalnızlık düzeyleri ve özsaygı düzeyleri bakımından homojen olduklarını göstermektedir.

Üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının önemli yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 2' de verilmiştir

Tablo: 2 Üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları

Değişken	B	Standart hata	Beta (β)	t	p	İkili Korelasyon	Kısmi Korelasyon
Sabit	86,310	9,648		8,946	,000		
Özsaygı	-1,461	,193	-,531	-7,568	,000	-,605	-,477
Yalnızlık	,118	,126	,068	,939	,349	,459	,067
Anne eđt	-3,105	1,080	-,198	-2,876	,004	-,224	-,202
Baba eđt	1,510	1,137	,089	1,328	,186	-,033	,095
Başarı	-2,620	1,225	-,120	-2,139	,034	-,156	-,152

R=0.643 R²=0.413
F (5,196)=27,306 p=.000

Yordayıcı değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, özsayı ve utangaçlık arasında negatif ve orta düzeyde bir ilişkinin olduğu ($r=-.61$), diğer değişkenler kontrol edildiğinde, bu korelasyonun $r=-.48$ olarak hesaplandığı görülmektedir. Yalnızlık ile utangaçlık arasında pozitif ve orta düzeyde ($r=.46$) bir ilişki vardır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde, bu korelasyonun $r=.07$ olarak hesaplandığı görülmektedir. Annenin eğitim düzeyi ile utangaçlık puanları arasında negatif ve orta düzeyde ($r=-.22$) bir ilişki vardır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde hesaplanan korelasyon değeri ise $-.20$ dir. Baba eğitimi düzeyi ile utangaçlık arasında negatif ve düşük bir ilişkinin olduğu ($r=-.03$) görülmektedir. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde hesaplanan korelasyon değeri ise $.09$ dur. Algılanan akademik başarı ve utangaçlık arasında negatif ve düşük bir ilişkinin olduğu ($r=-.16$) ve diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun $-.15$ olarak hesaplandığı görülmektedir.

Yordayıcı değişkenlerle, utangaçlık arasındaki ilişkiyi tanımlayan regresyon katsayılarının işaretlerine bakıldığında utangaçlıkla, yalnızlık arasındaki ilişkinin pozitif; özsayı, annenin eğitimi, babanın eğitimi, ve algılanan akademik başarı değişkenleri arasındaki ilişkinin negatif olduğu görülmektedir. Regresyon eşitliğine önemli yordayıcıları olarak giren beş değişken birlikte, Türk üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarına ilişkin varyansın % 41'ini açıklamaktadır.

Özsayı, yalnızlık, anne-babanın eğitim düzeyi, ve algılanan akademik başarı değişkenleri birlikte, üniversite öğrencilerin utangaçlık puanları ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir. ($R=0.643$, $R^2=0.413$, $p<=.05$)

Adı geçen beş değişken birlikte utangaçlıktaki toplam varyansın %41'ini açıklamaktadır. Utangaçlığın bilinmeyen % 59'luk kısmı da başka değişkenlerden kaynaklandığı söylenebilir.

Standardize edilmiş regresyon katsayıları (β) incelendiğinde utangaçlığı yordama da sırasıyla özsayı, annenin eğitim düzeyi, akademik başarı, babanın eğitim düzeyi ve yalnızlığın yer aldığı görülmektedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, özsayı, annenin eğitim düzeyi ve akademik başarının utangaçlık üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Babanın eğitim düzeyi ve yalnızlık değişkenleri utangaçlık üzerinde önemli bir etkiye sahip değildir.

4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Özsaygının, utangaçlığı yordamasına ilişkin bulgunun tartışma ve yorumu.

Benlik kavramı, fiziksel, sosyal ve akademik yeterliğimize ilişkin bilişsel değer biçmedir. Benlik saygısı ise, benliğe karşı duyuşsal reaksiyonlarımızdır (Eggen ve Kauchak, 2001). Özsaygı, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % .60 ını açıklamaktadır. Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında, utangaçlık puanlarının en önemli yordayıcısı olarak özsaygı değişkeninin ortaya çıktığı ve utangaçlıkla özsaygı arasında negatif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Yani öğrencilerin utangaçlık düzeyleri yükseldikçe özsaygılarının düştüğü, utangaçlık düzeyleri azaldıkça da özsaygılarının yükseldiği söylenebilir.

Buss (1980) yaptığı araştırmada, düşük düzeydeki utangaçlıkla yüksek düzeydeki özsaygı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur (Lawrence ve Bennett, 1992) Cheek ve Buss (1981) da ergenler üzerinde yaptıkları araştırma da değişkenlerden birisi olarak özsaygı yı ele almışlar ve utangaçlıkla ilişkisine bakmışlardır. Sonuçta bu araştırma bulgularını destekler nitelikte; ergenlerin utangaçlık düzeyleri ile özsaygı düzeyleri arasında olumsuz yönde yüksek bir ilişki bulmuşlardır. Yani araştırmada utangaç olan bireylerin düşük özsaygı düzeyine sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Kamath ve Kanekar (1993) Hindistanlı öğrenciler üzerinde yaptıkları araştırmada, öğrencilerin utangaçlık düzeyleriyle özsaygı düzeyleri arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki bulmuşlardır.

Öğrenciler, utangaç oldukları için mi düşük özsaygı geliştirmektedirler yoksa düşük özsaygı ya sahip oldukları için mi utangaçtırlar ? Öğrencilerin fiziksel, sosyal ve akademik yeterliklerine ilişkin bilişsel değer biçmeleri ve buna karşı duyuşsal reaksiyonları utangaçlığın önemli bir yordayıcısıdır. Bu sonuç utangaçlığın bilişsel ve duyuşsal yönünü ön plana çıkarmaktadır. Benlik kavramı ve benlik saygısının oluşumuna ilişkin literatür her iki değişkeninde çevreden verilen geribildirimlerle önemli ölçüde ilişkili olduğu şeklindedir. Bu durumda özsaygının, utangaçlığı tetikleyen bir değişken olarak görülmesi olasılığını artırmaktadır.

Buna rağmen, öğrenciler utangaç oldukları için mi düşük özsaygı geliştirmektedirler yoksa düşük özsaygı ya sahip oldukları için mi utangaçtırlar ? şeklindeki sorunun

yanıtını vermek oldukça zor olmakla birlikte, utangaçlık ve özsaygının birbirini karşılıklı olarak etkilediklerini söylemek mümkündür.

Biriggs, Sinder ve Smith (1983) yetişkinler üzerinde yaptıkları araştırmada, utangaçlık ile özsaygı düzeyleri arasında orta düzeyden yükseğe doğru değişen olumsuz yönde bir ilişki olduğunu bulmuşlardır.

Carducci (2000)'nin çalışmasına katılan utangaç bireylerin %29'u utangaçlıklarını kendilerinden kaynaklanan içsel nedenlere bağlamışlar ve bu nedenlerin içinde özsaygılarının düşük olmasını da göstermişlerdir. Ayrıca, bu araştırma da utangaç bireylerin çoğunun düşük özsaygıya sahip olduklarını düşündükleri ortaya çıkmıştır.

Jackson ve arkadaşları (2000) nin Amerikalı ve Japon kız öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalardaki regresyon analizi sonucunda öğrencilerin utangaçlık düzeylerini yordayan önemli değişkenlerden birisi olarak özsaygıyı bulmuştur.

Annenin eğitim durumunun utangaçlığı yordamasına ilişkin bulgunun tartışma ve yorumu

Annenin eğitim durumu, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % -.22 sini açıklamaktadır. Bu bulgu literatürle tutarlık göstermektedir (Kağıtçıbaşı, 1998). Bu bulgudan hareketle, çocuğun gelişim sürecinde annenin rolünün daha etkili olduğu ve çocuğun gelişiminde annenin aldığı eğitimin daha önemli bir yere sahip olduğu söylenebilir.

Yalnızlığın, utangaçlığı yordamasına ilişkin bulgunun tartışma ve yorumu

Yalnızlık, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % .45'ini, açıklamaktadır. Araştırmada, utangaçlık puanlarının bir diğer önemli yordayıcısı olarak yalnızlık değişkeninin ortaya çıktığı ve öğrencilerin utangaçlık düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasında olumlu yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır. Yani öğrencilerin utangaçlık düzeyleri arttıkça yalnızlık düzeyleri de artmaktadır. Ancak bu ilişkinin önemli olmadığı görülmektedir. Yalnızlığın, öğrencilerin utangaçlık puanlarını yordamayan bir değişken olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde, araştırmanın bu sonucunu destekleyen ve desteklemeyen bulgular olduğu görülmüştür. Jackson, Nagasaka ve Gunderson (2002) yaptıkları analiz çalışması sonucu yalnızlık ve utangaçlık arasında doğrudan bir ilişkinin olduğunu göstermektedir.

Lamm ve Stepghan (1987) üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırma da öğrencilerin utangaçlık düzeyleri yükseldikçe yalnızlık düzeylerinin de yükseldiğini, yani utangaçlık ile yalnızlık arasında olumlu yönde anlamlı bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Araştırma da utangaç olup ta kendilerini yalnız hissetmeyen ya da yalnız olup ta kendilerini utangaç görmeyen öğrencilerin bulunduğu, ancak bunun araştırma sonucunu etkilemediği saptanmıştır. Benzer şekilde, Kamath ve Kanekar (1993) ın Hindistanlı üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmada utangaçlıkla yalnızlık arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Bu araştırmada utangaç olup ta kendini yalnız hissetmeyen öğrencilerin çoğunlukta olduğu bu nedenle, yalnızlığın öğrencilerin utangaçlık puanlarını yordamayan bir değişken olduğu söylenebilir. Ayrıca Gazi Eğitim Fakültesi'nde öğrenci-öğrenci ve öğrenci-akademik personel arasında olan iletişimin öğrencilerin kendilerini yalnız hissetmelerini engelleyen bir değişken olduğu söylenebilir. Bu iki durumun araştırma sonuçlarını etkilemediği düşünülmektedir.

Algılanan akademik başarının utangaçlığı yordamasına ilişkin bulgunun tartışma ve yorumu

Algılanan akademik başarı durumu, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % -17 'sini açıklamaktadır. Algılanan akademik başarı durumunun da öğrencilerin utangaçlık puanlarının önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Bu bulgu Gökçe'nin (2001) araştırması ile tutarlılık göstermemektedir. Gökçe (2001) lise öğrencilerinde algılanan akademik başarı durumunun utangaçlık puanlarının önemli bir yordayıcısı olmadığını bulmuştur. Araştırmacılar, utangaçlığın başarıyı etkileyebileceğini, utangaç öğrencinin öğretmeninden yardım istemeye ya da derste soru sormaya çekineceği için akademik başarısının düşük olacağını ileri sürmektedirler (Carducci ve Zimbardo, 1995).

Babanın eğitim durumunun, utangaçlığı yordamasına ilişkin bulgunun tartışma ve yorumu

Babanın eğitim durumunun öğrencilerin utangaçlık puanlarını yordamayan bir değişken olduğu görülmüştür. Bu durum, babanın eğitim durumunun utangaçlık üzerinde etkili olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Bu bulgu Gökçe (2001) nin araştırması ile tutarlılık göstermektedir.

Kısaca söylemek gerekirse, araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için özsaygı, algılanan akademik başarı durumu ve annenin eğitim düzeyinin; utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Bundan sonra benzer araştırmaların Türkiye genelinde ve farklı fakülte öğrencilerini kapsayacak şekilde büyük örneklem üzerinde yürütülmesi, üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarını etkileyen çeşitli faktörlerin alanlar için ayrı ayrı incelenmesine ve üniversite öğrencilerine yönelik düzenlenen psikolojik danışmanlık ve rehberlik hizmetlerinin etkinliğini artırılmasına yönelik yararlı bilgiler sağlayacaktır.

Kaynaklar

- Arends, T. (2000). Understanding Shyness. Araneum Nostrum Panic/ Anxiety Ring. [<http://members.aol.com/cybernettr/shyness.html#anchord131942>].
- Booth, R., Bartlett, D. and Bohnsack J, (1992). An Examination of the Relationship Between Happiness, Loneliness and Shyness in College Students. *Journal of College Student Development*, 33 (2), 157-162.
- Briggs, R. S. (1988). Shyness: Introversion or Neuroticism? *Journal of Research in Personality*, 22, 290-307.
- Bullock, R.J. (1993). Children's Loneliness and Their Relationships with Family and Peers. *Family Relations*, 42 (1), 46-49.
- Büyüköztürk, Ş. (2002). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Ankara: PegemA.
- Carducci, J. B ve Zimbardo, G.F. (1995) Are You Shy? *Psychology Today*, 28 (6), 34-46.
- Carducci, J. B. (2000). Shyness: The New Solution. *Psychology Today*, 33 (1), 38-46.
- Cheek, M.J. ve Buss, H.A. (1981). Shyness and Sociability. *Journal of Personality and social Psychology*, 41 (2), 330-339.
- Crozier, W.R. (1990) Shyness and Embarrassment. *Perspectives From Social Psychology*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Demir, A. (1990) UCLA Yalnızlık Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği. *Psikoloji Dergisi*. 7 (23), 14-18.
- Enç, M. (1980) Ruhbilim Terimleri Sözlüğü. Ankara: Türk Dil Kurumu Yayını
- Gard, C. (2000). How To Overcome Shyness. *Current Health*, 2, 27 (1), 28-30
- Goswick, R.A ve Jones, W.H. (1982) Components of Loneliness During Adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 11, 373-383.
- Gökçe, S. (2001) Lise Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerinin Yordanması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi. EBE.
- Güngör, A. (2001). Utangaçlık Ölçeğinin Geliştirilmesi Geçerlik ve Güvenirlik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (15), 17-22.
- Henderson, L ve Zimbardo, F.G. (1998). Syness. *Encyclopedia of Mental Health*. San Diego: Academic Press.

- Hyson, C.M ve Trieste, K.V. (1987). The Shy Child. ARC Professional Services Group (ERIC Processing and Reference Facility). ED: 295741
- Jackson, T, Fritch, A. ve Gunderson, J. (2002). Toward explaining the associating between shyness and loneliness: A Path analysis with American college students. *Social Behavior and Personality*. 30 (3). 263-270.
- Jackson, T., Flaherty, S.R ve Kosuth, R. (2000). Culture and Self Presentation as Predictors of Shyness Among Japanese and American female College Students. *Perceptual and Motor Skills*, 90 (2), 475-482.
- Johnson, J.M. ve Petzel, T.P. (1991). Attributions of Shy Persons in Affiliation and Achievement Situations. *Journal of Psychology Interdisciplinary ve Applied* 125 (1), 51-59, 3 chart.
- Jones, W.H., Briggs, S.R ve Smith, T.G. (1986). Shyness: Conceptualization and Measurement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51 (3) , 629-639.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (1998). Kültürel Psikoloji: Kültür Bağlamında İnsan ve Aile. İstanbul: YKY.
- Kamath, M. ve Kanekar, S. (1993). Loneliness, Shyness, Self-esteem and extraversion. *Journal of Social Psychology*, 133 (6), 855-858.
- Kemple, M. K. (1995). Shyness and Self-Esteem in Early Childhood. *Journal of Humanistic Counseling, Education ve Development*, 33 (4) 173-183.
- Laam, H. ve Stephan, E. (1987). Loneliness Among German University: Some Correlates. *Social Behavior and Personality*, 15 (2), 161-164.
- Page, M. R. (1989). Shyness as a Risk Factor for Adolescent Substance Use. *Journal of School Health*, 59, 432-435.
- Paulhus, D. L., Duncan, J. H, ve Yik, MSM. (2002). Patterns of shyness in the East Asian and European-heritage. *Journal of Research in Personality*. 36 (5) 442-
- Peplau, L.A ve Perlman, D. (1982). Perspectives on Loneliness. (Ed: L.A. Peplau ve D. Perlman) A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy. New York: Wiley..
- Pişkin, M. (1997). Türk ve İngiliz Lise Öğrencilerinin Benlik saygısı Yönünden Karşılaştırılması (21-35). 3. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi Kitabı. Adana: Çukurova Üniversitesi yayını.
- Stevens, J.A. (1997). Utangaçlığınızı Yenin (Çeviren: Gülder Tümer) Ankara: HYB Yayıncılık.
- Zimbardo, G.P. (1977). Shyness: What is it and what to do about it. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing Company.