

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SOSYAL KAYGININ YORDAYICILARI OLARAK DUYGUSAL ZEKÂ VE OTANTİKLİK*

Fatih KOCAOĞLU

Ankara İl Milli Eğitim Müdürlüğü, Kızılcahamam İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü,
Kızılcahamam Rehberlik ve Araştırma Merkezi

fatih.243@hotmail.com

Orcid ID: 0000-0002-9215-3770

Ali ÇEKİÇ

Gaziantep Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı
alicekic@gantep.edu.tr

Orcid ID:0000-0002-7893-268X

Makale Geliş Tarihi: 14.07.2021 **Makale Kabul Tarihi:** 31.08.2021

Makale Türü: Araştırma Makalesi

Atıf: Kocaoğlu, F. & Çekiç, A. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygının Yordayıcıları Olarak Duygusal Zekâ ve Otantiklik. *Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18 (48), 149-169.

Öz

Üniversite öğrencilerinde yaşanan sosyal kaygı, bireylerin kişilerarası ilişkilerini olumsuz etkilemekte, eğitim ve sosyal fırsatlarından yeterli düzeyde yararlanmalarının önüne geçebilmektedir. Bu sebeple üniversite döneminde yaşanan sosyal kaygının ve ilişkili olduğu kavramların araştırılması önem taşımaktadır. Bu çalışmada üniversite öğrencilerinde yaşanan sosyal kaygı düzeyinin bazı demografik değişkenlere göre farklılaşması ve duygusal zekâ ile otantiklik değişkenlerinin sosyal kaygıyı yordama düzeyleri araştırılmıştır. Araştırma ilişkisel tarama tipinde yapılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Gaziantep Üniversitesi'nde öğrenim gören 386 kız ve 217 erkek öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, Duygusal Zekâ Değerlendirme Ölçeği ve Otantiklik Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyi cinsiyet, sınıf ve aile ortamı değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Sosyal kaygı ile hem duygusal zekâ hem de otantiklik negatif yönlü, anlamlı ilişkilere sahiptir. Duygusal zekâsosyal kaygının %21 oranında toplam varyansını açıklarken, otantiklik ise açıklanan varyansa %3 oranında katkı yapmıştır. Sosyal kaygı düzeyi artarken duygusal zekâ ve otantiklik düzeyi azalmaktadır.

* Bu çalışma, 06.07.2020 tarih 11 sayılı ile Gaziantep Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Etik Kurul Komisyonundan izin alınarak gerçekleştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal kaygı, duygusal zekâ, otantiklik, üniversite öğrencileri

EMOTIONAL INTELLIGENCE AND AUTHENTICITY AS PREDICTORS OF SOCIAL ANXIETY IN UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Social anxiety experienced in university students negatively affects interpersonal relationships of individuals and prevents them from benefiting from education and social opportunities sufficiently. For this reason, it is important to investigate the social anxiety experienced during the university period and the concepts associated with it. In this study, the differentiation of social anxiety level experienced by university students according to some demographic variables and the predictive levels of emotional intelligence and authenticity variables were investigated. The research was conducted in accordance with the relational screening model. The study group of the research consists of 386 female and 217 male students studying at Gaziantep University in the 2018-2019 academic year. Personal Information Form, Liebowitz Social Anxiety Scale, Emotional Intelligence Assessment Scale and Authenticity Scale were used as data collection tools. According to the results of the research, the level of social anxiety among university students significantly differentiates according to gender, class and family environment variables. Both emotional intelligence and authenticity have negative and significant relationships with social anxiety. While emotional intelligence explained the total variance of social anxiety by 21%, authenticity contributed 3% to the explained variance. While the level of social anxiety increases, emotional intelligence and authenticity levels decrease.

Keywords: Social anxiety, emotional intelligence, authenticity, college students

Giriş

İnsanın ve yaşamın özü gereği, diğer insanlarla bir arada olma, ilişkiler kurma ve iletişime geçme birer ihtiyaç kabul edilmektedir. Sağlıklı, doyum alınan ve başarılı bir yaşam için diğer insanlarla kurulan ilişkilerin ve iletişimlerin kalitesi büyük önem taşımaktadır. Üniversite dönemi içindeki birey düşünüldüğünde bu sosyal ihtiyaçlar çok daha fazla önem ifade etmektedir. Bu dönemde gerek aileden ayrılıp çoğunlukla ilk defa olan yeni ve daha bağımsız bir yaşama geçiş, gerek üniversite içindeki eğitim yaşantıları gerekse tüm üniversite dönemi düşünüldüğünde sosyal durumların çok çeşitli ve yoğun yaşandığı bir dönem olmaktadır. Yoğun sosyal durumların yaşandığı bu dönemde, kişilerarası ilişkiler ve sosyal durumlarda ortaya konulan performans her zamankinden fazla anlam ve öneme sahip olabilmektedir. Öte yandan bireyin kişilerarası ilişkilerini ve sosyal performansını pek çok durum olumsuz etkileyebilmektedir. Bu durumlardan biri de bireyin yaşadığı sosyal kaygı

düzevidir. Sosyal kaygı bireyin sosyal durumlarda ortaya koyduğu performansın yetersiz olduğu algısına sahip olarak ve diğer insanlar tarafından incelendiği düşüncesiyle, beğenilmeyeceği davranışlarda bulunmaktan fazlaca korku ve kaygı duyması durumudur (HeckelmanveSchneier, 1995). Sosyal kaygı bireyin sosyal performanslarının kalitesini düşürerek sosyal fırsatlardan yeterince ve tam verimli yararlanmasının önüne geçmektedir. Üniversite dönemi içinde bir bireyin yaşadığı sosyal kaygı yaşamının pek çok alanına olumsuz etki edebilmektedir. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalarda sosyal kaygının üniversiteye uyumu zorlaştırdığı (Gökkaya, 2016), bireyin yaşadığı yalnızlığı artırdığı (Er, 2020), iletişim becerilerini olumsuz etkilediği (Toluç, 2020), öfke ve depresyon düzeyleriyle pozitif ilişkili olduğu (Önder, 2020; Gökkaya, 2016), sosyal medya bağımlılığını artırdığı (Aksoy, 2020) ve yaşam kalitesini düşürdüğü (Gültekin ve Dereboy, 2011) ortaya konmuştur. Sosyal kaygının üniversite dönemi içindeki bireye etkileri düşünüldüğünde, bu dönemde yaşanan sosyal kaygının araştırılması ve sosyal kaygıyla bu dönemde baş edilmesi önem taşımaktadır.

Sosyal kaygılı bireyler hissettikleri kaygı ve korkunun gerçeklikle orantılı olmadığını, aşırı ve hatalı olduğunun bilincinde olmalarına rağmen üstesinden gelemezler (Şenol, 2006). Sosyal kaygı ile baş edebilecek uygun yöntemleri uygulamakta güçlük çekerler. Genellikle sosyal durumlardan kaçma, kaçınma, güvenlik davranışları sergileme, alkol ve madde kullanma gibi sağlıksız yollarla kaygıyı yatıştırmaya veya yaşamamaya çalışırlar (APA, 2013; Keskin ve Orgun, 2007). Bu durumlara bakıldığında sosyal kaygı yaşayan kimselerin olumsuz duygularını kontrol edebilme ve bu duygularla baş edebilme gibi duygusal beceriler ve duygusal zekâ özellikleri bakımından yetersizlik yaşadıkları söylenebilir. Nitekim yapılan çalışmalarda da sosyal kaygı yaşayanların, duyguları tanıma, ifade edebilme, kontrol edebilme, düzenleme ve yönetebilme gibi duygusal beceriler bakımından yetersizlik yaşadıkları sonucuna ulaşılmış (Aydın, 2018; Uslu, 2017). Öte yandan sosyal kaygı ile duygusal zekâ özelliklerinin negatif yönde ilişkili olduğu, sosyal kaygı arttıkça duygusal zekâ özelliklerinin azaldığı da yapılan çalışmalarla ortaya konmuş (Summerfeldt, Kloosterman, Antony, McCabe ve Parker, 2011; Abdollahi, Yaacob, Talibve İsmail, 2015; Tezelli, 2019; Aslan, Kalkan, Başman ve Yaman, 2020). Türkiye’de ve yurt dışında yapılan çalışmalara bakıldığında duygusal zekâ ve sosyal kaygı ilişkilerinin yeterince çalışılmadığı görülmektedir. Bu çalışmada sosyal kaygı ile duygusal zekâ arasındaki ilişkilerle ilgili ortaya konan sonuçlarla alanyazına önemli katkılarda bulunulacağı ve sosyal kaygının duygu boyutunun daha iyi anlaşılmasına olanak sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca duygusal zekânın geliştirilebilir yapıya sahip olması (Shapiro, 2004) sebebiyle sosyal kaygının tedavisine dönük farklı ve derinlemesine yapılabilecek çalışmalara da zemin hazırlayabileceği düşünülmektedir.

Sosyal kaygı yaşayan bireyler için toplumsal durumlarda konuşma yapmak veya davranışta bulunmak, oradaki insanlar tarafından değerlendirildiklerini düşündükleri bir sınav önemi taşımaktadır (Türkçapar, 2004). Bu tip durumlarda

yaşanan kaygı sebebiyle bireylerde terleme, ellerin titremesi, yüzün kızarması, nabızın hızlı artması gibi belirtiler yaşanabilmektedir (APA, 2013). Sosyal kaygılı kişiler kaygılarını ve ortaya çıkan belirtilerini saklamaya çalışırlar. Bunun için de kendi benliklerinden uzak, başkaları tarafından daha kabul edilebilir gözükmeyi sağlayacak davranışlarda bulunmaya çalışırlar. Bu durum ise sosyal kaygılı kişilerin daha az otantik davranışlarda bulunmalarına yol açmaktadır (Plasencia, Taylor ve Alden, 2016). Otantiklik, kişinin kendisinin farkında olması, güçlü ve zayıf yönlerini kabullenmesi, kendi duygu ve düşünceleriyle uyumlu davranışlarda bulunması, ilişkilerinde açık ve dürüst olması anlamına gelmektedir (Kernis ve Goldman, 2006). Eric From ve Karen Horney'e göre kişi kendi içinden geldiği gibi ve kendi inançları, değerleri doğrultusunda yaşayıp otantik olabildiği zaman psikopatolojiden uzak daha sağlıklı ve uyumlu bir yaşam sürebilecektir (İlhan ve Özdemir, 2013). Üniversite öğrencilerinde otantikliğin araştırıldığı çalışmalara bakıldığında otantiklik düzeyi azaldıkça stres, kaygı (Wood, Linley, Maltby, Baliousis ve Joseph, 2008) ve depresyon (Lopez ve Rice, 2006) düzeylerinin yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal kaygı yaşayan bireylerin düşük otantiklik düzeylerine sahip olduğu da yapılan çalışmalarla ortaya konmuş (Plasencia, Alden ve Taylor, 2011; Asherve Aderka, 2020). Yapılan diğer bir çalışmada ise ikili ilişkilerde otantikliğin artmasının sosyal kaygı yaşayan bireylerin duygu ve düşünce durumlarında olumlu değişikliklere yol açtığı sonucuna ulaşılmıştır (Plasencia ve diğer. 2016). Türkiye'de otantiklik ile sosyal kaygı arasındaki ilişkilerin daha önce çalışılmadığı görülmektedir. Bu sebeple yapılan bu araştırmanın alanyazına önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Otantiklik ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin ortaya konulması sosyal kaygı yaşayan kişilerin ikili ilişkilerinin ve sosyal performanslarının daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır. Plasencia ve diğer. (2016)'nın çalışmasından yola çıkarak otantikliğin geliştirilebilir boyutunun olması ve artan otantikliğin sosyal kaygıya olumlu etkisi düşünüldüğünde sosyal kaygının tedavisine dönük daha derinlemesine yapılabilecek nedensel ve deneysel çalışmalara zemin hazırlayabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada aşağıdaki araştırma problemlerine cevap aranmıştır:

1. Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri cinsiyet, sınıf, kardeş sayısı, aile ortamı değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
2. Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyini, otantiklik ve duygusal zekâ düzeyleri anlamlı olarak yordamakta mıdır?

Yöntem

Araştırma modeli

Bu çalışma ilişkisel tarama tipinde yapılmıştır. Bu araştırma türünde birden çok değişkenle ilgili veri elde edilerek, bu değişkenler arasındaki ilişkiler belirlenmeye çalışılır. Değişkenler arasındaki ilişkilere bağlı olarak ortaya çıkan değişimin miktarı ve ne düzeyde diğer değişkenlerden kaynaklandığı belirlenebilir. Bu ilişkiler ve değişimler neden-sonuç ilişkisi bağlamında açıklanamaz (Can, 2018).

Çalışma grubu

Araştırma evreni Gaziantep Üniversitesi'nde 2018-2019 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırma örnekleme ise uygun örnekleme yöntemi (Büyüköztürk, Kılıç-Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2016) kullanılarak bu öğretim yılı içerisinde öğrenimine devam eden, yedi farklı fakülteden ulaşılan 386'sı kız 217'si erkek toplam 603 öğrenciden oluşmaktadır.

Tablo 1. Demografik Bilgiler

Fakülte	1.sınıf		2.sınıf		3.sınıf		4.sınıf		Toplam	Genel	
	K	E	K	E	K	E	K	E	K	E	
Fen-edebiyat	0	0	0	0	0	0	56	31	56	31	87
Eğitim	0	0	27	15	29	6	1	0	57	21	78
İletişim	4	12	29	8	23	9	1	0	57	29	86
Sağlık Bilimleri	75	23	0	0	8	1	0	0	83	24	107
Güzel Sanatlar	14	7	4	1	8	6	22	11	48	25	73
Mühendislik	26	6	1	0	4	39	5	0	36	45	81
İİBF	15	23	24	6	4	0	6	13	49	42	91
Toplam	134	71	85	30	76	61	91	55	386	217	603
Genel Toplam	205		115		137		146		603		603

Tablo 1.'de çalışma grubunda yer alan öğrencilerin fakülte, sınıf ve cinsiyetlere göre dağılımları verilmiştir.

Veri toplama araçları

Bu çalışmada veri toplama araçları olarak Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği, Duygusal Zekâ Değerlendirme Ölçeği, Otantiklik Ölçeği ve Kişisel-Bilgi Formu kullanılmıştır.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Ölçek 1987 yılında Liebowitz ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafınca yapılmıştır. Ölçek 24'er maddeye sahip kaygı ve kaçınma bölümlerinden oluşmaktadır. Tersine çevrilen madde bulunmayan ölçeğin tüm maddelerinin toplamı, toplam sosyal kaygı puanını vermektedir. Ölçeğin puanlaması; kaygı alt ölçeğinde 0: yok, 1: hafif, 2: orta, 3 şiddetli; kaçınma alt ölçeğinde 0: asla (%0), 1: ara sıra (%1-33), 2: sıkça (34-67), 3: genellikle (68-100) şeklinde yapılmaktadır. Türkçe 'ye uyarlama çalışmasında test tekrar test güvenirlik katsayısı $r = .97$, kaygı alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, $r = .96$, kaçınma alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, $r = .95$, ölçeğin tümünün Cronbach Alfa Değeri, $.98$ olarak bulunmuştur (Soykan, Özgüven ve Gençöz, 2003, s.1063). Yapılan bu çalışmada

kaygı alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, $r = .90$, kaçınma alt ölçeğinin Cronbach Alfa Değeri, $r = .86$, ölçeğin toplam puanına ilişkin Cronbach Alfa Değeri, $.93$ olarak bulunmuştur.

Duygusal Zekâ Değerlendirme Ölçeği

Ölçek, duygusal zekâ düzeyini ölçmek amacıyla Hall (1999) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenirlik çalışmalarını Ergin (2000) yapmıştır. Ölçek, "Duyguların Farkında Olma" "Duygularını Yönetme", "Kendini Motive Etme", "Empati" ve "Sosyal Beceriler" olmak üzere her biri altı maddeye sahip beş alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması; 1: Tamamen katılmıyorum, 2: Kısmen katılmıyorum, 3: Çok az katılmıyorum, 4: Çok Az katılıyorum, 5: Kısmen katılıyorum, 6: Tamamen katılıyorum şeklinde likert tarzda yapılmaktadır. Tersine çevrilen madde bulunmayan ölçekte bütün maddelerin toplamı, toplam puanı vermektedir. Puan arttıkça duygusal zekâ düzeyinin arttığı varsayılmaktadır. Uyarlama çalışmasında ölçeğin Cronbach Alfa Değeri $.84$ olarak ölçülmüştür (Ergin, 2000; Akt. Fırat-Kılıç, Çağlıyan ve Sucu-Dağ, 2017). Bu çalışmada ise ölçeğin Cronbach Alfa Değeri $r = .88$ olarak bulunmuştur.

Otantiklik Ölçeği

Ölçek Wood ve diğer. (2008) tarafından geliştirilmiştir. Türkçe uyarlaması, geçerlilik ve güvenirlik çalışmaları İlhan ve Özdemir (2013) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek Kendine yabancılaşma (2, 7, 10 ve 12. maddeler), Dış Etkileri Kabullenme (3, 4, 5 ve 6. maddeler), ve Otantik Yaşam (1, 8, 9 ve 11. Maddeler) olmak üzere dörder maddeye sahip üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin puanlaması 7'li likert tarzda (1 beni hiç tanımlamıyor - 7 beni tamamen tanımlıyor) yapılmaktadır. Alt boyutlar kendi içinde değerlendirilirken, otantik yaşam alt boyut puanından kendine yabancılaşma ve dış etkileri kabullenme alt boyut puanlarının çıkarılmasıyla da saf otantiklik puanı elde edilebilmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha değerleri kendine yabancılaşma $r = .79$, dış etkileri kabullenme $r = .67$ ve otantik yaşam $r = .62$ olarak ölçülmüştür (İlhan ve Özdemir, 2013). Yapılan bu çalışmada ise Cronbach Alfa değerleri; kendine yabancılaşma $r = .75$, dış etkileri kabullenme $r = .70$ ve otantik yaşam $r = .50$ olarak bulunmuştur.

Verilerin analizi

Bu çalışmadaki ölçeklere ait puanların normal dağılım sergileyip sergilemediğini belirlemek için çarpıklık katsayılarının $+1, -1$ değerleri arasındaki dağılımına, aritmetik ortalama, mod ve ortanca değerlerinin birbirine yakınlığına bakılmıştır. Ölçek puanlarının bu betimsel istatistiklerine bakıldığında normal dağılım gösterdiği söylenebilir (Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü, 2016, s.63). Çalışmanın bağımlı değişkeni olan sosyal kaygının cinsiyete göre farklılaşım farklılaşmadığını belirlemek için ilişkisiz örneklem için t testi yapılmıştır. Üç ve daha fazla gruba sahip olan demografik değişkenlere göre sosyal kaygının incelenmesinde, parametrik koşulları sağlayıp sağlamama durumuna göre ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi ve Kruskal-Wallis Testi yapılmıştır. İlişkisiz

örneklem için tek yönlü varyans analizinin koşullarından gruplara ait veri sayısının en az 15 ve daha üzeri olması (Green ve Salking, 2005; akt. Can, 2018), gruplara ait puanların normal dağılım sergilemesi ve varyansların eşitliği koşullarını sağlayan sınıf, kardeş sayısı, anne-baba eğitim düzeyi ve aile yapısı değişkenlerine göre sosyal kaygı puanlarının incelenmesinde ilişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Farklılaşmanın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ise Scheffe çoklu karşılaştırma testi yapılmıştır. İlişkisiz örneklem için tek yönlü varyans analizi uygulama koşullarını sağlayamayan ailenin ekonomik durumu, yaşanılan yer ve aile ortamı demografik değişkenlerine göre sosyal kaygı puanlarının incelenmesinde ise Kruskal-Wallis Testi uygulanmıştır. Kruskal-Wallis Testi çoklu karşılaştırma içermediğinden dolayı, anlamlı farklılaşmanın hangi gruplar arasında gerçekleştiğine ise Mann-Whitney U Testi ile grupların karşılaştırılmasıyla bakılmıştır (Can, 2018). Sosyal kaygı, duygusal zekâ ve otantiklik değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla pearson momentler çarpım korelasyonuna bakılmıştır. Duygusal zekâ ve otantiklik değişkenlerinin sosyal kaygıyı yordama düzeylerini belirlemek amacıyla aşamalı regresyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular

Tablo 2. Ölçek puanlarına ait betimsel istatistikler

Ölçekler	N	\bar{X}	Ortanca	Mod	Ss	Çarpıklık katsayısı	Basıklık Katsayısı	Min	Max
Sosyal Kaygı	603	50,1	48	40	23,6	,30	-,27	0	122
Duygusal Zekâ	603	134,7	137	151	20,5	-,76	,43	69	173
Otantiklik	603	-1,38	-1	8	10,3	-,36	-,17	-36	20

Tablo 2. incelendiğinde ölçeklere ait puanların çarpıklık katsayılarının +1, -1 değerleri arasında kaldığı, mod, medyan ve ortanca değerlerinin birbirine yakın seyrettiği göz önüne alındığında normal dağılım sergilediği söylenebilir (Büyüköztürk ve diğer. 2016, s.63).

Tablo 3. Cinsiyete göre sosyal kaygı puanlarının farklılaşmasının incelenmesi

	Gruplar	N	\bar{X}	S	Sd	t	p
Sosyal Kaygı	Kız	386	52,48	22,52216	601	3,333	0,001
	Erkek	217	45,86	24,91254	601		

Sosyal kaygı puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan bağımsız örneklem t-testi sonucuna göre cinsiyet değişkenine göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği [$t(601)=3,333$, $P < 0.05$] Tablo 3'te görülmektedir. Sonuçlara bakıldığında kız öğrencilerin sosyal kaygı puan ortalamalarının ($\bar{X}=52,48$), erkek öğrencilerin sosyal kaygı puan ortalamalarından ($\bar{X}=45,86$) anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre sosyal kaygı puanlarının incelendiği tek yönlü varyans analizi sonucu

	Grup	N	\bar{X}	S	F	p
	1. sınıf	205	51,67	24,17002	3,665	,012
Sosyal Kaygı	2. sınıf	115	54	23,25016		
	3. sınıf	137	44,86	21,51921		
	4. sınıf	146	49,73	24,29873		
	Toplam	603	50,1	23,60516		

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre sosyal kaygı puanlarının incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuçlarının yer aldığı Tablo 4'e bakıldığında, sınıf değişkenine göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı bir farklılık gösterdiği görülmektedir [$F(3-599)=3,665, p<0,05$]. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla Scheffe çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Uygulanan bu test sonucunda üniversite 2. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin sosyal kaygı puanlarının 3. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin sosyal kaygı puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ortaya konmuştur.

Tablo 5. Kardeş sayısına göre sosyal kaygı puanlarının incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuç tablosu

	Grup	N	\bar{X}	S	F	p
Sosyal Kaygı	Kardeşim Yok	15	47,13	32,67561	2,898	,014
	1	83	45,24	26,41996		
	2	163	48,06	22,75356		
	3	148	49,64	21,34046		
	4	70	58,08	22,61764		
	5 ve daha fazla	124	52,45	23,71695		
	Toplam	603	50,10	23,60516		

Tablo 5 incelendiğinde öğrencilerin sahip olduğu kardeş sayısına göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir [$F(5-597)= 2,910, p<0,05$]. Daha sonra yapılan Scheffe çoklu karşılaştırma testine göre ise anlamlı farklılaşmanın bir kardeşe sahip olanlar ile dört kardeşe sahip olanlar arasında gerçekleştiği belirlenmiştir. Bu sonuca göre dört kardeşe sahip olan öğrencilerin sosyal kaygı puanlarının bir kardeşe sahip olan öğrencilerin sosyal kaygı puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Anne eğitim düzeyine göre sosyal kaygı düzeylerinin incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuç tablosu

	Grup	N	\bar{X}	S	F	p
	Yok	28	50,89	17,16659	2,567	,037
Sosyal Kaygı	İlkokul	329	51,82	23,73818		
	Ortaokul	108	51,37	22,23860		
	Lise	101	43,51	25,55215		
	Üniversite	37	48,43	22,84068		
	Toplam	603	50,10	23,60516		

Tablo 6 incelendiğinde, öğrencilerin annelerinin eğitim düzeylerine göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği yapılan tek yönlü varyans analizi ile ortaya konmuştur [$F(4-598)=2,567$, $p<0,05$]. Scheffe çoklu karşılaştırma testi sonucuna göre ise annesi ilkököl mezunu olan öğrencilerin sosyal kaygı puanlarının annesi lise mezunu olan öğrencilerin sosyal kaygı puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 7. Baba eğitim düzeyine göre sosyal kaygı puanlarının incelendiği tek yönlü varyans analizi sonuç tablosu

	Grup	N	\bar{X}	S	F	p
	İlkokul	212	49,47	23,47196	,803	,492
	Ortaokul	141	52,65	23,26949		
Sosyal Kaygı	Lise	146	48,58	22,39081		
	Üniversite	104	50,06	25,94702		
	Toplam	603	50,10	23,60516		

Öğrencilerin baba eğitim düzeylerine göre sosyal kaygı puanlarının incelendiği Tablo 7’de, yapılan tek yönlü varyans analizi sonucuna göre anlamlı farklılaşmanın olmadığı görülmektedir [$F(3-599)=,803$, $p>0,05$].

Tablo 8. Öğrencilerin yetiştiği aile ortamı algılarına göre sosyal kaygı düzeylerinin incelendiği Kruskal-Wallis Testi analizi sonuç tablosu

Grup	N	Sıra Ortalaması	sd	X ²	p	
Sosyal Kaygı	Soğuk ve İhmalkâr	10	418,40	3	16,429	,001
	Günlük ve Sıradan	183	332,95			
	Tartışmalı, Çatışmalı	59	318,12			
	Sıcak ve Samimi	351	279,84			
	Toplam	603				

Üniversite öğrencilerinin içinde yetiştiği aile ortamı algılarına göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı farklılaşma gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal-Wallis Testi analizi sonuçları Tablo 8'de yer almaktadır. Tablo 8 incelendiğinde aile ortamı algısına göre sosyal kaygı puanlarının anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir [$X^2(3)=16,429$, $p<0,05$]. Anlamlı farklılığın hangi gruplar arasında gerçekleştiğini belirlemek amacıyla tüm aile ortamı grupları ikili şekilde Mann-Whitney U Testi ile karşılaştırılmıştır. Bu sonuçlara göre ise "sıcak ve samimi" aile ortamına sahip olduğunu düşünen öğrencilerin sosyal kaygı puanlarının, "soğuk ve ihmalkâr" ve "günlük, sıradan" aile ortamlarına sahip olduğunu düşünen öğrencilerin sosyal kaygı puanlarından anlamlı düzeyde daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 9. Sosyalkaygı, duygusal zeka ve otantiklik toplam puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek için uygulanan Pearson Momentler Çarpım Korelasyonu sonuç tablosu

Toplam Puanlar	1	2	3
Sosyal Kaygı (1)	1		
Duygusal Zekâ (2)	-.45**	1	
Otantiklik (3)	-,31**	,29**	1

(N= 603, $p<.01$ **)

Tablo 9 incelendiğinde sosyal kaygı ile hem duygusal zekâ hem de otantiklik arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Sosyal kaygı ile duygusal zekâ arasında negatif yönlü, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($r=-,45$, $p<0,01$). Sosyal kaygı ile otantiklik toplam puanları arasında da yine aynı şekilde negatif yönlü, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir ($r=-,31$, $p<0,01$). Duygusal zekâ ve otantiklik toplam puanları

arasındaki ilişkiye bakıldığında ise pozitif yönlü, düşük düzeyde ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($r=.29$, $p<0,01$). Tüm bu sonuçlar incelendiğinde duygusal zekâ ve otantiklik düzeyi arttıkça sosyal kaygı düzeyinin azalmakta olduğu, duygusal zekâ düzeyi arttıkça ise otantiklik düzeyinin de arttığı ifade edilebilir.

Tablo 10. Duygusal zekâ ve otantiklik toplam puanlarının sosyal kaygı toplam puanlarını yordama düzeyini belirlemek için uygulanan Aşamalı Regresyon Analizi sonuç tablosu

Model	Yordayıcı	B	SH _B	β	ΔR^2
1	Duygusal Zekâ	-.53	.04	-.46	.21**
	Sabit	120,98	5,69		
2	Duygusal Zekâ	-.46	.04	-.40	.03**
	Otantiklik	-.43	.08	-.19	
	Sabit	111,57	5.87		

* $p<0.05$ ** $p<0.01$

Aşamalı Regresyon Analizi iki aşamadan oluşmakta olup birinci aşamada analize duygusal zekâ değişkeni dâhil edilmiştir. Duygusal zekâ değişkeninin sosyal kaygının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve sosyal kaygıya ait toplam varyansın %21'lik kısmını açıkladığı görülmektedir. İkinci aşamada analize dâhil edilen otantiklik değişkeninin de sosyal kaygının anlamlı bir yordayıcısı olduğu ve sosyal kaygıya ait açıklanan varyansa %3'lük bir katkı yaptığı görülmektedir. Bu sonuçlara bakıldığında duygusal zekâ ve otantiklik değişkenlerinin birlikte, sosyal kaygının toplam varyansının %24 gibi önemli bir oranını açıkladıkları sonucuna ulaşılmıştır.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırmada üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının bazı demografik değişkenlere göre farklılaşması ve sosyal kaygı ile duygusal zekâ ve otantiklik arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular alanyazından da faydalanılarak tartışılmış ve sonuçlardan yola çıkılarak bazı öneriler getirilmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre üniversite öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyinin anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir. Araştırma sonucuna göre kız öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyinin erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Türkiye'de ve yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında benzer şekilde kadınlarda sosyal kaygının erkeklere göre daha yüksek olduğunu ortaya koyan sonuçlara rastlanılmaktadır (Ağırtaş ve Güler, 2020; Akyol-Çevirir, 2020; Kermen, İlçin-Tosun ve Doğan, 2016; Andromahi ve Dimitar, 2014; Jose, Wilkins ve Spindelow, 2012). Araştırma sonuçlarından farklı olarak erkeklerde sosyal kaygının kadınlara göre daha yüksek olduğunu gösteren çalışmalar (Önder, 2020; Sübaşı, 2010; Hacıoğlu-Sarı, 2016) ve cinsiyete göre sosyal kaygı düzeyinin

farklılaşmadığını gösteren çalışmalar (Karaşar, 2014; Baltacı, 2010; Moscovitch, HofmannveLitz, 2005) da bulunmaktadır. Kız öğrencilerde sosyal kaygı düzeyinin erkeklere oranla daha yüksek olmasında kültürel değişkenlerin etkisinin olabileceği düşünülmektedir. Türkiye’de toplumsal normların kadınlar üzerinde daha baskın olabilmekte ve kadınların çekingen davranışları toplum tarafından olumlu özellikler olarak değerlendirilebilmektedir. Nitekim Cansız (2004) yaptığı araştırmasında, ebeveynler tarafından çocuk yetiştirirken kız çocukların daha uysal, söz dinleyen, sakin yapıda olmalarının onaylandığı sonucuna ulaşmıştır. Kültürel bu durumların ise kadınlarda sosyal kaygıyı artırabildiği ve pekiştirdiği düşünülmektedir.

Sınıf değişkenine göre sosyal kaygı düzeyine bakıldığında 2. sınıf öğrencilerin sosyal kaygı puanlarının 3. sınıf öğrencilerin sosyal kaygı puanlarından anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde araştırma sonuçlarıyla benzer sonuçlara rastlanılmaktadır. Baltacı (2010) yaptığı çalışmada üniversite 2. sınıf öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin anlamlı seviyede 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Literatürdeki diğer çalışmalar incelendiğinde farklı sonuçlara da rastlanılmaktadır. Ağırtaş ve Güler (2020) yaptıkları çalışmada, üniversite 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin 3. ve 4. sınıf öğrencilerinden anlamlı seviyede daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Üniversite öğrencileriyle yapılan iki çalışmada ise 1. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 4. sınıftaki öğrencilerden anlamlı seviyede daha yüksek sosyal kaygı düzeyine sahip oldukları ortaya konmuştur (Keskin ve Orgun, 2011; Yıldırım, Çırak ve Konan, 2011). Literatürde, üniversite öğrencilerinde sınıf değişkenine göre sosyal kaygının anlamlı farklılaşmadığını ortaya koyan araştırmalara da rastlanılmaktadır (Önder, 2018; Bilgiz, 2018). Araştırma sonucuna göre 3. sınıf öğrencilerinin 2. sınıf öğrencilerine göre daha düşük sosyal kaygı yaşamasında, 3. Sınıf düzeyine kadar olan süreçte yaşanan sosyalleşme ve eğitim yaşantılarının etkili olabileceği düşünülmektedir. 3. sınıf düzeyinin üniversitede daha rahat olunan, 4. sınıf düzeyine göre gelecek kaygısı ve KPSS kaygısı gibikaygıların daha az yaşandığı dönem olmasının da etkili olabildiği düşünülmektedir (Gündoğdu, Çimen ve Turan, 2008).

Araştırmada elde edilen bulgulara bakıldığında öğrencilerin içinde yetiştiği aile ortamı algılarına göre sosyal kaygı düzeyinin farklılaştığı ortaya konmuştur. Aile ortamı algılarından "sıcak ve samimi" aile ortamına sahip olduğunu düşünen öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin, "soğuk ve ihmalkâr" ve "günlük, sıradan" aile ortamına sahip olduğunu düşünen öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinden anlamlı seviyede daha düşük olduğu belirlenmiştir. Sonuçlara bakıldığında "soğuk ve ihmalkâr" ve "günlük, sıradan" aile ortamlarının ortak özelliği olan ilgi ve sevgi eksikliği yaşanan aile ortamlarında, sıcak ve ilgili yaklaşıma sahip ebeveynlerin oluşturduğu aile ortamlarına göre daha yüksek düzeyde sosyal kaygının oluşmasına etken olabileceği görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde araştırma sonuçlarını destekleyen benzer sonuçlara sahip çalışmalar bulunmaktadır. Üniversite öğrencileriyle yapılan çalışmalarda ebeveynleri daha sıcak, saygılı, ilgili ve dengeli

bir yaklaşımla demokratik tutum sergileyenlerde, ebeveynleri ilgisiz, otoriter, tutarsız ve koruyucu tutum sergileyenlere göre daha düşük düzeyde sosyal kaygı, sosyal kaçınma ve değersizlik yaşandığı sonuçlarına ulaşılmıştır (Kaya, Bozaslan ve Genç, 2012; Baltacı, 2010). Yapılan diğer çalışmalara bakıldığında ise anne-baba tutumlarına göre sosyal kaygı düzeyinin farklılaşmadığı sonucuna da ulaşılmıştır (Sübaşı, 2010). Araştırma sonucuna bakıldığında içinde yetişilen aile ortamında çocuğun gördüğü ilgi ve sevgi düzeyinin sosyal kaygının oluşumunda etkili olabileceği düşünülmektedir. Yazıcı-Çelebi (2017) ergenlerle yaptığı çalışmasında babasından gördüğü ilgi ve sevgi düzeyini yeterli görenlerin sosyal kaygı düzeyinin, yeterli bulmayanlara göre daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Karasu (2020) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmasında anne ve babadan algılanan reddin sosyal kaygı ile anlamlı düzeyde pozitif yönde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bu çalışmada bağımlı değişken olan sosyal kaygının duygusal zekâ ile ilişkisi ve duygusal zekânın sosyal kaygıyı yordama düzeyi incelenmiştir. Elde edilen bulgulara bakıldığında sosyal kaygı ile duygusal zekâ arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Duygusal zekâ sosyal kaygının anlamlı bir yordayıcısı ve sosyal kaygının toplam varyansının %21'ini açıklamaktadır. Bu sonuçlara göre üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyi yükseldikçe sosyal kaygı düzeyinin düşmesi beklenmektedir. Türkiye'de ve yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında araştırma sonuçlarıyla benzer bulgulara sahip çalışmalar bulunmaktadır. Aslan ve diğer. (2020) yaptıkları çalışmada üniversite öğrencilerinde duygusal zekânın sosyal kaygıyı yordama düzeyini incelemişlerdir. Duygusal zekânın kişiye özgü boyutunun alt boyutları olan girişkenlik ve bağımsızlık ölçek puanlarının sosyal kaygıyı %18 oranında yordadığı, kişilerarası bileşenler boyutunun alt boyutları olan kişilerarası ilişkiler ve sosyal sorumluluk ölçek puanlarının da sosyal kaygıyı %9 oranında yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucuna göre toplam duygusal zekâ puanı ise sosyal kaygıyı anlamlı düzeyde ve %6 oranında yordamaktadır. Üniversite öğrencileriyle yapılan diğer bir çalışmada sosyal kaygının, duygusal zekâ ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkileri incelenmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlara göre sosyal kaygının hem duygusal zekâ hem de öznel iyi oluş ile negatif yönlü ve anlamlı bir ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgulara göre sosyal kaygı düzeyi arttıkça duygusal zekâ ve öznel iyi oluş düzeyinin azaldığı gözlenmektedir (Tezelli, 2019). Nolidin, Downey, Hansen, Schweitzer ve Stough (2013) İran'da yaptıkları çalışmada depresyon tanısı almış bireylerde duygusal zekâ ve sosyal kaygı arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Yapılan araştırma sonucuna göre duygusal zekâ ölçeğinin duygusal kontrol alt boyutunun sosyal kaygıyı önemli ölçüde yordadığı ortaya konmuştur. Summerfeldt ve diğer. (2011) farklı kaygı bozukluğu tanısı olan bireylerin ve kontrol grubunun duygusal zekâ özelliklerini incelemişlerdir. Yapılan çalışma sonucuna göre duygusal zekâ ölçeğinin kişisel farkındalık alt boyutunun sosyal kaygıyı önemli derecede yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sosyal kaygının oluşumuna bakıldığında olumsuz düşüncelerin önemli rol oynayabildiği ve buna bağlı olarak kaygının ve kaçınma davranışlarının ortaya çıktığı görülmektedir. Sosyal kaygıya sahip bireyler toplumsal

durumlarda diğerleri tarafından incelendiklerini ve kendilerinden beklenen düzeyde sosyal performans sergileyemediklerini düşünerek kaygılanmakta ve bu tür sosyal durumlardan kaçınmaktadırlar (Heimberg, Brozovich ve Rapee, 2010, s.399). Sosyal kaygılı bireylerin sahip olduğu bu düşünce ve davranış örüntüsünün bu bireylerde duygusal zekâ özelliklerinin gelişimini engellediği ve duygusal zekâ becerileri bakımından yetersizlik yaşamalarına sebep olduğu düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının otantiklik ile negatif yönde, anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ve yapılan aşamalı regresyon analizinde otantikliğin sosyal kaygının yaklaşık %3 oranında toplam varyansını açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Türkiye’de yapılan çalışmalara bakıldığında otantiklik ve sosyal kaygı ilişkisinin daha önce çalışılmadığı görülmektedir. Yurtdışında yapılan çalışmalara bakıldığında ise araştırma sonuçlarıyla benzer sonuçlara sahip çalışmalar bulunmaktadır. Asher ve Aderka (2020) yaptıkları deneysel çalışmada sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin kontrol grubuna oranla ikili ilişkilerinde ortaya koydukları otantiklik düzeyini incelemiştir. Araştırma sonucuna göre sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin kontrol grubuna oranla ikili ilişkilerinde daha düşük otantikliğe sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Plascencia ve diğer. (2011) ise sosyal kaygı bozukluğuna sahip bireylerin başvurdukları güvenlik davranışları ile sahip oldukları otantiklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Güvenlik davranışlarına başvurma düzeyi arttıkça otantiklik düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Plascencia ve diğer. (2016) yaptıkları ikinci çalışmada deneysel bir çalışma ortamı hazırlanarak sosyal kaygıya sahip bireylerin ikili ilişkiler kurmaları sağlanarak bu ilişkilerinde güvenlik davranışlarını azaltmaları otantik davranışları artırmaları sağlanmıştır. Otantiklik düzeyi artan sosyal kaygılı bireylerin kaygı ve davranış düzeylerinde olumlu değişimler kaydedilmiştir. Tüm bu araştırma sonuçlarına bakıldığında sosyal kaygıya sahip bireylerin otantik olabilme konusunda zorlandıkları ve yetersizlik yaşadıkları görülmektedir. Sosyal kaygıya sahip bireyler toplumsal durumlarda diğerleri tarafından değerlendirildiklerini düşünerek ve yeterli görülecek bir sosyal performans ortaya koyamayacaklarını düşünerek gerçek özyeterliliğini yeterli derecede diğerlerine yansıtmada zorlanmaktadırlar. Hatta bazı durumlarda kaygı yaşamamak adına toplumsal durumlara girmekten kaçınmaktadırlar. İçinde buldukları toplumsal durumlarda ise yaşadıkları kaygıyı gizlemek adına bazı kendilerini güvene alıcı davranışlara başvurabilmektedirler. Örneğin; duygu belirtilerini gizleme, göz teması kurmama, daha önceden konuşacakları şeyleri prova etme, geri planda kalma, konuşulan konuyu değiştirme gibi (Keskin ve Orgun, 2007). Sosyal durumlarda kaygıyı gizlemek veya diğerleri gözünde daha kabul edilebilir izlenimler oluşturabilmek adına gerçek özyeterliliğini yansıtmayan, güvenlik davranışları sergileyen ya da bu sosyal durumlara girmekten kaçınan sosyal kaygılı bireylerin giderek kendilerine yabancılaştıkları düşünülmektedir. Kendine yabancılaşma ise bireyde otantiklik düzeyini düşürmektedir (Wood ve diğer. 2008, s.386). Tüm bu sebeplerle sosyal kaygılı bireylerin otantik olabilmekte başarısızlık yaşadıkları ve kaygı düzeyleri arttıkça otantiklik düzeylerinin azaldığı söylenebilir.

Öneriler

Bu çalışmada sosyal kaygı ile hem duygusal zekâ hem de otantiklik arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu, duygusal zekâ ve otantikliğin birlikte %24 gibi önemli bir oranda sosyal kaygıyı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Daha ileride yapılabilecek araştırmalarda sosyal kaygının daha iyi anlaşılması ve tedavi edici yaklaşımlara farklı metotlar getirebilmek adına, sosyal kaygı ile duygusal zekâ ve otantik değişkenleri arasındaki ilişkiler farklı yöntemler kullanılarak neden-sonuç bağlamında daha derinlemesine araştırılabilir.

Sosyal kaygıya sahip bireylerle yapılan bireysel veya grupla psikolojik danışma ve psikoterapi çalışmalarında duygusal zekâ ve otantiklik düzeylerinin artırılmasına dönük yaklaşımlar, bireyin sosyal kaygıyla daha kolay baş edebilmesine ve yaşadığı kaygı düzeyinin azalmasına katkı sağlayabilir.

Araştırma sonucunda kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha yüksek düzeyde sosyal kaygı düzeyine sahip olduğu belirlenmiştir. Sosyal kaygının özellikle ergenlik döneminde başladığı (Koyuncu, Binbay, Özyıldırım ve Ertekin, 2012) düşünüldüğünde ortaokul ve liselerde kız öğrencilere yönelik önleyici çalışmalar yapılabilir.

Araştırma sonuçları incelendiğinde özellikle 1 ve 2. Sınıf düzeyinde sosyal kaygının daha yüksek yaşandığı görülmektedir. Üniversitede her bölümün yeni başlayan öğrencilerine dönük oryantasyon çalışmaları yapmasının faydalı olacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

Abdollahi A., Yaacob S. N., Talib M., A. & Ismail Z. (2015). Social Anxiety and Cigarette Smoking in Adolescents: The Mediating Role of Emotional Intelligence. *School Mental Health*, 7(3): 184–192, doi: 10.1007/s12310-015-9141-4

Ağırtaş, A. & Güler, Ç. (2020). Sosyal Medya Kullanan Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Kaygı Durumlarının Değerlendirilmesi. *Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 76-89.

Aksoy, S. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Medya Bağımlılığının, Sosyal Kaygı ve Kişisel İyi Oluş İle Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Akyol-Çevirir, Ç. (2020). *Sosyal Kaygı ve Kaçınma Davranışlarının Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Andromahi, N. & Dimitar, B. (2014). Gender Differences in Young Adults with Social Phobia. *International Neuropsychiatric Disease Journal* 2 (2), 78-84.

APA (2013) *Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders. 5th edition (DSM-5)*. Washington DC, American Psychiatric Association.

Asher, M. & Aderka, I. M. (2020). How real do you feel? Self-and partner-authenticity in social anxiety disorder. *Journal of Abnormal Psychology*.

Aslan, A. E., Kalkan, N., Başman, M. & Yaman, K. G. (2020). A Study for the Prediction of the Social Anxiety Level of University Students Through Emotional Intelligence Features. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 10(57), 201-228.

Aydın, M. (2018). *Üniversite Öğrencilerinde Duygu Düzenleme Güçlüğü ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı, Sosyal Destek Ve Problem Çözme Yaklaşımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Bilgiz, Ş. (2018). *Toplumsal Cinsiyet Algısı ve Bilişsel Çarpıtmaların Sosyal Kaygı Üzerindeki Yordayıcı Etkisinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Büyükoztürk, Ş., Çokluk, Ö. & Köklü, N. (2016). *Sosyal Bilimler İçin İstatistik*. Ankara: Pegem Akademi.

Büyükoztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.

Can, A. (2018). *SPSS ile Bilimsel Araştırma Sürecinde Nicel Veri Analizi*. Ankara: Pegem Akademi.

Cansız, R. O. (2004). *Çocuk Yetiştirme Modellerinde Cinsiyetçi Yaklaşımlar*. Yüksek Lisans Projesi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çelebi, G. Y. (2017). Ergenlerde Sosyal Kaygı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(5), 1729-1736.

Er, M. (2020). *Genç Yetişkinlerde Yalnızlığın Sosyal Kaygı, Sosyal Beceri ve Öz-Duyarlık Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Ergin, F. E. (2000). *Üniversite Öğrencilerinin Sahip Oldukları Duygusal Zekâ Düzeyi ile 16 Kişilik Özelliği Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gençöz, T., Soykan, C. & Özgüven, H. D. (2003). Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish version. *Psychological Reports*, 93, 1059-1069.

Gökkaya, M. (2016). *Bir Grup Üniversite Öğrencisinde Sosyal Kaygı, Depresyon ve Anne-Baba Tutumları İle Mükemmeliyetçilik Eğilimleri ve Üniversiteye Uyum Arasındaki İlişkinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gültekin, B. D. & Dereboy, F. (2011). Üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaygınlığı ve sosyal fobinin yaşam kalitesi, akademik başarı ve kimlik oluşumu üzerine etkileri. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(3), 150-158.

Gündoğdu, K., Çimen, N. & Turan, S. (2008). Öğretmen Adaylarının Kamu Personeli Seçme Sınavına Kpss İlişkin Görüşleri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 35-43.

Hacıoğlu-Sarı, K. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Öz Duyarlıkları, Sosyal Kaygı Belirtileri ve Üniversite Yaşamına Uyumları Arasındaki İlişkiler*. Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Heckelman, L. R. & Schneier, F. R. (1995). Diagnostic Issues. In R. Heimberg, M. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment*. (pp. 3–20). New York: Guilford Press.

Heimberg, R. G., Brozowich, F. A. & Rapee, R. M. (2010). A Cognitive Behavioral Model of Social Anxiety Disorder: Update and Extension. In S. G. Hofmann & P. M. Dibartolo (Eds.), *Social Anxiety Clinical, Developmental, and Social Perspectives* (pp. 396-422). United States of America: Academic Press.

İlhan, T. & Özdemir, Y. (2013). Otantiklik ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(40), 142-153.

Jose, P. E., Wilkins, H. & Spindel, J. S. (2012). Social anxiety predict rumination and co-rumination among adolescents. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 41(1), 86-91.

Karasu, R. Ö. (2020). *Ebeveyn Kabul Reddi ve Kişilerarası Duygu Düzenleme Stratejileri ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi.

Karaşar, B. (2014). Öğretmen adaylarının bağlanma stilleri ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 27-49.

Kaya, A., Bozaslan, H. & Gülten, G. E. N. Ç. (2012). Üniversite Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumlarının Problem Çözme Becerilerine, Sosyal Kaygı Düzeylerine Ve Akademik Başarılarına Etkisi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, (18), 208-225.

Kermen, U., Tosun, N. İ. & Doğan, U. (2016). Yaşam doyumu ve psikolojik iyi oluşun yordayıcısı olarak sosyal kaygı. *Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 20-29.

Kernis, M. H. & Goldman, B. M. (2006). A multicomponent conceptualization of authenticity: Research and theory. In: M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 38, pp. 284-357). San Diego, CA: Academic Press.

Keskin, G. & Orgun, F. (2007). Bir grup üniversite öğrencisinde sosyal fobi yaşama durumlarının ve başa çıkma stratejilerinin değerlendirilmesi/The evaluation of social phobia experiences and coping strategies in a group of university students. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 8(4), 262

Koyuncu, A., Binbay, Z., Özyıldırım, İ. & Ertekin, E. (2012). Sosyal anksiyete bozukluğunda başlangıç yaşının klinik gidiş üzerine etkisi. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 15(2), 111-120.

Lopez, F. G. & Rice, K. G. (2006). Preliminary development and validation of a measure of relationship authenticity. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 362–371.

Moscovitch, D. A., Hofmann, S. G. & Litz, B. T. (2005). The impact of self-construals on social anxiety: a gender-specific interaction. *Personality and Individual Differences*. 38, 659–672

Nolidin K., Downey L. A., Hansen K., Schweitzer I. & Stough, C. (2013). Associations Between Social Anxiety and Emotional Intelligence Within Clinically Depressed Patients. *PsychiatrQ*, 84(4): 513–521, doi: 10.1007/s11126-013-9263-5.

Önder, A. (2020). *Üniversite Öğrencilerinde Öfke, Sosyal Kaygı, İnternet Bağımlılığı, Siber Zorbalık ve Siber Mağduriyet Davranışları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Önder, S. A. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyodemografik Özellikleri, Sosyal Fobi Belirtileri, Erişkin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Belirtileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Plasencia, M. L., Alden, L. E. & Taylor, C. T. (2011). Differential effects of safety behaviour subtypes in social anxiety disorder. *Behaviour Research and Therapy*. 49(2011), 665-675.

Plasencia, M. L., Taylor, C. T. & Alden, L. E. (2016). Unmasking One's True Self Facilitates Positive Relational Outcomes: Authenticity Promotes Social Approach Processes in Social Anxiety Disorder. *Clinical Psychological Science*. 1-13, doi: 10.1177/2167702615622204.

Shapiro, L. E. (2004). *Yüksek EQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek*. (Ü. Kartal, Çev.) İstanbul: Varlık Yayınları.

Summerfeldt L.J., Kloosterman P.H., Antony M.M., McCabe R.E. & Parker J.D.A. (2011). Emotional Intelligence in Social Phobia And Other Anxiety Disorders. *Journal of Psychopathology and Behavior Assessment* 33(1): 69–78. doi:10.1007/s10862-010-9199-0.

Sübaşı, G. (2010). Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler. *Eğitim ve Bilim*, 32(144), 3-15.

Şenol, S. (2006). *Korkular: Gelişimsel Anlamı ve Tedavisi*. Ankara: Morpa Kültür Yayınları.

Tezelli, S. (2019). *Öğretmen Adaylarında Duygusal Zekâ, Sosyal Kaygı ve Öznel İyi Oluş Arasındaki Yordayıcı İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Toluç, G. (2020). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkilerin Cinsiyetlere Göre İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.

Türkçapar, H. (2004). Anksiyete Bozuklukları ve Tedavi Klavuzu. R. Tükel, (Ed.), *Sosyal anksiyete bozukluğunun bilişsel-davranışçı tedavisi içinde* (ss. 105-114). Ankara: Türk Psikiyatri Derneği Yayınları.

Uslu, Y. (2017). *Mersin Üniversitesi Öğrencilerinin Duygusal Dikkat, Duygusal Netlik ve Duygusal Onarım Düzeyleri ile Benlik Saygısı, Sosyal Kaygı ve Depresyon Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Wood, A., Linley, P., Maltby, J., Baliousis, M. & Joseph, S. (2008). The authentic personality: A theoretical and empirical conceptualization and the development of the authenticity scale. *Journal of Counseling Psychology, 55*, 385–399.

Yıldırım, T., Çırak, Y. & Konan, M. (2011). Öğretmen adaylarında sosyal kaygı. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(1)*, 85-100.

Extended Abstract

Introduction

Social anxiety is an individual's perception that his / her performance in social situations is insufficient and that he / she feels too much fear and anxiety about behaving that he / she does not like, considering that he / she is examined by other people (Heckelman & Schneier, 1995). Social anxiety prevents the individual from benefiting from social opportunities sufficiently and fully efficiently by reducing the quality of his social performances. It can be said that people who experience social anxiety have inadequate emotional skills such as controlling and coping with negative emotions and emotional intelligence features. As a matter of fact, it has been concluded in the studies that those who experience social anxiety experience inadequacy in terms of emotional skills such as recognizing, expressing, controlling, regulating and managing emotions (Aydın, 2018; Uslu, 2017). On the other hand, studies have revealed that social anxiety and emotional intelligence characteristics are negatively related, and as social anxiety increases, emotional intelligence characteristics decrease (Aslan, Kalkan, Başman, & Yaman, 2020; Tezelli, 2019; Summerfeldt, Kloosterman, Antony, McCabe, and Parker, 2011; Abdollahi, Yaacob, Talib, & İsmail, 2015). People with social anxiety try to hide their anxiety and symptoms. For this reason, they try to behave that will make them seem more acceptable to others, far from their own selves. This situation causes people with social anxiety to behave less authentically (Plasencia, Taylor, & Alden, 2016). When looking at the studies investigating authenticity in university students, it was concluded that as the level of authenticity decreased, the levels of stress, anxiety (Wood, Linley, Maltby, Baliousis, & Joseph, 2008) and depression (Lopez &

Rice, 2006) increased. Studies have also revealed that individuals with social anxiety have low levels of authenticity (Asher & Aderka, 2020; Plasencia, Alden, & Taylor, 2011).

Method

This study was conducted in accordance with the relational screening model.

Liebowitz Social Anxiety Scale: The scale was developed in 1987 by Liebowitz et al. Turkish validity and reliability studies were conducted by Soykan, Özgüven and Gençöz (2003). The scale consists of anxiety and avoidance sections with 24 items each. Scoring of the scale; On the anxiety subscale, 0: absent, 1: mild, 2: moderate, 3 severe; In the avoidance subscale, it is performed as 0: never (0%), 1: occasionally (1-33%), 2: frequently (34-67), 3: generally (68-100). In the adaptation study to Turkish, the test-retest reliability coefficient was found to be $r = .97$, the Cronbach Alpha Value of the anxiety subscale, $r = .96$, the Cronbach Alpha Value of the avoidance subscale, $r = .95$, and the Cronbach Alpha Value of the whole scale as $.98$ (Soykan, Özgüven and Gençöz, 2003, p.1063). In this study, the Cronbach Alpha Value of the anxiety subscale was found as $r = .90$, the Cronbach Alpha Value of the avoidance subscale, $r = .86$, and the Cronbach Alpha Value of the whole scale as $.93$.

Emotional Intelligence Rating Scale: The scale was developed by Hall (1999) to measure emotional intelligence level. The Turkish validity and reliability studies of the scale were carried out by Ergin (2000). The scale consists of five sub-dimensions, each of which has six items: "Awareness of Emotions", "Managing Emotions", "Self-motivation", "Empathy" and "Social Skills". Scoring of the scale; 1: I totally disagree, 2: I partially disagree, 3: I very little disagree, 4: Slightly agree, 5: I partially agree, 6: I completely agree. It is assumed that as the score increases, the level of emotional intelligence increases. In the adaptation study, the Cronbach Alpha Value of the scale was measured as $.84$ (Ergin, 2000; cited in Firat-Kılıç, Çağlıyan, & Sucu-Dağ, 2017). In this study, the Cronbach Alpha Value of the scale was found to be $r = .88$.

Authenticity Scale: The scale was developed by Wood et al. (2008). Turkish adaptation, validity and reliability studies were carried out by İlhan and Özdemir (2013). The scale has three items each with four items: Self-alienation (items 2, 7, 10, and 12), Acceptance of External Effects (items 3, 4, 5, and 6), and Authentic Life (Items 1, 8, 9, and 11). It consists of sub-dimensions. The scoring of the scale is done in a 7-point Likert style (1 does not describe me at all - 7 completely defines me). While the sub-dimensions are evaluated within themselves, pure authenticity score can be obtained by subtracting the scores of self-alienation and acceptance of external effects from the score of the authentic life sub-dimension. The Cronbach's Alpha values of the scale were measured as self-alienation $r = .79$, acceptance of external influences $r = .67$, and authentic life $r = .62$ (İlhan &

Özdemir, 2013). In this study, Cronbach Alpha values are; self-alienation $r = .75$, acceptance of external influences $r = .70$, and authentic life $r = .50$.

Result and Discussion

In this study, the differentiation of social anxiety in university students according to some demographic variables and the relationships between social anxiety and emotional intelligence and authenticity were examined. In this study, the relationship of social anxiety, which is the dependent variable, with emotional intelligence, and the predictive level of emotional intelligence on social anxiety were examined. Looking at the findings, there is a negative and significant relationship between social anxiety and emotional intelligence. Emotional intelligence is a significant predictor of social anxiety and explains 21% of the total variance of social anxiety. As a result of the research, it was concluded that social anxiety was negatively and significantly associated with authenticity in university students, and in the stepwise regression analysis, authenticity explained the total variance of social anxiety by about 3%. In this study, it was concluded that there is a negative and significant relationship between social anxiety and both emotional intelligence and authenticity, and emotional intelligence and authenticity together predicted social anxiety at a significant rate of 24%. In future studies, in order to better understand social anxiety and to introduce different methods to therapeutic approaches, the relationships between social anxiety and emotional intelligence and its authentic variables can be investigated more deeply in the context of cause and effect using different methods.