

Türki Cumhuriyetleri Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerini Etkileyen Faktörler: Gazi Üniversitesi Örneği

Yard. Doç. Dr. Galip YÜKSEL*

Özet: Bu araştırmanın amacı, Türki Cumhuriyetlerden gelen ve Türk Üniversitelerinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının önemli yordayıcılarını belirlemektir. Korelasyonel türden bir çalışma olan bu araştırma Gazi üniversitesinde okuyan 135 öğrenciyi kapsamaktadır. Veriler, Utangaçlık Ölçeği, UCLA Yalnızlık Ölçeği ve 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 ve algılanan akademik başarı durumunun; utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir.

Anahtar sözcükler: Üniversite öğrencileri, utangaçlık, utangaçlıkla ilgili değişkenler: öz saygı.

Giriş

Geçmişte 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.

Utangaçlık, kişiler arası ilişkileri etkileyen önemli etmenlerden birisidir. Utangaçlık, başkalarının bulunduğu yerde yaşanan tedirginlik ve kısıtlanma duygusu olarak tanımlanmaktadır (Jones, Briggs & Smith, 1986). Utangaçlık bireyin yeni insanlarla tanışmasını, yeni arkadaşlar edinmesini ve değişik yaşantılardan zevk almasını güçleştiren en önemli etmen olarak görülmektedir (Zimbardo 1977). Enç'e göre (1980) utangaçlık, başkaları ile olan ilişkiler

* Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fak., Eğitim Bilimleri Bölümü /ANKARA
gyuksel@gazi.edu.tr

sırasında duyulan ve doğru davranışları ketleyen rahatsız edici duygudur. Carducci (2000) de utangaçlığı, genel

olarak kişiler arası ilişkilerde yaşanan aşırı sıkılğanlıktan, benlik saygısının düşük olmasından ve reddedilme korkusundan dolayı ortaya çıkan kişiler arası bir sorun olarak görmektedir.

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 toplumdan 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& Zimbardo 1995). Amerika'da yapılan araştırmaya göre utangaçlığa en fazla Asya kökenli Amerikalılarda, en az da Yahudi kökenli Amerikalılarda rastlanmıştır (Henderson & 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& Zimbardo 1998).

Utangaçlığın Sosyal İlişkiyi Etkilemesi ve Bu Etkileşimin Düzeyleri

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 olmaları 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& 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 çare-

sizlik 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.

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 durum da 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 kişiler başkalarının yanında net düşünemedikleri ve olumsuz yargılara sahip oldukları için davranışsal olarak karşılıklı konuşmalarda donup kalmaları gibi bilişsel problemlerdir (Carducci & Zimbardo 1995).

Utangaç bireyler daha çok çevrelerinden gelecek geribildirimlerle ilgilendirilir. 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 & 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 kaçıırırlar ve az mimik kullanırlar. Konuşmalarda karşı çıkıp tartışmaktansa genelde uzlaşma yolunu seçerler. Sosyal davranışları başlatmadaki isteksizlikleri kendi yeteneklerine olan inançlarının zayıf olmasından kaynaklanmaktadır (Henderson & Zimbardo 1998).

Utangaçlıkla ilgili yapılan çalışmalarda kendi kendini suçlama ve kendi farkındalığının 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.

Henderson & 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 uğratar 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. Kendilerine yönelik olumsuz inançlarını hatırlayınca iyice gerilirler ve utangaçlıkları artar (Carducci & Zimbardo 1995).

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

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 ağrılarını, 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. Duyusal Belirtiler

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

Utangaçlık ve Özsaygı İlişkisi

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& 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 dögüsel bağ olduğunu ve bu dögüselliikte 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, özsayılarının düşmesine ve utangaçlık duygusunun ortaya çıkmasına neden olduğunu savunmuştur.

Utangaçlık ve Yalnızlık İlişkisi

Yalnız öğrenciler, büyük bir olasılıkla sosyal olarak kısıtlanmış ve dolayısıyla da kişiler arası iletişim becerileri gelişmemiş bireylerdir (Booth, Barlett& 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 girmelerinden ve sosyal becerilerinin yetersiz olmasından kaynaklanmaktadır (Carducci 2000). Utangaç bireyler sosyal ortamlardan uzak durmanın doğal sonucu olarak yalnızlığa mahkum olurlar (Carducci & 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. Dünyada olduğu gibi Türkiyede 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 alabileceklerini 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 (ön kestirimde bulunma) güçlerini belirlemektir.

Bu amaca dayalı olarak araştırmada; annenin eğitim durumu, babanın eğitim durumu, algılanan akademik başarı durumu, yalnızlık ve özsaygı ölçekle-

ri puanları, üniversite öğrencilerinin utangaçlık ölçeği puanlarının önemli birer yor dayıcısı mıdır ? sorusuna yanıt aranmıştır.

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

YÖNTEM

Desen

Araştırma, utangaçlığın, seçilmiş bazı değişkenlerle olan ilişkisini açıklamaya dönük korelasyonel bir çalışmadır. Korelasyon desenlerinde aralarında ilişki olan iki değişken de birbiri için yordayıcı-bağımsız değişken konumundadır. Bu değişkenlerden hangisinin bağımsız değişken hangisinin bağımlı değişken olacağı, pratiğe ve araştırmanın amacına göre tayin edilir. Bu araştırmada 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 düzeyi
- Babanın eğitim düzeyi
- Algılanan akademik başarı durumu

Çalışma Grubu

Araştırma 2001-2002 Öğretim Yılı Bahar döneminde Gazi Üniversitesinin çeşitli fakültelerinde ve Tömer’de eğitim gören öğrencilerden araştırmaya gönüllü katılan 135 (60 Kırgız, 48 Türkmen, 19 Azeri ve 8 Kazak) öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların 94’ ü (%70) kız ve 41 i ise (%30) erkektir.

Verilerin Toplanması

Araştırmada gereksinim duyulan verilerin toplanması aşamasında, öncelikle Türki Cumhuriyetlerden gelen öğrencilerin yoğun olarak bulunduğu Gazi Üniversitesi TÖMER başkanlığı A kuruna devam eden öğrencilerle uygulama yapılacağına dair görüşme yapılmıştır. 2001-2002 Eğitim Öğretim Yılı G.Ü. Tömer A kuruna devam eden öğrenci sayısı kadar ölçme araçları uygulanmıştır. Daha sonra Ankara’da ki çeşitli öğrenci yurtlarında barınan öğrencilere ulaşılmıştır. Bu öğrencilere ulaşmada üniversite öğrencilerinden yardım alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, 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 ölçüt ölçek yöntemi seçilmiş ve ölçüt 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 problemidir?” sorusu sorulmuş ve alınan yanıtlarla utangaçlık ölçeği puanları arasında .68 korelasyon elde edilmiştir.

Ölçeğin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlığı saptayabilmek için hesaplanan Cronbach alfa .90 olarak bulunmuştur. Ölçeğin güvenilirliğini 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 Türkçeye uyarlanmış, geçerlik ve güvenilirliği gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmalarında ilk basamak olarak ölçek önce Türkçeye çevrilmiş, çevirisi yapılan bu ölçekteki ifadelerin “utangaçlığı” yansıtmıyıp yansıtmadığını ölçmek için uzman görüşüne başvurulmuştur. İkinci basamakta, 300 üniversite öğrencisine , kendilerini hangi durumlarda utangaç hissettiklerine? İlişkin 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 değerlendirileceği 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 öl-

çekteki 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 1978 yılında Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilen ve Demir (1989) tarafından Türkçeye 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 .91 korelasyon bulunmuştur. İç tutarlık katsayısı ise .94 olarak bulunmuştur.

Türkiyede, 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 İçedönüklük 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 dördümlü Likert tipi ölçek üzerinde belirtmeleri istenmektedir. Ölçek olumlu yöndeki ifadeleri içeren maddelere, “hiç yaşamam” 4, “nadiren yaşamam” 3, “bazen yaşamam” 2, “sık sık yaşamam” 1 puan; olumsuz ifadeleri içeren maddelere ise bunun tam tersi olarak, “hiç yaşamam” 1, “nadiren yaşamam” 2, “bazen yaşamam” 3, “sık sık yaşamam” 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 araştırmada ölçeğin ölçtüğü alt faktörler değil genel özsaygı puanı dikkate alınmıştır.

Ölçeğin geçerlik çalışmasında Crobach alfa katsayısı .86, benzer ölçekler geçerliği ise .60 olarak bulunmuştur (Coopersmith 1967; Pişkin, 1997).

Güvenirlilik çalışmasında Coopersmith aracın test-tekrar test güvenirlilik katsayısını beş hafta arayla uygulaması sonucunda .88, üç yıl arayla uygulaması sonucunda ise .70 bulmuştur. Yine Coopersmith aracın Kuder Richardson güvenirlilik katsayısını kızlar için .91, erkekler için .80 olarak bulmuştur (Coopersmith 1967; Pişkin, 1997).

Türkiye’de yapılan güvenirlilik çalışmalarında Pişkin (1997), envanterin kısa formunun KR-20 sonucunda elde edilen güvenirlilik 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 özsaygıları 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. (Büyükköztürk 2002).

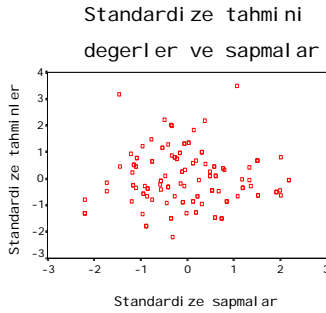
Regresyon analizine utangaçlık düzeyi, yalnızlık düzeyi, özsaygı, anne-babanın eğitim düzeyi ve algılanan akademik başarı değişkenleri doğrudan alınmıştır.

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



Şekil: 2



Bulgular

Türki Cumhuriyetlerden gelen ve Türkiye’de üniversite öğrenimi gören öğrencilerin bazı değişkenlere ait betimsel istatistikleri Tablo’ 1 de verilmiştir.

Tablo 1.

Türki Cumhuriyetlerden Gelen ve Türkiye’de Üniversite Öğrenimi Gören Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikleri (N=135)

Değişken	X	S	Değişim Katsayısı %	En Düşük Değer	En Yüksek Değer
ANNE EĞİTİMİ	3,6593	,7448	20	1,00	5,00
BABA EĞİTİMİ	3,8815	,6917	17	1,00	5,00
BASARI DURUMU	3,6370	,6648	18	2,00	5,00
YALNIZLIK	37,7185	8,1366	21	23,00	63,00
OZSAYGI	17,8519	3,8701	21	1,00	24,00
UTANGAÇLIK	49,3037	10,2566	20	23,00	80,00

Türki Cumhuriyetlerden gelen ve Türkiye’de üniversite öğrenimi gören öğrencilerin bazı değişkenlere ait betimsel istatistikleri Tablo 1 de verilmiştir. Tabloda betimsel istatistikleri sunulan altı değişkene ait değişim katsayılarının düşük olması, üniversite öğrencilerinin, anne-baba eğitim düzeyleri, akademik başarı düzeyleri, utangaçlık düzeyleri, yalnızlık düzeyleri, özsaygı düzeyleri ve utangaçlık düzeyleri bakımından homojen olduklarını göstermektedir.

Türki Cumhuriyetlerden gelen ve Türkiye’de üniversite öğrenimi gören üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarının önemli yordayıcılarını belirlemek amacıyla yapılan çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 2’ de verilmiştir

Tablo 2:

Türki Cumhuriyetlerden Gelen ve Türkiye’de Üniversite Öğrenimi Gören Öğrencilerinin Utangaçlıklarının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart hata	Beta	T	P	İkili	Kısmi
Sabit	74,360	8,845		8,407	,000		
ANNEEGT	-1,772	1,270	-,129	-1,395	,165	-,194	-,122
BABAEGT	1,430	1,375	,096	1,040	,300	-,158	,091
BASARI	-3,112	1,142	-,202	-2,725	,007	-,316	-,233
OZSAYGI	-1,104	,242	-,417	-4,563	,000	-,562	-,373
YALNIZLIK	,183	,110	,145	1,665	,098	,430	,145

R= .608 R2=.370

F (5, 129)=15.157 p=.000

Yordayıcı değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ikili ve kısmi korelasyonlar incelendiğinde, özsaygı ve utangaçlık arasında negatif ve yüksek düzeyde bir ilişkinin olduğu ($r = -.56$), Diğer değişkenler kontrol edildiğinde, bu korelasyonun $r = -.37$ olarak hesaplandığı görülmektedir. Yalnızlık ile utangaçlık arasında pozitif ve orta ($r = .43$) bir ilişki vardır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde, bu korelasyonun $r = .15$ olarak hesaplandığı görülmektedir. Annenin eğitim düzeyi ile utangaçlık puanları arasında negatif ve düşük düzeyde ($r = -.19$) bir ilişki vardır. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde hesaplanan korelasyon değeri ise $-.12$ dir. Baba eğitimi ile utangaçlık arasında negatif ve düşük bir ilişkinin olduğu ($r = -.16$) görülmektedir. Diğer değişkenler kontrol edildiğinde hesaplanan korelasyon değeri ise $-.09$ dur. Algılanan akademik başarı ve utangaçlık arasında negatif ve düşük bir ilişkinin olduğu ($r = -.32$), ve diğer değişkenler kontrol edildiğinde iki değişken arasındaki korelasyonun $-.23$ olarak hesaplandığı görülmektedir.

Yordayıcı değişkenlerle, utangaçlık arasındaki ilişkiyi tanımlayan regresyon katsayılarının işaretlerine bakıldığında utangaçlık ve yalnızlık arasındaki ilişkinin pozitif; özsaygı, anne eğitimi, baba eğitimi, ve algılanan akademik başarı değişkenleri arasındaki ilişkinin negatif olduğu görülmektedir. Regresyon eşitliğine önemli yordayıcıları olarak giren altı değişken birlikte, Türki Cumhuriyetleri üniversite öğrencilerinin utangaçlıklarına ilişkin varyansın % 37'sini açıklamaktadır.

Özsaygı, yalnızlık, anne-babanın eğitim düzeyi, ve algılanan akademik başarı değişkenleri birlikte, üniversite öğrencilerin utangaçlık puanları ile orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir. ($R=0.608, R^2=0.370, p=05$). Adı geçen beş değişken birlikte utangaçlıktaki toplam varyansın yaklaşık %37'sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (Beta) göre, yordayıcı değişkenlerin utangaçlık üzerindeki görece önem sırası; özsaygı, akademik başarı, yalnızlık, annenin eğitim düzeyi ve babanın eğitim düzeyidir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde, özsaygı ve akademik başarının utangaçlık üzerinde önemli bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi ve yalnızlık, değişkenleri utangaçlık üzerinde önemli bir etkiye sahip değildir.

Sonuç ve Öneriler

Özsaygının utangaçlık puanlarını yordamasına ilişkin bulgunun tartışılması ve yorumu

Benlik kavramı, fiziksel, sosyal ve akademik yeterliğimize ilişkin bilişsel değer biçmedir. Öz saygı ise, benliğe karşı duyuşsal reaksiyonlarımızdır (Eggen&Kauchak 2001). Özsaygı, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % .56'sini 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& Bennett 1992) Cheek ve Buss (1981) da ergenler üzerinde yaptıkları araştırma da değişkenlerden birisi olarak özsaygıyı 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 özsaygıya 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 öz saygının oluşumuna ilişkin literatür her iki değişkende çevreden verilen geribildirimlerle önemli ölçüde ilişkili olduğu şeklindedir (Eggen&Kauchak 2001). Bu durum özsaygının, utangaçlığı tetikleyen bir değişken olarak görülmesi olasılığını artırmaktadır.

Buna rağmen, öğrenciler utangaç oldukları için mi düşük özsaygı geliştirmektedirler yoksa düşük özsaygıya 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) Amerikalı ve Japon kız öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalardaki regresyon analizi sonucunda öğrencilerin utangaçlık düzeylerini yordayan önemli değişkenlerden birisi olarak özsaygıyı bulmuşlardır.

Algılanan akademik başarı durumu ve utangaçlık puanlarına ilişkin bulgunun tartışılması ve yorumu

Algılanan akademik başarı durumu, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın % -. -31 ini açıklamaktadır. Algılanan akademik başarı durumunun da öğrencilerin utangaçlık puanlarının önemli bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Benzer şekilde Türk üniversite öğrencileri içinde algılanan akademik başarının, utangaçlığın bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Yüksel 2003). 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). Araştırma bulguları bu düşünceleri destekler niteliktedir.

Annenin eğitim durumunun utangaçlık puanlarını yordamasına ilişkin bulgunun tartışılması ve yorumu

Annenin eğitim durumu, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın %-, 194 ünü açıklamaktadır. Bu bulgu literatürle tutarlık göstermemektedir (Kağıtçıbaşı 1998, Gökçe 2001 ve Yüksel 2003). Bu bulgu Türki Cumhuriyetleri üniversite öğrencilerinin % 94'ünün annesinin ortaöğretim ve yüksek öğretim mezunu olmaları ile açıklanabilir.

Yalnızlık ve utangaçlık puanları arasındaki bulgunun tartışılması ve yorumu

Yalnızlık, utangaçlığa ilişkin açıklanan varyansın %43 ünü, 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. Diğer bir deyimle, yalnızlığın, öğrencilerin utangaçlık puanlarını yordamayan bir değişken olduğu görülmüştür. Literatür incelendiğinde, araştırmanın bu sonucunu destekleyen ve desteklemeyen bulgular olduğu görülmektedir. 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. Araştırmada 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. Çünkü, Gazi Üniversitesinde öğrenci-öğrenci ve öğrenci-akademik personel arasında olan iletişimin öğrencilerin kendilerini yalnız hissetmelerini engelleyen bir değişken olduğu söylenebilir. Bu durumun araştırma sonuçlarını etkilediği düşünülmektedir.

Babanın eğitim durumu ve utangaçlık puanlarına ilişkin bulgunun tartışılması 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 tutarlık göstermektedir.

Kısaca söylemek gerekirse, araştırma bulguları, üniversite öğrencileri için özsaygı ve algılanan akademik başarının utangaçlığın önemli yordayıcıları olduğunu göstermiştir. Bundan sonra benzer araştırmaların, ilgili ülkeler 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.

Kaynakça

- Arends, T. (2000), *Understanding Shyness. Araneum Nostrum Panic/ Anxiety Ring*.
[<http://members.aol.com/cybernettr/shyness.html#anchord131942>].
- Booth, R., D. Bartlett & J. Bohnsack (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: Introversiön 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.
- Büyükköztürk, Ş. (2002), Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı: İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum. Ankara: PegemA.
- Carducci, J. B & 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. & 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 Güvenirliliği. *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 & 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 & Zimbardo, F.G. (1998), Syness. *Encyclopedia of Mental Health*. San Diego: Academic Press.
- Hyson, C.M & Trieste, K.V. (1987), The Shy Child. *ARC Professional Services Group* (ERIC Processing and Reference Facility). ED: 295741
- Jackson, T, Fritch, A. & 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 & 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. & Petzel, T.P. (1991,) Attributions of Shy Persons in Affiliation and Achievement Situations. *Journal of Psychology Interdisciplinary & Applied* 125 (1), 51-59, 3 chart.
- Jones, W.H., Briggs, S.R & 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. & 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 & Development*, 33 (4) 173-183.
- Laam, H. & 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, & Yik, MSM. (2002), Patterns of shyness in the East Asian and European-heritage. *Journal of Research in Personality*. 36 (5) 442-462.
- Peplau, L.A & Perlman, D. (1982), Perspectives on Loneliness. (Ed: L.A. Peplau & 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), *Utangaçlığımızı Yenin* (Çeviren: Gülder Tümer) Ankara: HYB Yayıncılık.
- Yüksel, G. (2002), Üniversite Öğrencilerinin Utangaçlık Düzeylerini Etkileyen Faktörler Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi. Cilt 22.(3), 37-57. Ankara: GEF yayını
- Zimbardo, G.P. (1977), *Shyness: What is it and what to do about it*. Reading, MA: Addison-Wesley Publishing Company.

The Factor That Affect The Shyness Levels of University Students Coming From Turkic Republics

Assist Prof. Dr. Galip YÜKSEL*

Abstract: The purpose of this study is to determine the important indicators of shyness of university students. The study is an experimental type and it consists 135 students who continue to Gazi University. The data in this study was collected by using in this study; the shyness levels of high school students were examined with, mother education level, father education level, perceived academic success, self-esteem and loneliness variables. "Shyness Scale", self-esteem levels "Coopersmith Self-Esteem Inventory", and loneliness levels "UCLA Loneliness Scale" and Individual information Form that was developed by the researcher. In analyzing data related to students' shyness, multi-regression was used. Finding has indicated that self-esteem and perceived academic achievement are important indicators of shyness.

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

*Gazi University, Faculty of Education / ANKARA
gyuksel@gazi.edu.tr

Факторы влияющие на уровень стеснительности студентов Тюркоязычных государств: Пример университет Гази

Помощник Доцента Доктор Галип Юксель*

Резюме: Цель этого исследования определить важные причины стеснительности студентов тюркоязычных Государств обучающихся в Университетах Турции. Это исследование являющееся работой колерационного типа включает 135 студентов обучающихся в Университете гази. Данные были взяты из Формы Развитого Личностного Знания, мерки Стеснительности, Мерки Одиночества и Инвентаря Кооперсмит Личностного Уважения. В раскрытии стеснительности студентов использовался анализ множественной реграции. Открытие исследования, положение восприятия академического успеха и самоуважения для студентов университетов, показало важную причину стеснительности.

Ключевые слова: Студенты Университета, Стеснительность, Изменения, связанные со стеснительностью, Самоуважение

* Университет Гази, Факультет Педагогических знаний, Педагогическое отделение/Анкара
gyuksel@gazi.edu.tr