T.C.
SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ
BAKIRKÖY PROF. DR. MAZHAR OSMAN RUH SAĞLIĞI VE SİNİR HASTALIKLARI SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI EĞİTİM KLİNİĞİ

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSUNUN SOSYAL ANKSİYETE, MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK SAYGISI VE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

Dr. Özge ARIKAN

(TIPTA UZMANLIK TEZİ)

İSTANBUL / 2025

T.C.
SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ
BAKIRKÖY PROF. DR. MAZHAR OSMAN RUH SAĞLIĞI VE SİNİR HASTALIKLARI SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI EĞİTİM KLİNİĞİ

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSUNUN SOSYAL ANKSİYETE, MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK SAYGISI VE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

Dr. Özge ARIKAN

Tez Danışmanı: Prof. Dr. Ejder Akgün YILDIRIM

(TIPTA UZMANLIK TEZİ)

İSTANBUL / 2025

TEŞEKKÜR

Sağladığı çalışma ortamı için hastanemiz başhekimi Doç. Dr. Mustafa Nuray NAMLI'ya,

Uzmanlık eğitimime adım attığım ilk günden bu yana bilgi ve tecrübesini bizlerle cömertçe paylaşan, hastalarıyla, ekibiyle kurduğu iletişimde her zaman iyi insan ve iyi hekim olmayı önceliklendiren, zorlu koşullar altında dahi bitmeyen enerjisi ve disiplinine hayranlık duyduğum hem ablam hem hocam klinik şefim Doç. Dr. Özlem Devrim BALABAN'a,

Birlikte çalışma şansı bulduğum her alanda ufkumu açan, tez sürecimde her daim yanımda olarak yol gösteren, abim diyebilecek kadar yakın hissettiğim, kıymetli hocam tez danışmanım Prof. Dr. Ejder Akgün YILDIRIM'a,

Tez sürecimde yanımda olan, fikirleri, katkıları ve verdiği motivasyon ile desteğini hep hissettiğim Uzm. Dr. Sevilay UMUT KILINÇ'a,

İhtisasım boyunca farklı zamanlarda çalışma şansı bulduğum, bilgi ve deneyimlerinden faydalanma imkanı bulduğum Uz. Dr. Şahap Nurettin ERKOÇ, Prof. Dr. Fatih ÖNCÜ, Doç. Dr. Münevver HACIOĞLU YILDIRIM, Uz. Dr. Ahmet TÜRKCAN, Doç. Dr. Mehmet Can GER, Doç. Dr. Buket GÜNGÖR, Prof. Dr. Ekrem Cüneyt EVREN, Prof. Dr. Aysun SOYSAL ve Prof. Dr. Gül KARAÇETİN'e,

Birlikte çalışmaktan keyif aldığım, her birinden pek çok şey öğrendiğim Uzm. Dr. Funda EREN (Keçeli), Uzm. Dr. Özlem GÜL, Uzm. Dr. Tuna Güzide YENER ÖRÜM, Uzm. Dr. Nuran ÇAĞLAR TANRIVERDİ, Uzm. Dr. Yusuf Ezel YILDIRIM başta olmak üzere beraber çalıştığım, tecrübelerini benimle paylaşan bütün uzmanlarıma,

6. Psikiyatri servisinde birlikte çalışmaktan mutluluk duyduğum sevgili Ilgaz, Mert, İbrahim, Seda, Kaan, Harun, Yasin, Nurseli, Orhan, Rümeysa, Cansu, Irmak, Yasemin, Musab, Çağla, Volkan ve Ecem'e,

Uzun yıllar 6. Psikiyatri kliniği sorumlu hemşireliğini yapmış olan Meliha YAZICI başta olmak üzere, beraber çalışmayı keyifli kılan tüm hemşire ve sağlık memuru arkadaşlarıma ve Zeytinburnu TRSM ekibine,

Harika bir ekip arkadaşı olmasından öte, dostluğunu ve desteğini her zaman hissettiğim sevgili Mihrap'a, birçok değerli anıyı paylaştığım sevgili eşkıdemlerime, Bakırköy'ü benim için daha da anlamlı kılan Zozan ve Gözde'ye,

Son beş yılımın en güzel, en zor, en karmaşık, en yalın her anının eşlikçileri, birlikte şimdiden sayısız güzel anı biriktirdiğimiz dostlarım Eylül, Vesile, Fatih ve Pelin'e,

Psikiyatri asistanlığım boyunca dünyalarına dahil olmama müsaade eden, sayelerinde geliştiğim ve kendilerinden çok şey öğrendiğim tüm hastalarıma,

Sevgilerini, özverilerini ve desteklerini doğduğum günden bu yana hissettiğim, beni ben yapan özelliklerin kaynağı annem Firdevs ARIKAN ile babam Vedat ARIKAN'a; ablalarım, ilk ve en yakın dostlarım Bilge ARIKAN TOPUZ ve Özlem ARIKAN ALTUNBAŞAK'a; abilerim Mustafa TOPUZ ve Burak ALTUNBAŞAK'a; doğumlarıyla sevginin tarifsiz boyutlarını deneyimlediğim, mutluluk kaynaklarım yeğenlerim Yasemin ve Ali Vedat'a; evimin huzuru, neşesi kedim Sütlaç'a,

Hayatımda olduğu her gün, her an için Hikmet'e

Teşekkürlerimle…

Dr. Özge ARIKAN

İstanbul 2025

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR ..... **i**

İÇİNDEKİLER ..... **ii**

SİMGELER VE KISALTMALAR ..... **v**

TABLO LİSTESİ ..... **vi**

ÖZET ..... **vii**

ABSTRACT ..... **ix**

1. GİRİŞ VE AMAÇ **1**

2. GENEL BİLGİLER **4**

2.1. SOSYAL ANKSİYETE 4

2.1.1. Sosyal Anksiyeteye Kavramsal Bir Bakış 4

2.1.2. Sosyal Anksiyete ve Psikopatoloji 5

2.1.3. Epidemiyoloji ve Klinik Gidiş 7

2.1.4. Eştanılar 8

2.1.5. Tedavi 8

2.1.6. Kuramlar Açısından Sosyal Anksiyete 9

2.1.6.1. Psikanalitik Açıklama 9

2.1.6.2. Evrimsel Açıklama 10

2.1.6.3. Bilişsel Modeller 10

2.1.6.3.1. Sosyal Nesne Olarak Benlik: Clark ve Wells (1995) Sosyal Anksiyetenin Bilişsel Modeli 11

2.1.6.3.2. Algılanan İzleyici: Rapee ve Heimberg (1997) Sosyal Anksiyetenin Bilişsel- Davranışçı Modeli 12

2.1.6.3.3. Hofmann'ın Sosyal Anksiyete Modeli 14

2.1.6.4. Nörobiyolojik Etkenler ve Genetik Geçiş 14

2.2. OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSU 16
2.2.1. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Anksiyete Bozukluğu 18
2.3. MÜKEMMELİYETÇİLİK 20
2.4. BENLİK SAYGISI 22
2.5. EBEVEYN TUTUMLARI 24
3. GEREÇ VE YÖNTEM 26
3.1. ARAŞTIRMA EVRENİ VE ÖRNEKLEM 26
3.1.1. Araştırmaya Alınma Kriterleri 26
3.1.2. Araştırmadan Dışlama Kriterleri 26
3.2. VERİ TOPLAMA VE DEĞERLENDİRME ÖLÇEKLERİ 27
3.2.1. Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu 27
3.2.2. Sosyodemografik ve Klinik Veri Formu 27
3.2.3. Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği 27
3.2.4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu 27
3.2.5. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği 28
3.2.6. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği 28
3.2.7. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği 28
3.2.8. Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu 29
3.3. İŞLEM 29
4. BULGULAR 31
4.1. SOSYODEMOGRAFİK VERİLER 31
4.2. TANIMLAYICI İSTATİSTİKLER 33
4.3. KORELASYON ANALİZLERİ 34
4.4. SOSYAL ANKSİYETEYİ YORDAYAN FAKTÖRLERİN LİNEER REGRESYON MODELİ İLE İNCELENMESİ 37

4.5. OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSUNU YORDAYAN FAKTÖRLERİN LİNEER REGRESYON MODELİ İLE İNCELENMESİ 38

4.6. ARACILIK ANALİZİ 39

5. TARTIŞMA 44

5.1. KISITLILIKLAR 53

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER 55

7. KAYNAKLAR 57

SİMGELER VE KISALTMALAR

DSM-5 **:** Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders – Ruhsal Hastalıkların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı 5. Baskı

FÇBMÖ **:** Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği

KAET-Ç **:** Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu

LSAÖ **:** Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği

ODKÖ **:** Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği

ODKÖ-KF **:** Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form

RBSÖ **:** Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

SAB **:** Sosyal Anksiyete Bozukluğu

SNRI **:** Serotonin Norepinefrin Gerialım İnhibitörü

SSGI **:** Seçici Serotonin Gerialım İnhibitörü

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Verileri..... 31

Tablo 2. Ölçeklere Ait Tanımlayıcı İstatistikler..... 33

Tablo 3. Katılımcılar İçin Korelasyon Değerleri..... 34

Tablo 4. Sosyal Anksiyeteyi Yordayan Değişkenlerin Katsayıları..... 37

Tablo 5. Olumlu Değerlendirilme Korkusunu Yordayan Değişkenlerin Katsayıları 38

Tablo 6. Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 39

Tablo 7. Benlik Saygısının, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 40

Tablo 8. Uyumlu Mükemmelliyetçiliğin, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 40

Tablo 9. Uyumsuz Mükemmelliyetçiliğin, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 41

Tablo 10. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 41

Tablo 11. Duygusal Sıcaklık Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 42

Tablo 12. Reddedici Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 42

Tablo 13. Olumlu Değerlendirilme Korkusunun, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi..... 43

ÖZET

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSUNUN SOSYAL ANKSİYETE, MÜKEMMELİYETÇİLİK, BENLİK SAYGISI VE ALGILANAN EBEVEYN TUTUMLARI İLE İLİŞKİSİ

Dr. Özge ARIKAN

Amaç: Sosyal anksiyete çoğunlukla olumsuz değerlendirilme korkusu ile ilişkilendirilmiş olmakla birlikte, yakın zamanda bu deneyimin olumlu değerlendirilme korkusu ile ilişkili olduğunu belirten çalışmalar literatürde yer bulmuştur. Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete düzeyleri ile ilişkisi başta olmak üzere sosyal anksiyete ile ilişkilendirilebilecek mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumları ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Olumlu değerlendirilme korkusunun hangi mekanizmalar üzerinden sosyal anksiyeteyi yordadığı aydınlatılmaya çalışılacaktır.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın örneklemini 2023 – 2024 öğretim yılında İstanbul'da öğrenim gören lisans ve ön lisans programı öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmaya onay veren 161 katılımcıya araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik ve klinik veri formu, Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ), Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ), Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form (ODKÖ-KF), Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç) uygulanmıştır.

Bulgular: ODKÖ ile LSAÖ puanları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu saptanmıştır ($r=0,695$, $p<0,05$). LSAÖ ile ODKÖ arasındaki ilişki, ODKÖ-KF ile olan ilişkiye kıyasla daha güçlü bulunmuştur. ODKÖ'nün FÇBMÖ uyumlu mükemmelliyetçilik ile arasında negatif yönlü ($r=-0,231$, $p<0,05$), uyumsuz mükemmelliyetçilik ile arasında pozitif yönlü ($r=0,536$, $p<0,05$) ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik ODKÖ'yü negatif ve anlamlı bir şekilde yordarken, uyumsuz mükemmeliyetçilik ODKÖ'yü pozitif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır. ODKÖ ile düşük benlik saygısı arasında anlamlı ve pozitif yönlü ($r=0,555$, $p<0,05$) ilişki bulunduğu, düşük benlik saygısının ODKÖ'yü yordayıcı bir faktör olduğu tespit edilmiştir. ODKÖ ile KAET-Ç anne ve baba reddedicilik ($r=0,320$, $p<0,05$; $r=0,262$, $p<0,05$) ve aşırı koruyuculuk tutumu ($r=0,318$, $p<0,05$; $r=0,202$, $p<0,01$) arasında pozitif yönlü korelasyonun bulunduğu, buna karşılık KAET-Ç anne ve baba duygusal sıcaklık tutumu ile ODKÖ arasında negatif yönde ($r=-0,239$, $p<0,05$; $r=-0,164$, $p<0,01$) anlamlı korelasyon olduğu, ayrıca KAET-Ç duygusal sıcaklığın ODKÖ'yü negatif ve anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. ODKÖ'nün LSAÖ ile olan ilişkisinde ODKÖ-KF anlamlı bir aracı rol oynamış olmakla birlikte, benlik saygısı, uyumsuz mükemmeliyetçilik ve algılanan ebeveyn tutumlarının bu ilişkide aracılık etkisi olmadığı gösterilmiştir.

Sonuç: Çalışmamızda, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtileri ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyetede farklı roller oynadığı düşünüldüğünde, olumsuz değerlendirilme korkusuna ek olarak olumlu değerlendirilme korkusunu da hedef alan

terapiler, tedavi sonuçlarında önemli iyileşmeler sağlayabilir. Bu sonuçlar, gelecekteki çalışmalarda olumlu değerlendirilme korkusunun gelişimsel ve klinik yönlerinin daha derinlemesine incelenmesi gerekliliğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Olumlu Değerlendirilme Korkusu, Sosyal Anksiyete, Uyumlu Mükemmeliyetçilik, Uyumsuz Mükemmeliyetçilik, Benlik Saygısı, Ebeveyn Tutumları

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP OF FEAR OF POSITIVE EVALUATION WITH SOCIAL ANXIETY, PERFECTIONISM, SELF-ESTEEM AND PERCEIVED PARENTAL ATTITUDES IN HEALTHY YOUNG ADULTS

Dr. Özge ARIKAN

Objectives: Although social anxiety has been mostly associated with fear of negative evaluation, studies have recently appeared in the literature indicating that this experience is associated with fear of positive evaluation. In our study, we aimed to examine the relationship between fear of positive evaluation and social anxiety levels, as well as the relationship with perfectionism, self-esteem and perceived parental attitudes that may be associated with social anxiety. The mechanisms underlying the prediction of social anxiety by fear of positive evaluation will be investigated.

Material and Method: The sample of the study consisted of undergraduate and associate degree program students studying in Istanbul in the 2023 - 2024 academic year. A sociodemographic and clinical data form prepared by the researcher, Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS), Fear of Positive Evaluation Scale (FPES), Fear of Negative Evaluation Scale - Brief Form (FNES- BF), Frost Multidimensional Perfectionism Scale (FMPS), Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), Perceived Parental Attitudes Scale-Child Form (EMBU-Egna Minnen Barndoms Uppfostranand) were administered to 161 participants who consented to the study.

Results: It was found that there was a positive correlation between FPES and LSAS scores ($r=0.695$, $p<0.05$). The relationship between the LSAS and the FPES was stronger than the relationship between the FNES- BF. It was found that there was a negative correlation ($r=-0,231$, $p<0,05$) between the FPES and the FMPS adaptive perfectionism and a positive correlation ($r=0,536$, $p<0,05$) between the FMPS and maladaptive perfectionism. While adaptive perfectionism negatively and significantly predicted the FPES, maladaptive perfectionism positively and significantly predicted the FPES. There was a significant and positive correlation ($r=0.555$, $p<0.05$) between FPES and low self-esteem, and low self-esteem was found to be a predictive factor for FPES. It was found that there was a positive correlation between FPES and EMBU maternal and paternal rejectionism ($r=0,320$, $p<0,05$; $r=0,262$, $p<0,05$) and overprotective attitude ($r=0,318$, $p<0,05$; $r=0,202$, $p<0,01$), whereas there was a negative correlation between EMBU maternal and paternal emotional warmth attitude and FPES ($r=-0,239$, $p<0,05$; $r=-0,164$, $p<0,01$), and it was also found that the EMBU emotional warmth attitude negatively and significantly predicted the FPES. In the relationship between the FPES and LSAS, FNES-BF played a significant mediating role, but self-esteem, maladaptive perfectionism and perceived parental attitudes were not found to mediate this relationship.

Conclusions: In our study, fear of positive evaluation was found to be associated with social anxiety symptoms. Considering that fear of positive and fear of negative evaluation play different roles in social anxiety, therapies targeting fear of positive evaluation in addition to fear of negative evaluation may provide significant

improvements in treatment outcomes. These results suggest that the developmental and clinical aspects of fear of positive evaluation should be examined in more detailed in future studies.

Key Words: Fear of Positive Evaluation, Social Anxiety, Adaptive Perfectionism, Maladaptive Perfectionism, Self-Esteem, Parental Attitudes

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Sosyal anksiyete, sosyal durumlarda başkaları tarafından değerlendirilme korkusuyla karakterize edilen yaygın bir deneyim olmakla birlikte, bu durum psikososyal işlevsellikte bozulacak kadar şiddetli bir noktaya ulaştığında sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) veya sosyal fobi olarak adlandırılır (1). Yapılan araştırmalarda SAB yaşayan bireylerin kişilerarası ilişkilerinin, günlük etkinliklerinin, okul başarılarının, mali ve mesleki işlevselliklerinin, medeni durumlarının ve sosyal desteklerinin etkilendiği (2) ve yaşam kalitelerinin azaldığı bildirilmiştir (3). SAB erken başlangıçlı, belirtileri çoğunlukla süreğen seyreden ve bu sebeple büyük oranda kronikleşen bir bozukluk olarak tanımlanmıştır (2). Kişilerde sosyal anksiyetenin ortaya çıkmasına zemin hazırlayacak, kişilerarası temaslarda sosyal anksiyetenin ortaya çıkması ve hatta sosyal anksiyete bozukluğuna dönüşmesine sebep olacak içsel süreçlerin aydınlatılması, bu yaygın belirtileri yaşayan kişilerin tedavi süreçlerine katkı sağlaması açısından önemlidir.

Olumlu değerlendirilme korkusu, sosyal durumlarda olumlu geri bildirim ya da övgü alınması durumunda kişinin sıkıntı ve endişe deneyimlemesi olarak tanımlanmaktadır. Olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkuları birbirleriyle ilişkili kavramlar olmakla birlikte, sosyal anksiyete fenotipine özgün katkıları olduğu kesitsel ve boylamsal çalışmalarda gösterilmiştir (4). Olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusuna ek olarak sosyal anksiyete belirtilerinde %9'luk bir varyans açıkladığı belirtilmiştir (5). Sosyal anksiyete bozukluğu için tanımlanan bilişsel modeller olumsuz değerlendirilme korkusunu temel bir özellik olarak kabul etmiştir (6,7). Bununla uyumlu olarak DSM kriterlerinde de olumsuz değerlendirilme korkusuna yer verilmiş olmakla birlikte, güncel yaklaşımlar genel olarak değerlendirilmenin SAB olan kişilerde kaygı yarattığını öne sürmektedir. Bu durum sosyal anksiyete bozukluğunda yalnızca olumsuz değerlendirilme korkusunun değil, olumlu değerlendirilme korkusunun da SAB sürecinde etken olabileceğine işaret etmektedir (8,9) ve son yıllarda olumlu değerlendirilme korkusu üzerinde daha fazla durulan fenomenlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete üzerinde bağımsız olarak belirleyici bir faktör olduğunu gösteren araştırmalar olmakla birlikte, hangi mekanizmalar üzerinden sosyal anksiyeteyi belirlediği ve sosyal anksiyeteyi yordayan diğer faktörlerle ilişkisini açıklayan araştırma sayısı oldukça kısıtlıdır. Bu çalışmada olumlu değerlendirilme korkusunun kişinin sosyal temasta ilk olarak bulunduğu ebeveynleri ile ilişkisi, kendisini değerlendiren kişi olarak kendisine ve eylemlerine yaklaşımını inceleyen mükemmeliyetçilik ve eylemleri ortaya döken kişi olarak benlik ile, dolayısı ile benlik saygısıyla ilişkili olabileceği varsayımından yola çıkılarak bu parametrelerle ilişkilerinin değerlendirilmesi, olumlu değerlendirilme korkusunun bireysel ve çevresel belirleyicilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla üniversite öğrencisi sağlıklı genç erişkinlerden oluşan örneklem grubunda olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete düzeyleri ile ilişkisi başta olmak üzere sosyal anksiyete ile ilişkilendirilebilecek mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumları ile ilişkisi araştırılacaktır. Olumlu değerlendirilme korkusunun hangi mekanizmalar üzerinden sosyal anksiyeteyi yordadığı aydınlatılmaya çalışılacaktır. Çalışmamızda aşağıdaki varsayımlar test edilmek istenmiştir:

1. Olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Olumlu değerlendirilme korkusu düzeyi artarken sosyal anksiyetenin de artması beklenmektedir.

2. Olumlu değerlendirilme korkusu ile mükemmeliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Maladaptif (uyumlu olmayan) mükemmeliyetçilik arttıkça olumlu değerlendirilme korkusunun da artması beklenmektedir.

3. Olumlu değerlendirilme korkusu ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Benlik saygısı puanı azaldıkça olumlu değerlendirilme korkusunun artması beklenmektedir.

4. Algılanan ebeveyn tutumları ile olumlu değerlendirilme korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır.

5. Olumlu değerlendirme korkusu ve sosyal anksiyete ilişkisi üzerinde benlik saygısı, mükemmeliyetçilik ya da ebeveyn tutumlarının aracılık etkisi vardır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. SOSYAL ANKSİYETE

2.1.1. Sosyal Anksiyeteye Kavramsal Bir Bakış

Birçok insan, özellikle yeni kişilerle tanıştıkları sosyal ortamlarda ya da başkaları tarafından gözlemlendiklerini hissettikleri durumlarda bir miktar kaygı yaşayabilir. Bu tür "başkaları tarafından incelenme kaygısı" yalnızca insanlara özgü bir durum değil, aynı zamanda hayvanlar arasında da gözlemlenen bir fenomendir. Özellikle tanıdık olmayan çevrelerde ve başkalarının bakışlarının ne anlama geldiği konusunda belirsizlik olduğunda, bu bakışlar daha tehdit edici algılanabilir. Bu bağlamda, sosyal anksiyetenin evrensel bir deneyim olduğu ifade edilebilir. (10). Ayrıca, sosyal anksiyete sadece insanlarda değil, diğer primat türlerinde de görülebilen bir olgudur (11). Araştırmalar, sosyal baskınlık ve itaatkarlık hiyerarşilerinin, insanlar dahil olmak üzere pek çok primatta sosyal anksiyete davranışlarının önemli bir belirleyicisi olabileceğini öne sürmektedir (12).

Sosyal kaygılar ve korkular, yararlı ve uyum sağlayıcı olabileceği gibi, engelleyici ve uyum bozucu olabilen, değişen yoğunlukta süreklilik gösteren bir spektrum olarak değerlendirilir. Sosyal etkileşimlerde uygunsuz sosyal davranışların engellenmesi, odağın mevcut etkileşimde tutulması ve sosyal performanslar veya sunumlara iyi hazırlanabilmek için anksiyete işlevselliği ve üretkenliği arttırabilirken, artan sosyal anksiyete tüm bu alanlarda sosyal etkileşimleri olumsuz yönde etkileyebilir, kişinin yalnız kalmasına rağmen yakın ilişkiler geliştiremeyip sürdürememesine, ilişkilerini sınırlandırma eğilimine girmesine yol açabilir (13). Sosyal durumlarla ilişkili hoş olmayan duygusal durumlar ve uyumsuz davranışlar birçok insan için önemli, hayatı etkileyen sorunlar olabilir. İnsanların sosyal doğası ve sosyal ilişkilerin işlevsel yapısı (örneğin, sosyal destek) göz önüne alındığında, sosyalleşmeden tutarlı bir şekilde kolayca kaçınılamayacağından, başkalarıyla etkileşime girme ile ilişkili rahatsızlığın özellikle zorlayıcı olacağı sonucuna varılabilir (14). Diğer fobilerde veya fobik benzeri bozukluklarda, kaygıyı önlemek veya azaltmak amacıyla fobik durumdan kaçınılabilmesi mümkün olabilirken, sosyal anksiyetede çoğunlukla mümkün olmamaktadır (15). Sosyal anksiyeteyi diğer

kaygılardan farklı kılan en temel ayrım, kişilerarası değerlendirmelerin olması veya olma olasılığının bulunmasıdır.

Sosyal anksiyete, korkular ve bozukluklar çok yönlü değerlendirilmesi gereken fenomenlerdir. Marks'ın ilk yazılarından bu yana (16) davranış ve sağlık bilimciler, aşırı uçlarda ciddi şekilde sınırlayıcı olabilen bu sorunların çeşitli boyutlarını incelemişlerdir. Buna karşılık, durumsal olarak kısıtlı ve hafif veya orta düzeydeki sosyal kaygılar gelip geçici olabilir, belirsiz durumlarda sosyal duyarlılığa yol açabilir ve hatta bir kişinin bir ödülü kabul ederken konuşma yapması veya bir kişinin çekici bulduğu biriyle çıkmak için telefon etmesi gibi olumlu bir şekilde uyarıcı olabilir. Sosyal anksiyetenin bu dereceleri bize aynı zamanda bizi benzersiz bir şekilde insan yapan şeyin ne olduğuna dair ipuçları da verir.

Sosyal anksiyete bozukluğu (SAB) ise, yaşanan kaygının yoğunluğu ve kişinin yaşadığı sıkıntı veya işlevsellikteki bozulma ile karakterize edilir (17).

2.1.2. Sosyal Anksiyete ve Psikopatoloji

Sosyal anksiyete çoğunlukla olağan işlevsellik ile ilişkili olurken, bu deneyimin işlevselliği bozan klinik durumu olan sosyal anksiyete bozukluğu; kişinin başkaları tarafından değerlendirilme ihtimalinin olduğu sosyal durumlarla ilgili korku ya da kaygı duyma durumu olarak tanımlanmaktadır. Bu bozukluğa sahip kişiler uygunsuz davranmaktan, etrafındakiler tarafından olumsuz değerlendirilmekten veya yargılanmaktan, kaygının titreme, kızarma, terleme gibi fiziksel belirtilerini göstermekten korkabilirler. SAB tanısı konulabilmesi için kişideki endişe durumunun toplumsal yapı içerisinde neredeyse her zaman ortaya çıkması gerekmektedir. Bu kişiler endişe durumu ortaya çıktığı zaman toplumsal durumlardan kaçınmakta ya da duruma yoğun bir kaygı hissederek devam etmektedir. Klinik olarak tanı konulabilmesi için gerekli olan diğer bir kriter ise kaygı şiddetinin toplumsal bağlama kıyasla daha orantısız, belirgin bir sıkıntıya ya da işlevselliğe neden olmasıdır (18).

Sosyal anksiyete, sosyal kaçınma ve utangaçlık belirtilerinin Hipokrat zamanından beri tanımlandığı bilinmektedir. İlk olarak 1879 yılında Beard sosyal anksiyetenin klinik özelliklerinden bahsetmiş olmakla beraber, “sosyal fobi” (phobie des situations sociales) terimi literatürde ilk olarak 1903’te Janet tarafından dile

getirilmiş, yazarken ya da konuşurken korku hisseden kişileri tanımlamak için kullanılmıştır. Marks ve Gelder ise 1966 yılında söz konusu bozukluğun diğer anksiyete bozukluklarından farklı bir tür olduğunu belirtmişlerdir (19). Bu klinik tanımlamalara rağmen sosyal anksiyete başlangıçta diğer anksiyete bozukluklarına kıyasla ihmal edilen ve üzerinde çalışılmayan bir konu olarak kalmış, bu duruma Liebowitz ve arkadaşları yaptıkları çeşitli çalışmalarla dikkat çekmişlerdir (20).

Psikiyatri tarihi göz önünde bulundurulduğunda, sosyal anksiyete çoğunlukla sosyal fobi adı altında ele alınmış olmakla birlikte, tanısal bir antite olarak sosyal anksiyete bozukluğunun ortaya çıkması görece yakın bir dönemdedir. DSM-I ve DSM-II'de tüm fobiler birlikte tanımlanmış, alt başlıklara ayrılmamıştır. Sosyal fobi, ayrı bir durum olarak ilk kez DSM-III'te tanımlanmıştır. Sosyal fobi tanısının temel özelliği topluluk önünde konuşma, yazma gibi farklı performans durumlarında aşırı gözlenme veya incelenme korkusuydu. Başlangıçta sosyal durumlardan daha genel bir kaçınma eğilimi gösteren bireylere kaçıngan kişilik bozukluğu tanısı konuldu ve sosyal fobi tanısının dışında tutuldu. Ancak çok geçmeden sosyal anksiyete bozukluğu olan birçok bireyin çok çeşitli sosyal durumlarda kaygı yaşadığı gözlemlendi. Bu nedenle DSM-III-R, 'yaygın tip sosyal fobi' alt tipini tanıttı ve kaçıngan kişilik bozukluğu için dışlama kriterlerini kaldırdı (21). 1994 yılında sosyal fobi için alternatif bir terim olan "Sosyal Anksiyete Bozukluğu", bu korkuların ne kadar genel ve yaygın olabileceğini vurgulamak ve fobi teriminin bu bozukluğu tanımlamak için uygun olmayabileceğini belirtmek üzere geliştirilmiş ve DSM-IV'te bu şekilde tanımlanmıştır (22). DSM-5'te sosyal anksiyete bozukluğunun yaygın tip belirleyicisi kaldırılarak yerine 'yalnızca eylem gerçekleştirme sırasında' belirleyicisi getirilmiştir. Buna ek olarak DSM-IV-TR'de bulunan "18 yaş altındaki bireylerde sürenin en az 6 ay olması" koşulu DSM-5'te "her yaş grubundan bireyde 6 ay" olacak biçimde değiştirilmiştir. Bunun yanında DSM-5'te "kişi korkusunun anlamsız veya aşırı düzeyde olduğunu bilir" şartı çıkartılarak "duyulan kaygı ve korku, söz konusu toplumsal durumda çekinilecek duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır" koşulu ilave edilmiştir (18). Buna göre DSM-5-TR'ye göre sosyal anksiyete bozukluğu, bireyin sosyal ortamlarda veya performans gerektiren durumlarda yoğun korku ve kaygı yaşaması ile karakterizedir. Bu kaygı, başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme veya küçük düşme endişesi ile ilişkilidir. Kişi, eleştirilme, reddedilme ya da utanç

verici bir duruma düşme korkusu nedeniyle bu tür sosyal etkileşimlerden kaçınabilir veya bunlara büyük bir sıkıntı ile katlanır. Bu durum, kişinin günlük yaşamını, işlevselliğini ve sosyal ilişkilerini önemli ölçüde etkileyebilir. Belirtiler, en az altı ay boyunca devam etmeli ve kişinin yaşına veya içinde bulunduğu kültürel bağlama uygun olmayan bir düzeyde olmalıdır. Kaygının başka bir tıbbi duruma veya madde kullanımına bağlı olmaması ve başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaması tanı için bir diğer kriterdir (18).

2.1.3. Epidemiyoloji ve Klinik Gidiş

Anksiyete bozuklukları içinde özgül fobiden sonra en sık görülen bozukluğun SAB olduğu bildirilmiştir. Amerikan Ulusal Komorbidite Araştırması verileriyle yapılan bir araştırmada sosyal anksiyete bozukluğunun 12 aylık ve yaşam boyu yaygınlık tahminlerini sırasıyla %7,1 ve %12,1 olarak saptanmıştır (23). Topluluk önünde konuşma anksiyetesi de dahil edildiğinde yaygınlık oranının %12,1'e ulaştığı saptanmıştır. 2017'de yapılan, 28 ülkeden 142.405 katılımcının dahil edildiği Dünya Ruh Sağlığı verilerine göre sosyal anksiyete bozukluğunun 1 aylık, 12 aylık ve yaşam boyu yaygınlık oranları sırasıyla %1.3, %2.4 ve %4 olarak bulunmuştur. Bu çalışmadaki verilere göre sosyal anksiyete bozukluğu yaygınlık oranları düşük/düşük-orta gelirli ülkelerde ve Afrika ve Doğu Akdeniz bölgelerinde en düşük, yüksek gelirli ülkelerde ve Amerika ve Batı Pasifik bölgelerinde en yüksektir. Dahil edilen ülkelerin tamamında genel literatüre uygun olarak erken başlangıç yaşı bildirilmiştir (24). SAB için bireylerin yaklaşık %50'sinde 11 yaşında ve bireylerin yaklaşık %80'inde 20 yaşından önce başlangıç bildirilmiştir (25). Farklı epidemiyolojik çalışmalarda SAB kadın erkek oranı 3:2 olarak bildirilmiştir (26).

SAB büyük oranda kronikleşme eğilimi gösteren bir bozukluktur. Yapılan farklı araştırmalarda ortalama hastalık süresi 25 yıl civarında bulunmuştur. Erken başlangıç yaşı ve yüksek hastalık şiddeti, olumsuz gidişatın en güçlü yordayıcıları olarak saptanmış, komorbid ruhsal bozukluk varlığı da bir diğer önemli faktör olarak belirtilmiştir (27).

2.1.4. Eştanılar

SAB eştanı varlığı oldukça yüksek bir ruhsal bozukluktur. Amerika Birleşik Devletleri'nde yapılmış Ulusal Eştanı Çalışması'nda, SAB'de eştanı oranı %81 olarak saptanmıştır (28). SAB ile en sık birlikte görülen ruhsal hastalıklar; madde kullanım bozukluğu, duygudurum bozuklukları ve diğer kaygı bozukluklarıdır. Hastalık başlangıç yaşı ne kadar erkense o kadar sık eş tanı olduğu görülmüştür (29). Olguların çoğunluğunda sosyal anksiyete bozukluğu diğer psikiyatrik bozukluktan önce geliştiği belirtilmektedir (30). 2008 yılında yayınlanan toplum temelli bir çalışmada SAB tanısı alanların %66'sında en az bir ruhsal bozukluk daha saptandığı ve sosyal anksiyete bozukluğunun obsesif kompülsif bozukluk, bipolar bozukluk ve panik bozuklukla güçlü bir şekilde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Aynı araştırmada korkulan sosyal durum sayısı arttıkça eştanı riskinin arttığı gözlenmiştir (31). Hastanemizde yapılmış bir araştırmada SAB olgularının %52'sinde ek bir psikiyatrik bozukluk bulunduğu, en sık depresyon ile agorafobili panik bozukluğun görüldüğü bildirilmiştir (32). Eştanı varlığında SAB belirtilerinin daha şiddetli olduğu, işlevsellikte bozulmanın daha fazla olduğu, bu kişilerin daha düşük yaşam kalitesine sahip oldukları ve tedavi sonuçlarının daha olumsuz olduğu bildirilmektedir (33).

2.1.5. Tedavi

Tedavide fluvoksamin, fluoksetin, paroksetin, sertralin ve essitolopram gibi seçici serotonin gerialım inhibitörleri (SSGI), venlafaksin (34) ve duloksetin (35) gibi serotonin norepinefrin gerialım inhibitörlerinin (SNRI) etkinliği gösterilmiştir. Bunun yanında bir mono-amin oksidaz-A inhibitörü olan moklobemidin ve non-selektif bir mono-amin oksidaz inhibitörü olan fenelzin etkili olduğu belirtilmiştir (36). Benzodiazepinler ve antikonvulzanlarla ilgili olumlu çalışmalar da yer almakla beraber Stein, bu gruplardaki çalışmaların kanıt değerinin düşük olduğunu belirtmiştir (37).

Holaway ve Heimberg (38), SAB'de bilişşel davranışçı terapilerde çalışılabilecek dört farklı modaliteyi tanımlamıştır:

Sosyal Beceri Eğitimi: SAB olan kişilerde iletişim ya da göz teması kurma yetenekleri gibi konulardaki yetersizliklerden dolayı kişilerarası ilişkilerde sorunlar

yaşayabilme ve diğer insanlarda olumsuz tepkiler uyandırma olasılıklarından yola çıkılarak geliştirilmiştir. SAB'de her ne kadar sosyal beceri eksikliği varlığı tartışmalı bir konu olsa da kişilerin bu egzersizlerden fayda görebileceği belirtilmektedir.

Bilişsel Yeniden Yapılandırma: Bireylerde anksiyeteye sebep olan durumdan önce, bu durum sırasında ve durum sonrasında ortaya çıkan düşüncelerini fark etmelerini sağlamaya yönelik bir yöntemdir. Tespit edilen bu düşüncelerin geçerliliği yönlendirilmiş keşif aracılığıyla değerlendirilebilir ve elde edilen bilgiler ışığında alternatif düşünceler geliştirilebilir.

Korkulan Durumlara Maruz Bırakma: Korkulan bir durum ile karşılaşma ile habituasyon ve sönme fenomenleri gözlenmekte, bu durum kaygı azaldıkça kişinin çevresel uyaranı olumlu biçimde değerlendirme fırsatı bulmasına destek olmakta, bunun neticesinde ise kaçınma davranışlarında azalma beklenmektedir.

Gevşeme Eğitimi: Hastaların sıklıkla kaygılandıkları titreme, kızarma ve çarpıntı, gibi somatik belirtilere yöneliktir. Bu tekniğin, semptomları geçici olarak hafifletmesine rağmen, altta yatan bilişsel çarpıtmaları ve kaçınma davranışlarını ele almakta yetersiz kaldığı bu nedenle sosyal anksiyete bozukluğunda kullanımının son dönemde azaldığı belirtilmektedir. Bu nedenle, tedavinin uzun vadeli etkinliği açısından maruz bırakma ve bilişsel yeniden yapılandırma gibi teknikler daha fazla tercih edilmektedir (39).

2.1.6. Kuramlar Açısından Sosyal Anksiyete

2.1.6.1. Psikanalitik Açıklama

Psikodinamik modellerde zihinsel bozukluklar ego-savunma işlevinde bozulma olsun ya da olmasın, çözülmemiş çatışmalı duyguların sonucu olarak kavramsallaştırılır (40). Özellikle kaygı, psikodinamik teoriler ve terapilerde üzerinde durulan bir kavramdır (41). Ego psikolojisine göre SAB'deki değer kaybı algısı, duygulanım algısı ve duygulanım kontrolü gibi bozulmuş ego işlevlerinden kaynaklanmaktadır (40).

Nesne ilişkileri perspektifinden bakıldığında SAB, erken dönem kişilerarası deneyimlerin içselleştirilmesinin sonucudur. Eğer değersizleştirilmiş kendilik

temsilleri değersizleştirilmiş nesne temsilleriyle bağlantılıysa, diğerleri tehlikeli olarak algılanır (42). Gabbard ise SAB'de öfkenin (saldırganlığın) ve suçluluğun rolünü vurgulamıştır (43). Bowlby anksiyete bozukluklarını güvensiz bağlanmayla ilişkilendirmiş (44), Eng ve arkadaşları bağlanma biçemlerinin önemini vurgulamış (45), Vertue SAB için geliştirdiği modelde bağlanma teorisine yer vermiştir (46).

2.1.6.2. Evrimsel Açıklama

Sosyal anksiyeteye ilişkin evrimsel açıklamalar bu kaygının bireylerin hayatta kalma ve üreme kaynaklarına erişim için diğer bireyler veya sosyal gruplar arasındaki bağlantıları sürdürmeye yönelik bir mekanizma olduğunu (46), hiyerarşik olarak yapılandırılmış sosyal grupların uyumunu sürdürmeye hizmet ettiğini belirtir (12). Gilbert, sosyal anksiyetenin, bireylerin kendilerini düşük veya istenmeyen niteliklere sahip olarak gördüğü ve bu nedenle bulundukları statüyü kaybetme riskiyle karşı karşıya olduğu, dolayısıyla sosyal kaynaklar üzerinde kontrolü kaybettiği bağlamlarda tetiklenen bir tür rekabet kaygısı olduğunu savunmuştur. Sosyal fobisi olan kişiler hiyerarşide alt sıralarda yer aldıklarında rekabet alanlarında güvende hissetmek için otomatik olarak çeşitli stratejiler kullanırlar. Bu tür durumlarda kişi baskın bireylere boyun eğme sinyali vererek, egemen olanın kaynaklara veya rütbeye yönelik ciddi bir tehdit olmadığını bilmesini sağlar (47).

Sosyal hiyerarşi düzeninin üst kademelerindeki diğer kişilerden gelecek tehditler konusunda kaygılı olan birey, ne söyleyeceğini aşırı pratik ederek, kısa konuşmalar yaparak, başkalarının sözünü kesmeyerek veya konuşmalara katılmayarak, bakışlardan kaçınarak kendisini güvende hissedebilir. Bu tür itaatkâr davranışlar, kişinin ast konumunu pekiştirir (48,49). Sosyal anksiyetede tanımlanan güvenlik davranışlarının çoğu muhtemelen boyun eğici savunma sisteminin parçasıdır (50). Sosyal anksiyeteli katılımcıların reddedilmekten kaçınmak için becerilerini öne çıkarmak yerine ast statülerini vurgulayarak kaçınmaya çalıştıklarını gösteren çalışmalar mevcuttur (46,51).

2.1.6.3. Bilişsel Modeller

Dünya çapında birçok bireyin yaşam kalitesini ve günlük işlevlerini etkileyen en yaygın anksiyete bozukluklarından biri olan, yüksek eştanı ve kronik olma eğilimi

gösteren sosyal anksiyete bozukluğu araştırmacıların ilgisini çekmiş, sosyal anksiyetenin hangi mekanizmalarla ortaya çıktığı ve sürdüren faktörler aydınlatılmaya çalışılmıştır. Bu bölümde sosyal anksiyeteyi açıklamaya çalışan başlıca bilişsel modeller tanıtılacaktır.

2.1.6.3.1. Sosyal Nesne Olarak Benlik: Clark ve Wells (1995) Sosyal Anksiyetenin Bilişsel Modeli

Psikolog David M. Clark ve Adrian Wells, 1995 yılında ortaya koydukları bilişsel modellerinde görece olumlu sosyal etkileşimlere rağmen sosyal anksiyetenin neden devam ettiğini açıklamayı amaçlamışlardır. Bu modele göre, bireylerin kendilerini algılama ve sosyal etkileşimleri yorumlama biçimleri sosyal anksiyetenin sürekliliğinde kritik bir rol oynamaktadır. SAB olan kişiler, kendisi hakkında başkalarına belirli bir olumlu izlenim aktarmak için güçlü bir istek duymalarına rağmen bunu yapabilme becerisi konusunda belirgin bir güvensizlik hissederler. Buna eşlik eden, aşağıda tanımlanacak olan işlevsel olmayan bilişsel süreçler, davranışların ve fizyolojik tepkilerin sosyal anksiyeteyi şiddetlendirmek ve sürdürmek için birbirine kenetlendiği bir kısır döngü oluşturabilir.

İşlevsel olmayan süreçlerden ilki, kişinin sosyal durumları bir tehlike olarak algılaması, sosyal olarak yetersiz bir şekilde davranma olasılığının yüksek olduğu ve bunun da başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme veya reddedilme ile sonuçlanacağı inancı yatmaktadır. Bu algılanan tehdit, kişinin 'yanlış bir şey yapmamak için' dikkatini kendisine yöneltmesine neden olacak, bu durum da hem kişinin benliğini 'sosyal bir nesne' olarak algılamasına sebebiyet verecek, hem de dışarıdan gelecek geri bildirimleri algılamasına engel olacak ve bu geri bildirimleri etrafındaki kişilerden gelen verilerle değil, kendi içsel bilgileri ve yorumlamalarıyla -muhtemelen olumsuz olarak- algılamasına neden olacaktır.

Sosyal etkileşimler esnasında korkulan sonuçları önlemek veya kaygıyı hafifletmek için bireyler tarafından kullanılan stratejiler güvenlik sağlayıcı davranışlar olarak tanımlanır. Bunlar, çok az konuşmak, göz temasından kaçınmak veya konuşmadan önce cümleleri prova etmek gibi algılanan sosyal tehditlerden kaçınarak kaygıyı azaltmak için kullanılan stratejilerdir. Bu davranışlar geçici bir rahatlama

sağlamakla birlikte bazı sakıncaları vardır. İlk olarak bu davranışlar, kişinin sosyal etkileşimlerle ilgili olumsuz inançlarını sınamasını engeller ve böylece kaygıyı sürdürür. Ayrıca güvenlik davranışları korkulan davranışın veya sonucun gerçekleşme olasılığını arttırabilir. Örneğin az göz teması kuran ya da az konuşan bir kişi sosyal etkileşim içinde olumsuz algılanabilir ya da elinin titremesinden çekindiği için bardağı sıkıca tutan bir kişinin eli daha fazla titreyebilir.

Clark ve Wells, sosyal olarak kaygılı bireylerin sosyal etkileşimler sırasında tipik olarak odakları içe kaydırdıklarını vurgulamaktadır. Bu artan kendine odaklı dikkat, kişinin kendi davranışlarını ve anksiyete semptomlarını daha fazla izlemesine yol açar ve buna genellikle kişinin başkalarına nasıl göründüğüne dair canlı ve olumsuz bir imaj eşlik eder. Bu benlik algısı genellikle gerçeklikle çelişir ve kaygı ve yetersizlik duygularını daha da belirginleştirebilir.

Sosyal anksiyetenin sürmesine neden olan dördüncü süreç, olay öncesinde ve sonrasında ortaya çıkan bilişsel süreçlerdir. Sosyal açıdan kaygılı bireyler, genellikle en kötü durum senaryolarını hayal ederek gelecekteki sosyal etkileşimleri tahmin ettikleri ve planladıkları olay öncesi işleme sürecine girerler, yaklaşan sosyal etkinliklerden önce ayrıntılı zihinsel provalar yaparlar beklenti anksiyetesi yaşarlar. Olayın ardından, olay sonrası işleme, kişinin performansının ve algılanan kusurların veya başarısızlıkların ayrıntılı bir analizini içerir. Bu ruminasyon ağırlıklı olarak olumsuzdur ve bireyin sosyal yetersizlik algısını güçlendirir (6).

2.1.6.3.2. Algılanan İzleyici: Rapee ve Heimberg (1997) Sosyal Anksiyetenin Bilişsel- Davranışçı Modeli

Rapee ve Heimberg'e göre utangaçlık, çekingen kişilik ve sosyal anksiyete bir spektrum gibi düşünülebilir ve SAB'li bireyler bu spektrumun üst ucunu meydana getirir. Bu modele göre SAB olan ve olmayanlar arasındaki fark, sosyal ipuçlarını ne ölçüde tehdit olarak algıladıklarıdır (7). SAB'li kişiler, başkaları tarafından kabul edilmeye büyük bir önem atfederken bir yandan da diğer kişilerin onları olumsuz değerlendireceğini varsayarlar. Benliğin başkaları tarafından görülen zihinsel temsilleri ile başkalarının algılanan beklentileri arasındaki uyuşmazlık, SAB'nin temelinde yatmaktadır.

Bu modelde hiçbir sosyal etkileşimin gerçekleşmediği durumlar da bir tehdit olarak algılanabilir ve kaygı uyandırmak için yeterli olabilir. Sözgelimi, sokakta yürüyen bir yabancı, sosyal anksiyeteye sahip kişinin görünüşü ve davranışları için bir izleyici ve potansiyel bir yargılayıcı haline gelebilir. SAB'li bireyler için, bir izleyici varlığı ihtimali, bu izleyici tarafından algılandığını hayal ettikleri benliğin zihinsel bir temsilini harekete geçirir. Bu zihinsel temsil, çoğunlukla çarpıtılmış bir imgedir. Ayrıca SAB'li bireyler izleyiciler tarafından algılanan benliğin zihinsel temsilini izlemeye ve bunu kontrol etmeye odaklandıkları için dikkatleri dağılır ve sosyal performans zarar görür. Düşük performans benliğin olumsuz zihinsel temsillerini doğrulamaya hizmet eder. Bu döngüden kurtulmak amacıyla sosyal açıdan kaygılı birey sıklıkla korkulan durumlardan kaçınma yoluna gider. Bununla birlikte, davranışsal kaçınma bir başka utanç ve hayal kırıklığı kaynağı haline gelir ve izleyiciler tarafından görüldüğü şekliyle benliğin giderek daha olumsuz bir zihinsel temsiline katkıda bulunur (7).

2010 ve 2014 yılında Heimberg ve arkadaşları SAB'de meydana gelen süreçlerle ilgili yeni bulgulardan elde edilen bilgileri dahil ederek modelin güncellenmiş versiyonlarını yayınlamışlardır. Bu modele yapılan bir önemli ekleme, SAB'nin sürdürücü bir faktörü olarak olay sonrası işlemenin dahil edilmesidir. Clark ve Wells (1995) tarafından tartışıldığı üzere olay sonrası işleme, bir kişinin bir durumu meydana geldikten sonra gözden geçirmesi ve hatırlaması olgusunu ifade eder. Bu hatırlama genellikle önyargılı ve çarpıktır, bu da gelecekteki durumlardan korkmayı ve kaçınmayı körükler. Bu nedenle olay sonrası işleme, bir sosyal durum deneyimini bir sonrakine bağlayarak devam eden bir süreç olarak düşünülebilir (52,53).

Modelde yapılan bir diğer önemli değişiklik, SAB'de temel korku olduğu düşünülen olumsuz değerlendirme korkusunun tekrar ele alınmasıdır. Yapılan araştırmalar sosyal açıdan kaygılı bireylerin ister olumlu ister olumsuz olsun her türlü değerlendirmeden korktuklarını göstermektedir. Olumlu değerlendirilme korkusu, başarılı sosyal performansın başkalarının gelecekteki sosyal etkileşimlerde başarının devamını bekleyecekleri inancını harekete geçirmesi durumunda ortaya çıkabilir, ancak kişi bu artan beklentileri karşılama becerisinden şüphe duyabilir. Olumlu değerlendirilme korkusu kavramı, sosyal açıdan kaygılı bireylerin dikkatleri üzerlerine

çekmeyerek mevcut sosyal statülerini korumaya çalıştıklarını öne süren daha önce bahsedilen evrimsel SAB modeline dayanarak öne sürülmüştür (47). Bu sayede kişiler statü kaybetme riskine girmez ve elde etmiş olabilecekleri yüksek sosyal statüyü savunmak için daha güçlü diğerleriyle çatışmaya girmek zorunda kalmazlar. Rapee-Heimberg modelinde yapılan güncelleme ile model artık SAB'li kişilerin olumlu ya da olumsuz her iki değerlendirilme işaretlerinden korktuğunu ve bunlardan kaçındığını öne sürmektedir (52).

2.1.6.3.3. Hofmann'ın Sosyal Anksiyete Modeli

Hofmann (2007), SAB'ye yönelik bilişsel-davranışçı yaklaşımların çoğunun genel bilişsel-davranışçı modellerden oluştuğunu ve bozukluğa özgü olmadığını savunmuş, önceki modellere ek olarak sosyal anksiyeteye özgü olduğunu belirttiği bazı eklemeleri olmuştur. Bu modele göre sosyal anksiyete döngüsü, kişinin sosyal performans standartlarının yüksek olduğu ve kendisinin bu standartları karşılayamayacağı algısıyla başlar. Bu nedenle sosyal anksiyeteye sahip bireyler performans beklentilerini düşük tutmak için motive olurlar ve başkalarının kendilerinden beklentilerinin artmaması için kasıtlı olarak başarısız olmak gibi bir strateji izleyebilirler ki bu durum olumlu değerlendirilme korkusuna işaret etmektedir. Beklentileri karşılayamayacağına inanan kişi, sosyal hedefler belirleme, tanımlama ve bu hedeflere ulaşmaya yönelik eylemleri planlamakta ve bunları uygulamakta zorlanır. Bu zorlantı sosyal ortamlara girdiklerinde endişenin artmasına neden olur. Hoffman kendisinden önceki modeller gibi SAB'li kişilerin sosyal becerilerini zayıf gördüklerini belirtir, buna ek olarak bu bireylerin kendilerini duyguları üzerinde düşük kontrole sahip olarak algıladıklarını belirtmektedir. Olumsuz benlik algıları, duygusal kontrol ve sosyal becerilerin zayıf algılanması birleşerek kaygının ve başarısızlık beklentisinin artmasına yol açmaktadır (54).

2.1.6.4. Nörobiyolojik Etkenler ve Genetik Geçiş

SAB etiyolojisinde en güçlü şekilde araştırılan beyin yapıları amigdala ve prefrontal kortekstir (55). 2012 yılında yapılan bir metaanalizde, yetişkin SAB hastalarının sosyal alanda duygusal uyaranlara yanıt olarak artmış bilateral amigdala aktivasyonu gösterme eğiliminde olduğu bildirilmiştir (56). Bir başka çalışmada, SAB olgularının sağlıklı kontrollerle karşılaştırıldığında subgenual anterior singulat

korteks, parahipokampal girus, orbitofrontal korteks, inferior frontal korteks ve amigdala bölgelerinde olumsuz ifadeye sahip yüzlere karşı daha fazla yanıt aktivasyonu meydana geldiği belirlenmiştir (57). Kişinin kendisine dair olumsuz inançları ve başkaları tarafından olumsuz değerlendirilme korkusunun bilişsel yeniden değerlendirme sürecinde, sol talamus ve inferior pariyetal lobüldeki aktivitelerin etken olduğu gösterilmiştir (57,58).

Caouette ve Guyer, SAB veya davranışsal olarak engellenmiş mizaçları olan çocuk ve ergenlerle yapılan beyin görüntüleme çalışmalarını gözden geçirmiş ve kaygılı olmayan kontrollerle karşılaştırıldığında, bu gençlerin tehdit edici yüz uyaranlarına dikkat etmeye yanıt olarak amigdala hiperaktivasyonu gösterme eğiliminde oldukları sonucuna varmıştır (59). Amigdala aktivitesinin prefrontal korteks üzerinden düzenlendiği beyin görüntüleme çalışmalarında gösterilmiştir (60). Artmış amigdala yanıtı sırasında mezofrontal alanlarda serotonerjik sistem değişiklikleri bildirilmiştir. (61,62).

Sağlıklı erişkinlerde iki hafta süreyle sitolopram kullanımından sonra boyun eğici davranışların azaldığı, göz temasının ve sosyal yakınlaşmanın arttığı belirlenmiştir. (63). Yine seratonerjik sistemin etkisini destekler nitelikte, sitolopramın akut uygulamasında sağlıklı erişkinlerde emosyon okuma yetisini artmış bulunmuştur (64). SAB tedavisinde seçici serotonin gerialım inhibitörü (SSRI) grubu ilaçların etkinliği de bu bulguları doğrular niteliktedir. (34)

Dopamin dizgesiyle ilgili yapılan SPECT çalışmalarında sosyal anksiyete bozukluğunda striatal dopaminerjik belirteçlerin seviyelerinde azalma olduğunu gösterilmiştir. (65,66). Bilişsel davranışçı terapi yapılan SAB tanılı kişilerde sosyal anksiyetedeki düşme ile dorsolateral prefrontal korteks, hipokampus ve medial prefrontal kortekstеki dopamin reseptör düzeyi arasında ters orantı olduğu saptanmıştır (67).

Bir "prososyal nöropeptit" olarak kabul gören ve karmaşık sosyal davranışlara aracılık ettiği gösterilen oksitosin dizgesi ile yapılan çalışmalara göre oksitosin reseptörlerinin aşağı regülasyonu SAB patofizyolojisi ile ilişkilendirilmiş, bu durumdan etkilenen hastaların bilişsel yanlış değerlendirmelerini açıklayabileceği

işaret edilmiştir (68). Bununla birlikte SAB hastalarında sağlıklı kontrollere kıyasla oksitosin seviyesinde önemli bir farklılık bulunmamıştır; ancak SAB hastalarında daha yüksek oksitosin seviyeleri sosyal anksiyete semptom şiddeti ve sosyal ilişkilerden memnuniyetsizlik ile ilişkilendirilmiştir (69). 24 SAB tanılı hasta ile yapılan randomize, çift-kör, plasebo kontrollü bir çalışmada, davranışçı maruz bırakma terapisine ek olarak nazal oksitosin uygulaması denenmiş, oksitosinin maruz kalma durumundaki anksiyete düzeylerini anlamlı ölçüde azalttığı görülmüş olmakla birlikte genel olarak tedavi başarısında etkisi saptanmamıştır (70).

Noradrenalin dizgesinin SAB'de oynadığı rol araştırılmış ancak birincil etkiden ziyade otonomik uyarılmışlık durumu ve bedensel belirtilerle ilişkili bulunmuştur (71).

SAB'nin ailesel geçişlilik gösteren bir durum olduğu yapılan farklı araştırmalarda gösterilmiştir (72-74). Avustralya ve Hollanda merkezli, çift yumurta ikizleri ile yürütülen bir çalışmada, SAB'de genetik yapının varyansın %50'sini açıkladığı bildirilmiştir. Bu oran panik bozukluk, yaygın anksiyete bozukluğu ve majör depresif bozukluk için bulunan oranlardan daha yüksektir (75). Selektif mutizmi olan çocukların ebeveynlerinin %37'sinde, kontrol grubu ebeveynlerinin ise %14,1'inde sosyal anksiyete bozukluğu saptanmıştır (76). SAB etiyolojisine yönelik bir başka boylamsal ikiz çalışmasında genetik (%17), paylaşılan çevresel faktörler (%15) ve bireye özgü çevresel faktörlerin (%68) belirleyici olduğu gösterilmiştir (77).

2.2. OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSU

Olumlu değerlendirilme korkusu, başkaları tarafından olumlu yönde değerlendirilmek veya övgü almaktan ötürü duyulan kaygı ve rahatsızlık hissi olarak tanımlanabilir (78). Her ne kadar SAB'nin bilişsel-davranışçı modelleri olumsuz değerlendirme korkusunu temel bir özellik olarak kabul etmiş, bununla uyumlu olarak DSM kriterlerinde de olumsuz değerlendirilme korkusuna yer verilmiş olsa da, güncel yaklaşımlar genel olarak değerlendirilmenin SAB olan kişilerde kaygı yarattığını öne sürmektedir. Bu da sosyal anksiyete bozukluğunda yalnızca olumsuz değerlendirilmenin değil, olumlu değerlendirilme korkusunun da etken olabileceğine işaret etmektedir (8,78).

Olumlu değerlendirilme korkusu ile ilgili ilk bulgular 1983 yılında Arkin ve Appelman tarafından ortaya konmuştur (79). Yaptıkları araştırmada düşük sosyal anksiyeteye sahip olan kişiler, sosyal performansları olumlu değerlendirildiğinde mutluluk deneyimlerken sosyal anksiyetesi yüksek katılımcılar olumlu değerlendirilmekten rahatsız olduklarını bildirmişlerdir. Araştırmacılar bu durumu, yüksek sosyal anksiyeteye sahip kişilerin kendileriyle ilgili olumsuz öz atıfları ve yapılan olumlu geri bildirimin yanlış olduğu inancı ile ilişkilendirmişlerdir (79). Bununla uyumlu olarak Wallace ve Alden'ın çalışmalarında benzer bulgular bildirilmiş, başarılı sosyal deneyimlerde olumsuz duygulanımın ortaya çıkması, gelecekteki etkileşimlerde kişiden daha fazlasının bekleneceğine dair inançlar ile ilişkilendirilmiştir (80,81). Evrimsel modele göre kendisini diğer insanlardan aşağı hisseden kişi için statü artışı, başkalarıyla çatışma içine girme kaygısı veya herhangi bir kazancın gelecekte korunamayacağı ya da savunulamayacağı korkusunu beraberinde getirir. Bu durum iyi edimde bulunma korkusu (fear of doing well) olarak adlandırmıştır (47). Sosyal anksiyetenin evrimsel modelini destekleyen şekilde, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının farklı yollardan benzer hedeflere hizmet ettiği ileri sürülmektedir. Kendilerini sosyal olarak diğerlerinden daha aşağıda algılayan bireyler grubun diğer üyeleri tarafından bir tehdit olarak görülebilecekleri olumlu bir izlenim vermekten yani sosyal hiyerarşide yukarı doğru bir değişiklikten kaçındıkları gibi, gruptan dışlanacak kadar istenmeyen görünmekten, sosyal hiyerarşide aşağı doğru bir kaymayı önlemekten de kaçınırlar (82). Bu açıklamaya göre hem olumlu hem de olumsuz değerlendirilme kişinin mevcut sosyal hiyerarşik konumunu muhafaza etmesine yardımcı olmaktadır.

Weeks ve arkadaşları, yaptıkları araştırmalar sonucunda olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun birbirinden farklı iki yapı olduğunu bildirmişlerdir. Ek olarak sadece olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteyi açıklamakta yeterli olmadığını belirterek olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu yapılarını barındıran iki yönlü bir değerlendirilme korkusu modelinin, tek yönlü bir modelden daha açıklayıcı olduğunu belirtmişlerdir (78). İki yönlü değerlendirilme korkusu modeli ("Bivalent Fear of Evaluation"), sosyal anksiyete bozukluğunun anlaşılmasına katkı sağlayan önemli bir çerçeve sunmaktadır. Geleneksel yaklaşımlar genellikle olumsuz değerlendirilme korkusuna odaklanırken, olumlu değerlendirilme

korkusunun da sosyal anksiyetenin sürdürülmesinde kritik bir rol oynadığı öne sürülmektedir (83). Olumlu ve olumsuz değerlendirilme birbirine zıt kavramlar değildir. Sosyal olarak kabul edilebilir olmadığına inanan kişinin her türlü değerlendirilmeden kaçınması beklenen bir durumdur, çünkü kişinin inanışına göre, olumlu değerlendirilse dahi bu durum diğer insanların kişinin kusurlarını ve zaaflarını fark etmesine yol açabilir (84).

2.2.1. Olumlu Değerlendirilme Korkusu ve Sosyal Anksiyete Bozukluğu

Weeks ve arkadaşları, olumsuz değerlendirilme korkusu kontrol edildikten sonra bile olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteyi yordadığı sonucuna ulaşmışlardır (8).

SAB ve depresyonun ortak ve ayrı etmenlerinin incelendiği bir çalışmada, olumsuz değerlendirilme korkusunun her iki bozukluk için ortak olduğu, olumlu değerlendirilme korkusunun yalnızca sosyal anksiyete belirtileriyle ilişkili olduğu belirlenmiştir (85). Bu veriler olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteye özgül olarak katkı sunduğuna işaret etmektedir.

Sosyal anksiyete için grup terapisine başvuran kişiler ile yapılan bir çalışmada olumlu değerlendirilme korkusu sosyal etkileşim kaygısı ile ilişkili bulunmuştur. Aynı çalışmada bilişsel davranışçı terapi ile olumlu değerlendirilme korkusunun anlamlı şekilde gerilediği bildirilmiştir (86).

Sosyal anksiyete bozukluğu, borderline kişilik bozukluğu ve sağlıklı örneklemle yapılan bir araştırmada olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete tüm örneklem gruplarında anlamlı olarak ilişkili bulunmuştur (87). Bir başka çalışmada sosyal anksiyete bozukluğu tanılı 35 kişi ve sağlıklı kontrollere laboratuvar ortamında olumlu ve olumsuz değerlendirme videoları izletilmiş, kişilerin bu değerlendirmelerle ilgili reaksiyonları hem öznel bildirim yoluyla hem de fasiyal elektromyelografi ve elektrokardiyografi ile uyaranlara verilen tepkilerin ölçülmesi yoluyla değerlendirilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre hem olumlu hem de olumsuz değerlendirilme videolarına verilen reaksiyonlar istatistiksel açıdan anlamlı olmakla birlikte, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteye daha özgün bir katkısı olduğu belirtilmiştir (88).

Olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının duygu düzenleme stratejileriyle ilişkilerinin araştırıldığı bir araştırmada her iki değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteye ayrı katkısı olduğu belirlenmiş, ayrıca iki tür değerlendirilme korkusunun farklı duygu düzenleme stratejileriyle ilişkili olduğu saptanmıştır. Olumsuz değerlendirilme korkusu ruminasyonla pozitif yönde ilişkiliyken, olumlu değerlendirilme korkusu bastırma ile pozitif, kabullenme ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur (89).

2020 yılında yapılan gözden geçirme çalışmasında olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun birbiriyle ilişkili olmakla birlikte ayrı yapılar olduğunu ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtilerine ayrıca etkisinin olduğu gösterilmiştir (90). 2022 yılında yapılan 147 araştırmanın dahil edildiği bir meta analizde, olumlu değerlendirilme korkusunun olumsuz değerlendirilme korkusuna ek olarak sosyal anksiyete belirtilerinde %9'luk bir varyans açıkladığı belirlenmiştir (5).

Olumlu değerlendirilme korkusu sosyal anksiyete ile ilişkili giderek daha fazla üzerinde durulan bir antite olmaktadır. Öyle ki Skocic ve arkadaşları, sosyal anksiyete bozukluğu DSM-5 tanı kriterlerinden B kriterinin 'olumsuz ve olumlu değerlendirilme korkusu' şeklinde değiştirilmesini önermiştir (91). Ayrıca 2020 yılında Weeks ve arkadaşları tarafından olumlu değerlendirilme korkusunu hedefleyen, iki oturumluk bir bilişsel davranışçı terapi protokolü geliştirilmiştir. Geliştirilen protokolde bilişsel yeniden yapılandırma çalışmasında olumlu sosyal sonuçları görmezden gelme gibi olumlu değerlendirilme korkusuna özgü olduğu belirtilen olumsuz otomatik düşünceler hedef alınmış, maruz bırakma çalışmaları ise kendini tanıtma ve iltifatları kabul etme şeklinde planlanmıştır. Önerilen protokol ile bekleme listesindeki kişilere göre SAB tanılı kişilerde olumlu değerlendirilme korkusunda istatistiksel olarak anlamlı şekilde gerileme olduğu belirtilmiştir (92).

Yakın zamanda yapılan kültürler arası bir çalışma, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete belirtilerinin bireyci kültürlerde (ABD, Avustralya) ve toplulukçu kültürlerde (Japonya, Kore) farklı şekillerde ilişkilendiğini göstermiştir. Analizler, toplulukçu kültürlerde sosyal anksiyete ve olumsuz değerlendirilme korkusunun daha yüksek olduğunu, bireyci kültürlerde ise olumlu değerlendirilme

korkusunun daha belirgin olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, olumlu değerlendirilme korkusunun sadece bireyci kültürlerde sosyal anksiyete belirtilerini doğrudan etkilediği belirlenmiştir. Bu bulgular, bireyci kültürlerde iki yapının daha ilişkili olduğunu, toplulukçu kültürlerde ise daha bağımsız olabileceğini düşündürmektedir (93). Araştırmaların çoğunun batılı örneklemlerle yapılmış olması, farklı kültürlerden daha fazla çalışma yapılması gerekliliğini ortaya koymaktadır.

2.3. MÜKEMMELİYETÇİLİK

Mükemmeliyetçilik hem normal adaptif davranışla hem de psikopatolojiyle ilişkilendirilebilen karmaşık bir olgudur (94). Adler "mükemmellik için çabalamanın yaşamın bir parçası, bir çaba, bir dürtü, onsuz yaşamın düşünülemeyeceği bir şey olması anlamında doğuştan geldiğini" belirtmiştir. Her bireyin mükemmellik hedefine farklı şekilde ulaşmaya çalıştığına ve hedefe yönelik işlevsel ve işlevsel olmayan davranışlar sergileyebileceğini belirtmiştir. İşlevsel mükemmellik çabası, kendini koruma, üreme ve çevreyle temas kurma yönündeki hareketi kolaylaştırır. İşlevsel olmayan davranışlara sahip kişiler ise başarıya yönelik davranışlarda gerçekçi olmayan yüksek standartlar ve katılık belirler (95).

Bu tanımıyla Alfred Adler'in, mükemmeliyetçiliği çok boyutlu olarak ilk tanımlayanlardan biri olduğu söylenebilir. Adler, mükemmeliyetçiliğin uyum sağlayıcı ve uyumu bozan yönlerini vurgulamıştır (95).

Horney tarafından mükemmeliyetçilik, "gerekliliğin tiranlığı" ("the tyranny of the should") olarak tanımlanmıştır. Mükemmeliyetçiliğin nevrotik bir eğilim olduğunu belirten Horney, kişinin kendisine mükerrer şekilde nasıl olması gerektiğiyle ilgili komutlar verdiğini, bu "gerekliliklerin" gerçekçi ve esnek olmadığını belirtmiştir. Bu beklentiler karşılanmadığında ortaya kaygı, umutsuzluk, kendini kınama gibi şiddetli olumsuz duyguların çıkabileceğini eklemiştir (96).

Frost ve arkadaşları, mükemmeliyetçiliğin olumsuz öz-değerlendirme eğilimleriyle ilişkili belirli yönlerine daha fazla odaklanan bir mükemmeliyetçilik modeli önermişlerdir. Mükemmeliyetçiliğin kişisel standartlar, davranışlardan şüphe, ebeveyn beklentileri, düzen, hata yapma endişesi ve ebeveyn eleştirisi olmak üzere 6

farklı alandan oluştuğunu öne sürmüşler ve "Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği" (FÇBMÖ) ölçeğini geliştirmişlerdir.

Frost ve diğerlerine göre, hata yapma endişesi alt ölçeği aşırı derecede özeleştirel ve öz-değerlendirici olmayı ifade eder ve mükemmeliyetçilik yapısının merkezinde bulunur. Davranışlardan şüphe alt ölçeği bireyin kararlarının veya davranışlarının doğruluğu konusunda hissettiği belirsizliği yansıtmaktadır. Kişisel standartlar alanı, bireylerin performanslarına ilişkin belirledikleri yüksek standartları ifade etmektedir. Oldukça eleştirel veya yüksek beklentilere sahip ebeveynlerle büyümenin mükemmeliyetçiliğe katkıda bulunduğuna inanıldığından, bu ölçekte ebeveyn beklentilerini ve ebeveyn eleştirisini ölçmek için alt ölçekler oluşturulmuştur. Son olarak, organizasyon alanı aşırı düzenli ve tertipli olmayı ifade etmektedir (97).

Tüm bu boyutlar ayrı ayrı incelendiğinde, hatalar hakkında endişe ve davranışlardan şüphe hem anksiyete hem de depresyon ile en güçlü korelasyona sahip boyutlar olarak ortaya çıkmaktadır (98,99). Mükemmeliyetçiliğin boyutları ile psikopatoloji arasındaki pozitif ilişkinin aksine, kişisel standartların olumlu duygulanımla daha yakından ilişkili olduğu bildirilmiştir (94). FÇBMÖ içindeki bu ayrım, hatalar hakkında endişe, davranışlardan şüphe, ebeveyn eleştirisi ve ebeveyn beklentilerinin uyumsuz mükemmeliyetçiliğe, kişisel standartlar ve organizasyonun uyumlu mükemmeliyetçiliğe yüklendiğini gösteren bir faktör analitik çalışmasıyla (98) desteklenmiştir. Uyumsuz mükemmeliyetçilik, bireyin hedeflerine ulaşmada başarısız olmakla ilgili sıkıntısını temsil ederken, uyumlu mükemmeliyetçilik kişinin kendisiyle ilgili algıladığı değeri nedeniyle vazgeçmek istemediği mükemmeliyetçi düşünce ve davranışları içermektedir (100). Uyumsuz mükemmeliyetçilik, hem kaygı hem de depresyonla anlamlı ve pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (99,101).

Mükemmeliyetçi bireylerin, özellikle gerçek sosyal performansları ile başkalarının onlardan bekledikleri arasında algılanan bir tutarsızlık olduğunda sosyal anksiyete belirtileri gösterdikleri ortaya konmuştur (102). Yapılan farklı çalışmalarda, SAB'den muzdarip bireylerin mükemmeliyetçilik ölçümlerinde sağlıklı kontrollerden daha yüksek puanlar aldıkları belirtilmiştir (103,104). Ayrıca, çeşitli çalışmalar hem klinik hem de klinik olmayan örneklemlerde mükemmeliyetçilik, sosyal anksiyete ve olumsuz değerlendirme korkusu arasında bağlantılar olduğunu göstermiştir (105,106).

Bununla birlikte, yapılan deneysel çalışma bulguları SAB ile mükemmeliyetçiliğin tüm alt boyutları ile anlamlı ilişki içinde olmadığını göstermektedir. Yüksek düzeyde uyumsuz mükemmeliyetçilik düzeyinin sosyal anksiyetesi olan örneklerde daha fazla semptom şiddeti ile ilişkili olduğu ortaya koymuştur (107). Uyumsuz mükemmeliyetçiliği oluşturan “hata yapma endişesi" ve “davranışlardan şüphe”dir ve bunlar aynı zamanda sosyal anksiyete bozukluğunu diğer anksiyete bozukluklarından en tutarlı şekilde ayıran özelliklerdir (101).

Bu bulgular, Heimberg, Brozovich ve Rapee'nin (2010) sosyal anksiyeteyi sürdüren temel sürecin kişinin performansına ilişkin değerlendirmesi ile başkalarının kendisinden ne bekleyeceğine ilişkin inançları arasındaki uyumsuzluk olduğunu öne süren bilişsel-davranışçı sosyal anksiyete modeliyle tutarlıdır.

Mükemmeliyetçiliğin iki boyutu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkiler kapsamlı bir şekilde çalışılmış olmasına rağmen, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve mükemmeliyetçiliğin boyutları arasındaki ilişkileri inceleyen tek bir çalışmaya rastlanmıştır. 2016 yılında sağlıklı popülasyonda mükemmeliyetçilik, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkuları ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi araştıran bir çalışmada olumlu değerlendirilme korkusu, yüksek kişisel standartlarla negatif, uyumsuz mükemmeliyetçilik ile pozitif yönde ilişkili bulunmuştur (108). Ancak yakın zamanlı literatür incelendiğinde mükemmeliyetçilik ve olumlu değerlendirme korkusu arasındaki ilişkiyi inceleyen yeterli sayıda çalışma bulunmamaktadır.

2.4. BENLİK SAYGISI

Benlik saygısı, benliğin oluşumu ve gelişiminden bağımsız bir kavram değildir. Benlik, bireyin kendisine yönelik değerlendirmelerinin bütünü olarak tanımlanabilir (109).

Benlik kavramının psikoloji literatürüne girmesi 19. yüzyılın sonunda William James ile olmuştur. 1890 yılında yayımlanan kitabında benlik ve benlik saygısı kavramlarına değinen James’e göre, kişi benlik kavramı için önemli olduğunu düşündüğü alanlarda başarı gösterdikçe benlik saygısı artacaktır (110).

Benlik saygısı ile en çok ilişkilendirilen teorisyenlerden Rosenberg'e göre, benlik saygısı kavramı kişinin kendisine yönelik olumlu ya da olumsuz tutumuyla ilgilidir. Dolayısıyla bireyin algıladığı kabul ya da reddedilme düzeyi, genel benlik algısını tanımlamaya yardımcı olur. Yüksek benlik saygısına sahip kişi, değerli nitelikleriyle birlikte sahip olmadıkları veya eksik olabileceklerinin farkına vararak, kendisini olduğu gibi kabul eder, kendisine karşı olumlu duygular barındırır. Benlik saygısı düşük olan kişiler ise çoğunlukla kendilerinden memnun olmayan, değersiz gören bir tutuma sahiptirler. Kendilerine karşı reddedici tutuma sahip olan bu bireyler başka bir şekilde var olma arzusu içindedirler (111).

Benlik saygısı yaşam kalitesi ile ilişkili olup yaşam doyumunu, ilişki ve meslek doyumunu, fiziksel ve ruhsal sağlığını ve işlevselliğini etkilemektedir (112,113). Çeşitli araştırmalarda düşük benlik saygısının depresyon, anksiyete, yalnızlık ve mutsuzluk hissi, intihar fikri ve davranışı gibi sorunlarla ilişkili olduğu bulunmuştur (114-116).

Birçok çalışmada benlik saygısı ile sosyal anksiyete arasında anlamlı ilişkili bulunmuş ve bu ilişkinin genelde negatif yönde olduğu saptanmıştır (117). Sosyal anksiyete bozukluğu tanılı bireylerin sağlıklı kontrollerle karşılaştırıldığı bir çalışmada SAB tanılı kişilerde öz eleştiri ve bağımlılık puanları daha yüksek, benlik saygısının ise daha düşük saptanmış, sosyal anksiyete puanının benlik saygısı ve öz-yeterlik ile negatif, bağımlılık ve özeleştiri ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirtilmiştir (118). Lisans öğrencilerinden oluşan örneklemde sosyal anksiyete üzerine yapılan bir araştırmada, düşük benlik saygısının artan olumsuz değerlendirilme korkusunu öngördüğü ve bunun da artan sosyal anksiyeteyi yordadığı gösterilmiştir. Dolayısıyla kendisini olumsuz yönde değerlendiren bir kişi, başkalarının da aynı fikirde olduğuna inanmaya eğilimlidir ve bu olumsuz değerlendirme beklentisi, sosyal durumlarda kaygıya neden olabilir (119).

2012 yılında yapılan bir araştırmada öz şefkat ile olumlu değerlendirilme korkusunun negatif yönde ilişkili olduğu bildirilmiştir (120). Literatürde benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusu ile ilişkisini değerlendiren bir çalışmaya rastlanmamıştır.

2.5. EBEVEYN TUTUMLARI

Anne babaların çocuklarını yetiştirirken sahip oldukları tutum, beklenti, davranış ve inanış biçimlerinin toplamı ebeveyn tutum ve davranışları olarak tanımlanabilir (121). Bu tutum ve davranışlar, çocuğun ailedeki konumunu belirlemekle birlikte onu ilerideki hayatına hazırlamada belirleyici faktörlerin başında gelir (122).

Rohner, ebeveyn kabul-red yaklaşımında (sosyalizasyon kuramı) çocuğun duygusal, bilişsel ve sosyal gelişiminde ebeveynin reddedici veya kabul edici davranışlarının etkisi olduğunu ve bu etkinin yetişkinlikte işlevsellik alanında da devam ettiğini belirtmiştir (123).

Algılanan ebeveyn tutumları, bireylerin ebeveynlerinin yetiştirme biçimlerine ilişkin algıları olup, aşırı koruyuculuk, duygusal sıcaklık ve reddedicilik olmak üzere üç tür algılanan ebeveyn tutumu tanımlanmıştır (124).

Duygusal sıcaklık, ebeveynlerin çocuklarına karşı entelektüel olarak uyaran faaliyetlerde bulunduğu, sevecenlik gösterdiği, yakınlık ve ilgi gösterdiği ebeveynlik tutumudur. Bu tutuma sahip ebeveynlerin çocukları yatıştırdığı, gereksinim duydukları zaman yardım ettiği, başarılarından gurur duyduğu ve reddedicilik düzeyinin az olduğu belirtilmektedir (124,125).

Aşırı koruyuculuk tutumu ise ebeveynlerin çocuklarının kişisel özgürlüğünü kısıtlayacak derecede korumacı, kontrolcü ve müdahaleci olmasıdır. Bu tutuma sahip ebeveynler çocuklarıyla ilgili belirgin kaygıya sahip olmaları sebebiyle yasaklamalar koymaya meyilli olurlar (126). Yetişkinlerde yapılan geriye dönük bir çalışmada, çocukluk döneminde hem annenin hem de babanın aşırı korumacı tutumunun eşit derecede psikiyatrik bozukluklarla ilişkili olduğu gösterilmiştir (127).

Çocuklarının fikirlerini ve ihtiyaçlarını önemsemeyen, soğuk davranan, çoğunlukla eleştiren, cezalandıran ebeveynlerin gösterdikleri tutum literatürde "reddedici ebeveyn tutumu" olarak açıklanmaktadır (128). Rohner, ebeveynlerin reddedici tutumunu, düşük benlik saygısı ile ilişkilendirmiştir (129).

Sosyal anksiyete bozukluğunun bilişsel bileşenlerinden olumsuz değerlendirilme korkusunun değerlendirildiği bir araştırmada, ebeveyni tarafından kabul/onay görmeyen bireylerin düşük benlik saygısına sahip oldukları; kontrollü ve katı ebeveyne sahip olan bireylerin ise olumsuz değerlendirilme korkusu düzeylerinin arttığı görülmüştür (130). Literatürde algılanan ebeveyn tutumlarının olumlu değerlendirilme korkusu ile ilişkisini araştıran herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma için Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 19.02.2024 tarihinde 2024-03-13 karar numarası ile, hastanemizin Eğitim Planlama Kurulu'ndan 964 protokol sayısı ile 22.05.2024 tarihinde onay alınmıştır.

3.1. ARAŞTIRMA EVRENİ VE ÖRNEKLEM

Araştırma evrenini 2023 – 2024 öğretim yılında İstanbul'da öğrenim gören lisans ve ön lisans programları öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışma ile ilgili görüşmeyi kabul eden, bilgilendirme sonrası çalışmaya katılım için bilgilendirilmiş gönüllü olur formunu imzalayarak onam veren 196 katılımcıya araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik ve klinik veri formu, Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ), Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ), Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form (ODKÖ-KF), Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç) uygulanmıştır, araştırmaya alınma kriterlerini karşılayan 161 katılımcı dahil edilmiştir.

3.1.1. Araştırmaya Alınma Kriterleri

- 18-30 yaş arasında olmak
- Üniversite öğrencisi olmak
- Herhangi bir ruhsal yakınma tariflemiyor olmak
- Alkol ya da psikoaktif madde kullanmıyor/ yakın zamanda kullanmamış olmak
- Çalışmaya katılmak için gönüllü olmak

3.1.2. Araştırmadan Dışlama Kriterleri

- Halen herhangi bir psikiyatrik/ nörolojik tanısı olduğunu beyan etmiş olmak.
- Herhangi bir nedenle psikiyatrik ilaç kullanıyor olmak
- Ölçekleri doldurmayı engelleyecek görme problemine sahip olmak
- Halihazırda alkol veya psikoaktif kullanımı olduğunu beyan etmiş olmak.
- Ölçekleri tamamlamamış olmak

3.2. VERİ TOPLAMA VE DEĞERLENDİRME ÖLÇEKLERİ

3.2.1. Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu

Araştırmaya katılmadan önce katılımcıları bilgilendirmek ve onaylarını almak amacıyla "Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu" hazırlanmıştır. Formda araştırmanın adı, araştırmacının adı ve iletişim bilgisi, katılım koşulları, araştırmanın neyi amaçladığı, araştırmanın ne kadar süreceği, kişisel bilgilerin gizliliği ve istedikleri zaman araştırmadan ayrılma hakkına sahip olduklarına dair bilgilendirme yer almaktadır.

3.2.2. Sosyodemografik ve Klinik Veri Formu

Araştırmanın amacına yönelik olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış olan bilgi formunda katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim gördüğü üniversite ve bölümü, kaçıncı sınıf olduğu, gelir durumu, ebeveynlerinin eğitim düzeyi, romantik ilişki durumu, kimlerle birlikte yaşadığı, herhangi bir psikiyatrik tanısının olup olmadığı, alkol veya psikoaktif kullanımına yönelik sorular bulunmaktadır.

3.2.3. Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ)

Sosyal ortamlarda ve performans gerektiren durumlarda yaşanan korku ve kaçınmanın şiddetini değerlendirmek amacıyla Liebowitz tarafından geliştirilmiş bir ölçektir (131). Ölçekte tanımlanan 24 durumdan 13'ü performans gerektiren durumların, 11'i ise sosyal etkileşimin değerlendirilmesinde kullanılmaktadır. Sosyal etkileşim sürecinde ortaya çıkan korkunun şiddetini, performans gerektiren durumlarda yaşanan korkunun şiddetini, performans gerektiren durumlardan kaçınmanın şiddetini, toplam korku şiddetini, sosyal etkileşimlerden kaçınmanın şiddetini ve toplam kaçınma şiddetini gösteren 6 alt ölçek puanı sağlamaktadır. LSAÖ Türkçe formuna yönelik geçerlik ve güvenilirliği çalışmaları yapılmıştır (132).

3.2.4. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kısa Formu (ODKÖ-KF)

Ölçek literatürde Leary tarafından geliştirilmiş olup, ölçeğin temel amacı bireyin başkaları tarafından olumsuz veya düşmanca değerlendirilmeye karşı toleransını ölçmektir. Ölçeğin yapı itibariyle likert türünde olduğu görülmektedir (133). Ölçekte yer alan maddelerden olumsuz ifadeler (1, 3, 5, 6, 8, 9, 11 ve 12.

maddeler) düz, olumlu ifadeler (2, 4, 7, 10) ters puanlamaya tabi tutulan maddelerdir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanma çalışmalarında 12 maddelik kısa formu 4. maddenin çıkarılması ile 11 madde olarak kabul edilmiştir. Ölçekten alınan puanlar yükseldikçe, olumsuz değerlendirilmekten korku düzeyleri de yükselmektedir. ODKÖ-KF'nin Türkçe uyarlaması Çetin ve arkadaşları tarafından 325 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiş olup, ölçekte iç tutarlılık katsayısı .84 olarak hesaplanmıştır (134).

3.2.5. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ)

Sosyal anksiyete yaşayan kişilerin olumlu olarak değerlendirilmekten duydukları kaygıyı ölçmeye yönelik olarak Weeks ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş likert tipi özbildirim tarzı bir ölçektir (78). Ölçekte toplam 10 madde yer almaktadır. Buna karşılık ölçeğin ters değerlendirilen 5. ve 10. maddeleri katılımcılardaki yanıtlama önyargısını azaltmak amacıyla ölçekte yer almaktadır. Ölçeğe ilişkin toplam puan alınırken bu iki madde dışarıda tutularak ölçeğe ait değerlendirme kalan 8 madde üzerinden yapılmaktadır. Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği ile .74, Beck Depresyon Envanteriyle .40 düzeyinde anlamlı ilişkilere sahip olduğu gözlenmiştir. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayısı .80, test tekrar test güvenirlik katsayısı ise .70 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan ve Totan tarafından yapılmıştır (135).

3.2.6. Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ)

Frost ve arkadaşları tarafından geliştirilen, 35 maddeden oluşan, altı alt boyutu olan bir ölçektir (97). Alt boyutları kişisel standartlar, davranışlardan şüphe, ebeveyn beklentileri, düzen, hata yapma endişesi ve ebeveyn eleştirisi olarak sıralanabilir. Ölçek (1-Kesinlikle Katılmıyorum, 5-Kesinlikle Katılıyorum) beşli likert tipinde bir ölçektir ve ters madde bulunmamaktadır. Uyarlama çalışmasını 2011 yılında Kağan yapmıştır (136). Ebeveyn eleştirisi, ebeveyn beklentileri, hata yapma endişesi ve davranışlardan şüphe alt ölçek puanlarının toplamı uyumsuz mükemmeliyetçilik boyutunu oluşturur (137,138).

3.2.7. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, Morris Rosenberg tarafından geliştirilmiş olan, 12 alt kategoriden oluşan, çoktan seçmeli 63 soruluk oluşan bir bildirim ölçeğidir

(111). Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması 1986 yılında Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır (139). Ölçeğin iç tutarlılık değeri 0,75'tir. Bu araştırmada ölçeğin 10 sorudan oluşan benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. 1., 2., 4., 6. ve 7. sorular pozitif kendiliği değerlendirirken, 3., 5., 8., 9. ve 10. sorular negatif kendilik değerlendirmesi yapmaktadır. Benlik saygısı alt ölçeği Gutmann derecelendirme yöntemi ile puanlanmaktadır. 10 soru toplam 6 madde halinde puanlanır. Madde I toplam üç sorudan oluşmaktadır, 2 soruda puan alıcı cevap verirse 1 puan almaktadır. Madde II ve VI'da 2 soru bulunmaktadır, herhangi birinde puan alıcı yanıt işaretlenirse 1 puan alır. Madde III, IV, V değer alan soruların her biri birer puan şeklindedir. Bu puanlamaya göre 0-1 puan alanların "yüksek", 2-4 puan alanların "orta", 5-6 puan alanların "düşük" benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir (111).

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

Arrindell ve arkadaşları tarafından oluşturulan ölçek yetişkinlerin çocukluk döneminde deneyimledikleri ebeveyn tutumlarını reddedicilik, aşırı koruyuculuk ve duygusal sıcaklık olarak üç alt boyutta ölçmek amacıyla geliştirilmiştir (124). Bu çalışmada ölçeğin 23 maddelik kısa formu kullanılmıştır. Türkçe'ye uyarlama çalışması Dirik ve arkadaşları tarafından yapılmış ve üniversite öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen çalışmada iç tutarlılık değerleri baba reddedicilik için .71, aşırı koruyuculuk için .73 ve duygusal sıcaklık için .79, bulunurken, anne tutumları için iç tutarlılık katsayıları ise duygusal sıcaklık, aşırı koruyuculuk ve reddedicilik için sırasıyla .75, .72, ve .64 olarak saptanmıştır. Analizlerde baba ve annelere ilişkin algılanan ebeveyn tutumlarının toplam puanları alınarak duygusal sıcaklık, reddedici ebeveyn tutumu ve aşırı koruyucu ebeveyn tutumları şeklinde oluşturulan değişkenler kullanılmıştır (140).

3.3. İŞLEM

Çalışma ile ilgili görüşmeyi kabul eden, bilgilendirme sonrası çalışmaya katılım için bilgilendirilmiş gönüllü olur formunu imzalayarak onam veren 196 katılımcıya araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik ve klinik veri formu, Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ), Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ), Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form (ODKÖ-KF), Frost

Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) ve Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu (KAET-Ç) uygulanmıştır. 16 kişi psikiyatrik tanısı olması ve tedavi alması, 4 kişi psikoaktif madde kullanması, 15 kişi alkol kullanması sebebiyle dahil edilmemiştir. Psikiyatrik tanısı olmayan, alkol ve psikoaktif madde kullanımı olmayan 161 katılımcı araştırmamıza dahil edilmiştir.

Çalışmada elde edilen verilerin analizi için IBM SPSS 26.0 (Statistical Package for the Social Sciences) programı kullanılmıştır. Değişkenlerin normal dağılımını tespit etmek için Komogorov Smirnov testi yapılmıştır. Tanımlayıcı istatistikler sürekli değişkenler için ortalama, standart sapma (SD), minimum, maksimum ve medyan ile verilirken, kategorik değişkenler için frekans ve yüzde (%) olarak verilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişkiler normal dağılım gösteren veriler için Pearson korelasyon testi, normal dağılım göstermeyen veriler için Spearman korelasyon testi kullanılarak değerlendirilmiştir. Olumlu değerlendirilme korkusunun hangi aracı değişkenler üzerinden sosyal anksiyeteyi yordadığını tespit etmek için meadiatör aracı değişken analizi yapılmıştır. Tüm analizlerde $p<0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Çalışmamıza tıp, diş hekimliği, psikoloji, beslenme ve diyetetik, sosyal hizmet bölümlerinde öğrenim gören 2. sınıf ve üzeri sınıflardan 161 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir.

4.1. SOSYODEMOGRAFİK VERİLER

Tablo 1. Katılımcıların Sosyodemografik Verileri

		N	%
Cinsiyet	Erkek	47	29,2
	Kadın	114	70,8
Uzun Yaşanılan Yer	Köy	11	6,8
	Kasaba	1	0,6
	İlçe	20	12,4
	Şehir	41	25,5
	Büyükşehir	88	54,7
Kiminle Yaşadığı	Yalnız	16	9,9
	Arkadaşlarımla evde	26	16,1
	Ailemle	82	50,9
	Yurtta	36	22,4
	Diğer	1	0,6
Çalışma Durumu	Çalışıyorum	31	19,3
	Çalışmıyorum	101	62,7
	Hiç çalışmadım	29	18,0
Gelir Durumu	Düşük	26	16,1
	Orta	122	75,8
	Yüksek	13	8,1
Annenin Eğitim Durumu	Eğitimi yok	9	5,6
	İlkokul mezunu	46	28,6
	Ortaokul mezunu	30	18,6
	Lise mezunu	45	28,0
	Üniversite ve üzeri	31	19,3
Babanın Eğitim Durumu	Eğitimi yok	2	1,2
	İlkokul mezunu	31	19,3
	Ortaokul mezunu	21	13,0
	Lise mezunu	51	31,7
	Üniversite ve üzeri	56	34,8
İlişki Durumu	Evli	1	0,6
	İlişkisi var	55	34,2
	İlişkisi yok	105	65,2
		Ort ± SS	Min - Max
Yaş		22,71 ± 1,62	18 - 29

N: Sayı, %: Yüzde, Ort: Ortalama, SS: Standart sapma, Min: En küçük değer, Max: En büyük değer

Katılımcıların yaş ortalaması 21,77±7,85 olarak bulunmuştur. Araştırmaya katılanlarda 47 (29,2) kişi erkek, 114 (70,8) kişi kadındır. En uzun yaşanılan yer incelendiğinde 11 (6,8) kişinin köy, 1 (0,6) kişinin kasaba, 20 (12,4) kişinin ilçe, 41 (25,5) kişinin şehir, 88 (54,7) kişinin büyükşehir cevabı verdiği bulunmuştur. 16 (9,9) kişi yalnız, 26 (16,1) kişi arkadaşlarıyla evde, 82 (50,9) kişinin ailesiyle, 36 (22,4) kişi yurtta yaşadığını belirtmiştir. Çalışma durumuna bakıldığında 31 (19,3) kişi çalıştığını, 101 (62,7) kişi çalışmadığını, 29 (18) kişi hiç çalışmadığını belirtmiştir. 26 (16,1) kişinin gelir seviyesi düşük, 122 (75,8) kişinin gelir seviyesi orta, 13 (8,1) kişinin yüksektir. 9 (5,6) kişinin annesinin eğitimi yok iken, 46 (28,6) kişinin annesi ilkokul mezunu, 30 (18,6) kişinin annesi ortaokul mezunu, 45 (28) kişinin annesi lise mezunu, 31 (19,3) kişinin annesi üniversite ve üzeri mezunudur. 2 (1,2) kişinin babasının eğitimi yok iken 31 (19,3) kişinin babası ilkokul mezunu, 21 (13) kişinin babası ortaokul mezunu, 51 (31,7) kişinin babası lise mezunu, 56 (34,8) kişinin babası üniversite ve üzeri mezunudur. İlişki durumuna bakıldığında 1 (0,6) kişinin evli, 55 (34,2) kişinin ilişkisi olduğu, 105 (65,2) kişinin ilişkisi olmadığı bulunmuştur.

4.2. TANIMLAYICI İSTATİSTİKLER

Tablo 2. Ölçeklere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	Ort	Med	SS	Min	Max
Yaş	22,71	23	1,62	18	29
LSAÖ Kaygı Performans	14,09	14	7,61	1	34
LSAÖ Kaygı Sosyal Etkileşim	8,42	7	6,58	0	30
LSAÖ Kaygı Toplam	22,52	21	13,67	2	59
LSAÖ Kaçınma Performans	12,35	11	7,90	0	33
LSAÖ Kaçınma Sosyal Etkileşim	7,48	6	6,64	0	27
LSAÖ Kaçınma Toplam	19,84	17	13,93	0	55
LSAÖ Toplam	42,35	37	26,95	2	110
ODKÖ-KF	31,72	31	9,04	14	50
ODKÖ	29,01	28	7,14	15	48
FÇBMÖ Uyumlu Mükemmelliyetçilik	39,35	40	10,17	15	60
FÇBMÖ Uyumsuz Mükemmelliyetçilik	59,92	60	17,62	27	100
FÇBMÖ Toplam	99,27	102	20,18	52	151
RBSÖ	2,89	3	1,58	0	6
KAET-Ç Aşırı Koruyuculuk Anne	20,93	20	6,29	9	36
KAET-Ç Aşırı Koruyuculuk Baba	19,55	18	6,59	9	36
KAET-Ç Duygusal Sıcaklık Anne	19,90	20	4,39	7	29
KAET-Ç Duygusal Sıcaklık Baba	18,85	19	5,22	7	29
KAET-Ç Reddedicilik Anne	10,44	9	3,77	7	28
KAET-Ç Reddedicilik Baba	9,98	9	3,25	7	23
KAET-Ç Toplam Anne	51,27	50	7,25	36	73
KAET-Ç Toplam Baba	48,37	48	7,81	30	68
KAET-Ç Toplam	99,64	98	13,87	71	138

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeği, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu, Ort: Ortalama, Med: Medyan, SS: Standart sapma, Min: En küçük değer, Max: En büyük değer

LSAÖ toplam puanının 2 ile 110 arasında değişmekte ve ortalamasının 42,35±26,95 olduğu, ODKÖ-KF puanının 14 ile 50 arasında değişmekte ve ortalamasının 31,72±9,04 olduğu, ODKÖ puanının 15 ile 48 arasında değişmekte ve ortalamasının 29,01±7,14 olduğu, FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik puanının 15 ile 60 arasında değişmekte ve ortalamasının 39,35±10,17 olduğu, FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik puanının 27 ile 100 arasında değişmekte ve ortalamasının 59,92±17,62 olduğu, 52 ile 151 arasında değişmekte ve ortalamasının 99,27±20,18 olduğu, RBSÖ puanının 0 ile 6 arasında değişmekte ve ortalamasının 2,89±1,58 olduğu, KAET-Ç toplam puanının 71 ile 138 arasında değişmekte ve ortalamasının 99,64±13,87 olduğu tespit edilmiştir.

4.3. KORELASYON ANALİZLERİ

Tablo 3. Katılımcılar İçin Korelasyon Değerleri

	1[b]	2[b]	3[b]	4[b]	5[a]	6[b]	7[b]	8[b]	9[b]	10[b]	11b	12[b]
1. LSAÖ[b]	1,000	,619**	,695**	-,274**	,419**	,496**	,307**	,202*	-,312**	-,335**	,309**	,259**
2. ODKÖ-KF[b]		1,000	,679**	-0,145	,503**	,485**	,300**	,256**	-,239**	-,164*	,245**	0,147
3. ODKÖ [b]			1,000	-,231**	,536**	,555**	,318**	,233**	-,372**	-,310**	,320**	,262**
4.FÇBMÖ uyumlu mükemmelliyetçilik[b]				1,000	0,053	-0,155	-0,056	-0,072	,168*	,188*	-0,095	-0,129
5.FÇBMÖ uyumsuz mükemmelliyetçilik[a]					1,000	,575**	,501**	,424**	-,411**	-,336**	,514**	,414**
6. RBSÖ[b]						1,000	,395**	,390**	-,391**	-,382**	,400**	,386**
7. KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne[b]							1,000	,783**	-,359**	-,344**	,493**	,490**
8. KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba[b]								1,000	-,337**	-,300**	,437**	,563**
9. KAET-Ç duygusal sıcaklık anne[b]									1,000	,776**	-,622**	-,580**
10. KAET-Ç duygusal sıcaklık baba[b]										1,000	-,522**	-,599**
11. KAET-Ç reddedicilik anne[b]											1,000	,749**
12. KAET-Ç reddedicilik baba[b]												1,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeği, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu, a=Pearson Korelasyon Analizi, b =Spearman Korelasyon Analizi, *<0,05, **<0,01., p<0.05 anlamlı kabul edildi.

LSAÖ ile ODKÖ-KF arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,619, p<0,05), LSAÖ ile ODKÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,695, p<0,05), LSAÖ ile FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,274, p<0,05), LSAÖ ile FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,419, p<0,05), LSAÖ ile RBSÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,496, p<0,05), LSAÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,307, p<0,05),

LSAÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,202, p<0,01), LSAÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,312, p<0,05), LSAÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,335, p<0,05), LSAÖ ile KAET-Ç reddedicilik anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,309, p<0,05), LSAÖ ile KAET-Ç reddedicilik baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,259, p<0,05) bulunmuştur.

ODKÖ-KF ile ODKÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,679, p<0,05), ODKÖ-KF ile FÇBMÖ uyumsuz mükemmelliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,503, p<0,05), ODKÖ-KF ile RBSÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,485, p<0,05), ODKÖ-KF ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,300, p<0,05), ODKÖ-KF ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,256, p<0,05), ODKÖ-KF ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,239, p<0,05 ODKÖ-KF ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,164, p<0,01), ODKÖ-KF ile KAET-Ç reddedicilik anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,245, p<0,05) saptanmıştır.

ODKÖ ile FÇBMÖ uyumlu mükemmelliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,231, p<0,05), ODKÖ ile FÇBMÖ uyumsuz mükemmelliyetçilik arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,536, p<0,05), ODKÖ ile RBSÖ benlik saygısı arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,555, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,318, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,233, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,372, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,310, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç reddedicilik anne arasında istatistiksel

olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,320, p<0,05), ODKÖ ile KAET-Ç reddedicilik baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,262, p<0,05) tespit edilmiştir.

FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,168, p<0,01), FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,188, p<0,01), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile RBSÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,575, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,501, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,424, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,411, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,336, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç reddedicilik anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,514, p<0,05), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik ile KAET-Ç reddedicilik baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,414, p<0,05) bulunmuştur.

RBSÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,395, p<0,05), RBSÖ ile KAET-Ç aşırı koruyuculuk baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,390, p<0,05), RBSÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,391, p<0,05), RBSÖ ile KAET-Ç duygusal sıcaklık baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede negatif ilişki (r=-0,382, p<0,05), RBSÖ ile KAET-Ç reddedicilik anne arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,400, p<0,05), RBSÖ ile KAET-Ç reddedicilik baba arasında istatistiksel olarak anlamlı derecede pozitif ilişki (r=0,386, p<0,05) tespit edilmiştir.

4.4. SOSYAL ANKSİYETEYİ YORDAYAN FAKTÖRLERİN LİNEER REGRESYON MODELİ İLE İNCELENMESİ

Lineer regresyon analizinde bağımlı değişken Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ) puanı, bağımsız değişkenler olarak Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form (ODKÖ-KF), Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ) , Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) uyumlu mükemmeliyetçilik, Frost Çok Boyutlu Mükemmeliyetçilik Ölçeği (FÇBMÖ) uyumsuz mükemmeliyetçilik, Algılanmış Ebeveyn Tutumları Ölçeği (KAET-Ç) aşırı koruyuculuk, duygusal sıcaklık ve reddedicilik alınmıştır.

Lineer regresyon analizi sonucunda anlamlı bir regresyon modeli bulunmuştur ($F(8, 152) = 27{,}225$, $p<0{,}01$). Bağımlı değişkendeki varyansın %56,7'si (Adjusted R Square = 0,567) bağımsız değişkenler tarafından açıklanmaktadır. Buna göre, sosyal anksiyeteyi ODKÖ-KF pozitif ve anlamlı (Beta=0,573, p=0,011), ODKÖ pozitif ve anlamlı (Beta=1,885, p<0,001), FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik negatif ve anlamlı (Beta=-0,338, p=0,033) şekilde yordamaktadır (Tablo 4).

Tablo 4. Sosyal Anksiyeteyi Yordayan Değişkenlerin Katsayıları

	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Standart Hata	Beta		
(Sabit)	-3,602	16,477		-0,219	0,827
ODKÖ-KF	0,573	0,223	0,192	2,565	**0,011**
ODKÖ	1,885	0,322	0,499	5,855	**<0,001**
RBSÖ	0,586	1,264	0,034	0,464	0,643
FÇBMÖ Uyumlu Mükemmelliyetçilik	-0,338	0,156	-0,127	-2,158	**0,033**
FÇBMÖ Uyumsuz Mükemmelliyetçilik	-0,013	0,121	-0,008	-0,105	0,917
Aşırı Koruyuculuk	0,052	0,151	0,024	0,343	0,732
Duygusal Sıcaklık	-0,353	0,213	-0,118	-1,660	0,099
Reddedicilik	-0,144	0,323	-0,034	-0,446	0,656

ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeği, p<0.05 anlamlı kabul edildi.

4.5. OLUMLU DEĞERLENDİRİLME KORKUSUNU YORDAYAN FAKTÖRLERİN LİNEER REGRESYON MODELİ İLE İNCELENMESİ

Lineer regresyon analizinde bağımlı değişken Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ), bağımsız değişkenler olarak Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form (ODKÖ-KF), Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ), FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik, FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik, KAET-Ç aşırı koruyuculuk, duygusal sıcaklık ve reddedicilik alınmıştır.Lineer regresyon analizi sonucunda anlamlı bir regresyon modeli bulunmuştur ($F(7, 153) = 36,858$, $p<0,01$). Bağımlı değişkendeki varyansın %61,1'i (Adjusted R Square = 0,611) bağımsız değişkenler tarafından açıklanmaktadır. Buna göre, ODKÖ'yü ODKÖ-KF pozitif ve anlamlı (Beta=0,359, $p<0,001$), RBSÖ pozitif ve anlamlı (Beta=0,781, $p=0,013$), FÇBMÖ uyumlu mükemmeliyetçilik negatif ve anlamlı (Beta=-0,113, $p=0,004$), FÇBMÖ uyumsuz mükemmeliyetçilik pozitif ve anlamlı (Beta=0,086, $p=0,004$), duygusal sıcaklık negatif ve anlamlı (Beta=-0,107, $p=0,044$) şekilde yordamaktadır (Tablo 5).

Tablo 5. Olumlu Değerlendirilme Korkusunu Yordayan Değişkenlerin Katsayıları

	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Standardize Edilmiş Katsayılar	t	Sig.
	B	Standart Hata	Beta		
(Sabit)	20,177	3,803		5,306	0,000
ODKÖ-KF	0,359	0,048	0,454	7,473	**<0,001**
RBSÖ	0,781	0,311	0,173	2,510	**0,013**
FÇBMÖ Uyumlu Mükemmelliyetçilik	-0,113	0,038	-0,161	-2,960	**0,004**
FÇBMÖ Uyumsuz Mükemmelliyetçilik	0,086	0,030	0,212	2,907	**0,004**
Aşırı Koruyuculuk	0,004	0,038	0,007	0,099	0,921
Duygusal Sıcaklık	-0,107	0,053	-0,135	-2,032	**0,044**
Reddedicilik	-0,074	0,081	-0,065	-0,914	0,362

ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği, FÇBMÖ: Frost Çok Boyutlu Mükkemeliyetçilik Ölçeği, $p<0.05$ anlamlı kabul edildi.

4.6. ARACILIK ANALİZİ

Aracı değişken analizinin yapılması için aşağıdaki varsayımlar sağlanmalıdır.

- Varsayım 1: Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkisi olmalıdır.
- Varsayım 2: Bağımsız değişkenin aracı değişken üzerinde anlamlı etkisi olmalıdır.
- Varsayım 3: Bağımsız değişken ve aracı değişkenin bağımlı değişken üzerindeki birlikte etkisi dikkate alındığında, aracı değişkenin bağımlı değişken üzerinde anlamlı etkisi olmalıdır.

Olumsuz değerlendirilme korkusunun, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi vardır. Dolaylı etki 0,490, doğrudan etki 2,289 ve toplam etki 2,779 olarak bulunmuştur (Tablo 6).

Tablo 6. Olumsuz Değerlendirilme Korkusunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
ODKÖ-KF	ODKÖ	0,885	0,072	0,699	12,315	0,000
LSAÖ	ODKÖ-KF	1,817	0,188	0,609	9,683	0,000
LSAÖ	ODKÖ-KF	0,553	0,220	0,186	2,513	0,013
	ODKÖ	2,289	0,279	0,606	8,208	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form

Varsayım 3 sağlanmadığı için benlik saygısının, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi yoktur (Tablo 7).

Tablo 7. Benlik Saygısının, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
RBSÖ	ODKÖ	0,132	0,014	0,597	9,376	0,000
LSAÖ	RBSÖ	8,546	1,170	0,501	7,307	0,000
LSAÖ	RBSÖ	1,650	1,137	0,097	1,451	0,149
	ODKÖ	2,561	0,252	0,678	10,166	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, RBSÖ: Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Uyumlu mükemmelliyetçiliğin, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi vardır. Dolaylı etki 0,181, doğrudan etki 2,598 ve toplam etki 2,779 olarak bulunmuştur (Tablo 8).

Tablo 8. Uyumlu Mükemmelliyetçiliğin, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
Uyumlu Mükemmeliyetçilik	ODKÖ	-0,478	0,106	-0,335	-4,484	0,000
LSAÖ	FÇBMÖ Uyumlu Mükemmelliyetçilik	-0,991	0,195	-0,374	-5,081	0,000
LSAÖ	FÇBMÖ Uyumlu Mükemmelliyetçilik	-0,380	0,148	-0,143	-2,558	0,011
	ODKÖ	2,598	0,212	0,688	12,274	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği

Varsayım 3 sağlanmadığı için uyumsuz mükemmelliyetçiliğin, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi yoktur (Tablo 9).

Tablo 9. Uyumsuz Mükemmelliyetçiliğin, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
Uyumsuz Mükemmeliyetçilik	ODKÖ	1,398	0,161	0,566	8,660	0,000
LSAÖ	FÇBMÖ Uyumsuz Mükemmelliyetçilik	0,663	0,109	0,433	6,060	0,000
LSAÖ	FÇBMÖ Uyumsuz Mükemmelliyetçilik	0,037	0,100	0,024	0,375	0,708
	ODKÖ	2,727	0,247	0,722	11,050	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği

Varsayım 3 sağlanmadığı için aşırı koruyucu ebeveyn tutumunun, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi yoktur (Tablo 10).

Tablo 10. Aşırı Koruyucu Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
KAET-Ç	ODKÖ	0,759	0,124	0,438	6,140	0,000
LSAÖ	KAET-Ç	0,839	0,159	0,385	5,265	0,000
LSAÖ	KAET-Ç	0,170	0,130	0,078	1,311	0,192
	ODKÖ	2,650	0,225	0,702	11,771	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Kısa Form

Varsayım 3 sağlanmadığı için KAET-Ç duygusal sıcaklık ebeveyn tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ) ile Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ) arasındaki ilişkide aracılık etkisi yoktur (Tablo 11).

Tablo 11. Duygusal Sıcaklık Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
KAET-Ç Duygusal Sıcaklık	ODKÖ	-0,476	0,093	-0,377	-5,126	0,000
LSAÖ	KAET-Ç Duygusal Sıcaklık	-1,114	0,220	-0,373	-5,063	0,000
LSAÖ	KAET-Ç Duygusal Sıcaklık	-0,333	0,172	-0,111	-1,937	0,055
	ODKÖ	2,621	0,217	0,694	12,071	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu

Varsayım 3 sağlanmadığı için KAET-Ç reddedici ebeveyn tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği (ODKÖ) ile Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği (LSAÖ) arasındaki ilişkide aracılık etkisi yoktur (Tablo 12).

Tablo 12. Reddedici Ebeveyn Tutumunun, Olumlu Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
KAET-Ç Reddedicilik	ODKÖ	0,285	0,066	0,323	4,297	0,000
LSAÖ	KAET-Ç Reddedicilik	1,223	0,325	0,286	3,769	0,000
LSAÖ	KAET-Ç Reddedicilik	0,234	0,242	0,055	0,964	0,336
	ODKÖ	2,712	0,214	0,718	12,653	0,000

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, KAET-Ç: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları Ölçeği- Çocuk Formu

Olumlu değerlendirilme korkusunun, olumsuz değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete arasındaki ilişkide aracılık etkisi vardır. Dolaylı etki 1,263, doğrudan etki 0,553 ve toplam etki 1,817 olarak bulunmuştur (Tablo 13).

Tablo 13. Olumlu Değerlendirilme Korkusunun, Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ile Sosyal Anksiyete Arasındaki İlişkiye Dair Aracılık Etkisi

Bağımlı Değişken	**Bağımsız Değişken**	**B**	**St. Hata**	**Beta**	**t**	**p**
LSAÖ	ODKÖ-KF	1,817	0,188	0,609	9,683	0,000
ODKÖ	ODKÖ-KF	0,552	0,045	0,699	12,315	0,000
LSAÖ	ODKÖ	2,779	0,203	0,736	13,700	0,000
LSAÖ	ODKÖ	2,289	0,279	0,606	8,208	0,000
	ODKÖ-KF	0,553	0,220	0,186	2,513	0,013

LSAÖ: Liebowitz Sosyal Anksiyete Ölçeği, ODKÖ: Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği, ODKÖ-KF: Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği- Kısa Form

5. TARTIŞMA

161 üniversite öğrencisinin dahil edildiği çalışmamızda, maladaptif mükemmeliyetçilik düzeyinin artması ve benlik saygısı puanının azalmasının olumlu değerlendirilme korkusunu arttırabileceği ve olumlu değerlendirilme korkusundaki artışın sosyal anksiyete düzeyinin artmasına neden olduğu; olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete ilişkisi üzerinde benlik saygısı, mükemmeliyetçilik ve algılanan ebeveyn tutumlarının aracılık etkisi olduğu ve algılanan ebeveyn tutumları ile olumlu değerlendirilme korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu hipotezlerini inceledik. Çalışmamızın sonuçlarına genel olarak bakıldığında, olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete, mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumları değişkenleri arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete ile ilişkisinde mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumlarının aracılık etkisinin saptanmamış olması hipotezimizi desteklememekle birlikte, saptanan diğer bulguların hipotezlerimizi desteklediği görülmüştür. Bu değerlendirilmelerde istatistiksel olarak korelasyon ve aracılık analizlerine ek olarak sosyal anksiyete ve olumlu değerlendirilme korkusunu yordayan etmenler iki ayrı lineer regresyon modeli kullanılarak incelenmiştir. İleride detaylandırılacağı üzere, her iki regresyon modeli de anlamlı bulunmuş ve bağımlı değişkenlerdeki varyansın büyük bir kısmı bağımsız değişkenler tarafından açıklanmıştır. Sosyal anksiyetenin yordayıcı etkenlerini incelemek amaçlı yapılan lineer regresyon analizinde, bağımlı değişkendeki varyansın %56,7'sinin bağımsız değişkenler tarafından açıklandığı görülmüştür. Buna göre, sosyal anksiyeteyi olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkuları pozitif ve anlamlı, uyumlu mükemmeliyetçilik ise negatif ve anlamlı şekilde yordamaktadır. Olumlu değerlendirilme korkusunun yordayıcılarının incelendiği modelde, bağımlı değişkendeki varyansın %61,1'i açıklanmıştır. Bu regresyon analizine göre olumlu değerlendirilme korkusunu olumsuz değerlendirilme korkusu, düşük benlik saygısı ve uyumsuz mükemmeliyetçilik pozitif ve anlamlı şekilde yordarken, uyumlu mükemmeliyetçilik ve duygusal sıcaklık içeren ebeveyn tutumları negatif ve anlamlı şekilde yordamaktadır.

Çalışmamızda, hipotezimizle uyumlu olarak genç erişkinlerde sosyal anksiyete belirtileri ile olumlu değerlendirilme korkusu arasındaki ilişkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca olumlu değerlendirilme korkusu sosyal anksiyete üzerinde güçlü bir pozitif etki göstermiştir. Sosyal anksiyete ile olumlu değerlendirilme korkusu arasındaki korelasyonun, sosyal anksiyete ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasındaki korelasyondan daha güçlü olduğu ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete ile ilgili daha çok bilinen bir belirleyici olan olumsuz değerlendirilme korkusuna göre sosyal anksiyete üzerinde daha güçlü etki gösterdiği saptanmıştır. Bu bulgu, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtilerine katkıda bulunan özgün bir yapı olabileceğini göstermektedir. Bu verilerle ilişkili literatür incelendiğinde, klinik örneklem üzerinde yapılan bir çalışmada, SAB olan katılımcıların diğer anksiyete bozukluklarına sahip katılımcılara göre olumlu değerlendirilme korkusu düzeylerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. (141). Düşük ve yüksek sosyal anksiyeteye sahip katılımcılara çeşitli geribildirimler verilerek yapılan bir çalışmada, sosyal anksiyetesi yüksek katılımcılar olumlu geribildirim aldıklarında kortizol seviyeleri olumsuz geribildirime nazaran daha fazla artmıştır. Ancak bu kişilerin performansında olumlu geribildirim ile bir değişiklik saptanmamıştır. Sosyal anksiyetesi düşük olan bireylerde ise olumlu geribildirim kortizol seviyesinde düşmeye sebep olmuş ve bu kişilerin performanslarında iyileşme saptanmıştır (142). Yapılan çalışmalar büyük oranda kesitsel olmakla birlikte boylamsal çalışmalar da mevcuttur. İki yıllık boylamsal verilerin kullanılarak olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve SAB arasındaki ilişkilerin ölçekler ve fMRI yardımıyla incelendiği bir çalışmada hem olumsuz değerlendirilme korkusu hem de olumlu değerlendirilme korkusunun SAB semptomlarını, hem de SAB semptomlarının olumlu değerlendirilme korkusunu bağımsız olarak yordadığı saptanmış, aynı çalışmada anormal prefrontal korteks sinyallerinin, her iki değerlendirilme korkusu aracılığıyla SAB semptomlarını etkilediği ortaya konmuştur (143). Ergenlerle yapılan bir başka boylamsal çalışmada ise altı ay takip edilen örneklemde olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtilerini ortaya çıkarmadığı ancak başlangıçta sosyal anksiyete belirtileri varlığının daha sonraki olumlu değerlendirilme korkusunda artışa sebep olabileceği

gösterilmiştir. Bu çalışmaya göre olumlu değerlendirilme korkusu sosyal anksiyetenin bir sonucu olarak yorumlanmıştır (144).

Literatürde olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete ile ilişkisi ile ilgili çalışmamızla örtüşmeyen veriler de mevcuttur. Bir çalışmada sosyal anksiyetesi olan ve olmayan kişilerden bir konuşma performansında bulunmaları istenmiş, geri bildirim verileceği söylenmiş ve olumlu ve olumsuz geri bildirim almaları halinde hissedecekleri kaygı düzeyini tahmin etmeleri istenmiştir. Her iki grup da olumlu değerlendirilme halinde kaygılarının azalacağını belirtmiştir. Bu durumda diğer çalışma verileriyle çelişki oluşturacak şekilde, sosyal anksiyetesi yüksek olan grupta olumlu değerlendirilme olasılığı kaygıda artış yerine düşüşe sebep olmuştur (145). 2020 yılında yapılan bir başka araştırmada sosyal anksiyete bozukluğu tanılı, psikoterapi süreçleri devam eden hastalarda üç ay boyunca olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusu ölçeklerini doldurmaları istenmiştir. Elde edilen sonuçlara göre olumsuz değerlendirilme korkusu sosyal anksiyete belirtilerini yordamış olmakla birlikte, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtileri ile istatistiksel olarak anlamlı ilişkisi saptanmadığı bildirilmiştir (146).

Literatürde yer alan çalışmalar, ağırlıkla olumsuz değerlendirilme korkusu üzerinde yoğunlaşmaktadır. Çalışmamızda da elde ettiğimiz verilerle uyumlu olarak olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete ile ilişkisini ortaya koyan pek çok çalışma bulunmaktadır. Bu konuda üniversite öğrencileri üzerinde yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin olumsuz değerlendirilme korkuları ile sosyal anksiyete düzeyleri arasındaki ilişkinin anlamlı ve pozitif yönde olduğu bulunmuştur (147). Bautista ve Hope (148) tarafından yapılan çalışmada insanların toplumsal yapı içerisinde olumsuz değerlendirilme korkusuna sahip olmalarının sosyal anksiyete belirtilerini arttırdığı tespit edilmiştir. Button ve diğerleri (149) tarafından gerçekleştirilen araştırmada insanların olumsuz olarak değerlendirileceklerine ilişkin önyargılara sahip olmasının sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilediği bulunmuştur. Teachman ve Allen (150) tarafından yapılan çalışmada insanlarda sosyal anksiyete ve sosyal anksiyete oluşumunu tetikleyen faktörlerin başında olumsuz değerlendirilme korkusunun geldiği tespit edilmiştir. Tüm bu bulgular sonucunda çalışmamızda elde

ettiğimiz olumsuz değerlendirme korkusu ve sosyal anksiyete ile ilgili elde ettiğimiz sonuçlar literatür ile parelellik göstermektedir.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusu ile olumsuz değerlendirilme korkusu arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulunmuş, olumsuz değerlendirilme korkusunun olumlu değerlendirilme korkusunu güçlü bir şekilde yordayan değişkenlerden biri olduğu saptanmıştır. Bu bulgu, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının birbiri ile ilişkili yapılar olduğunu göstermektedir. Buna göre, olumsuz değerlendirilme korkusu yüksek olan bireylerin, olumlu değerlendirilme korkusunun da yüksek olma olasılığı oldukça yüksektir. Literatürde bu alanda yapılan çalışmalarda da olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun stres, kaygı, korku ve sosyal ilişkilerden kaçınmaya neden olduğu belirtilmektedir (151-153). Bu, bireyin genel olarak sosyal değerlendirmeye karşı duyarlı olduğunu ve her iki tür değerlendirmeyi de tehdit olarak algıladığını göstermektedir.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusu ile mükemmeliyetçiliğin iki alt boyutu arasında farklı yönlerde ilişkiler tespit edilmiştir. Olumlu değerlendirilme korkusu ve uyumlu mükemmeliyetçilik arasında negatif korelasyon, olumlu değerlendirilme korkusu ve uyumsuz mükemmeliyetçilik arasında pozitif korelasyon saptanmıştır. Uyumlu mükemmeliyetçilik olumlu değerlendirilme korkusunu negatif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır, buna karşın uyumsuz mükemmeliyetçilik olumlu değerlendirilme korkusunu pozitif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır. Olumlu değerlendirilme korkusu, daha önce bahsedildiği üzere bireyleri sosyal etkileşimde çatışmadan korumaya hizmet eden bir mekanizma olarak tanımlanmaktadır. Bu korkunun sosyal statüde bir ilerlemenin önüne geçmeye hizmet ettiği varsayımına göre, olumlu değerlendirilme korkusunun kişisel standartların düşürülmesi ve uyumlu mükemmeliyetçilikle ilişkili olması öngörülmüştür. Hipotezimizle uyumlu olarak, uyumlu mükemmeliyetçiliğin olumlu değerlendirilme korkusu ile negatif yönlü, buna karşılık uyumsuz mükemmeliyetçiliğin olumlu değerlendirilme korkusu ile pozitif yönlü anlamlı ilişkisi olduğu olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu ilişkiyi inceleyen kısıtlı çalışma olmakla birlikte, farklı sonuçlar elde edildiği görülmüştür. Weeks ve arkadaşlarının (8) ODKÖ'yü tanıttığı ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete ile ilişkisini değerlendirdiği çalışmada, olumlu değerlendirilme korkusu ile

mükemmeliyetçilik arasındaki ilişki dolaylı olarak incelenmiş, buna göre uyumlu mükemmeliyetçiliğe dair bir özellik olan yüksek kişisel standartlar ile olumlu değerlendirilme korkusu arasında anlamlı ilişki saptanmamıştır. 2016 yılında yayımlanmış, 18-63 yaş arası 382 sağlıklı gönüllünün katıldığı, olumlu değerlendirilme korkusu, olumsuz değerlendirilme korkusu ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada, çalışmamızla örtüşen şekilde olumlu değerlendirilme korkusu ile uyumlu mükemmeliyetçilik arasında anlamlı ve negatif korelasyon, olumlu değerlendirilme korkusu ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasında ise pozitif korelasyon saptanmıştır (108). Kumari ve diğerleri (154) tarafından yapılan çalışmada ise mükemmeliyetçilik ile kişilerarası duyarlık düzeyinin yüksek olmasının sosyal anksiyete belirtileri ile yakından ilişkili olduğu rapor edilmiştir.

Araştırmamızda katılımcılarda sosyal anksiyete belirtileri ve uyumlu mükemmeliyetçilik arasında negatif korelasyon, sosyal anksiyete ile uyumsuz mükemmeliyetçilik arasında pozitif korelasyon saptanmıştır. Ayrıca uyumlu mükemmeliyetçilik sosyal anksiyeteyi negatif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır. Bu alanda yapılan benzer çalışmalarda mükemmeliyetçilik düzeyi yüksek olan kişilerde sosyal anksiyete belirtilerinin de yüksek düzeyde olduğu gösterilmiştir (155,156). Rukmini ve diğerleri (157) tarafından gerçekleştirilen çalışmada sosyal anksiyetesi olan bireylerde duygu düzenleme güçlükleri ile mükemmeliyetçiliğin sosyal anksiyete belirtilerini arttıran faktörler olduğu bulunmuştur. Jain ve Sudhir tarafından yapılan çalışmada hem mükemmeliyetçiliğin hem de mükemmeliyetçi kendilik sunumunun sosyal anksiyete belirtilerini arttırdığı tespit edilmiştir (158).

Uyumlu mükemmeliyetçilik, bireylerin gerçekçi hedefler belirleyerek bu hedeflere ulaşma motivasyonlarını artıran ve genellikle olumlu sonuçlara ulaşılmasıyla ilişkilendirilen bir özelliktir (94). Çalışmamızda uyumlu mükemmeliyetçiliğin olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyeteyi negatif yönde yordamış olması, bu özelliğin bireylerde sosyal değerlendirilme durumlarına yönelik güven hissini artırdığını ve tehdit algısını azalttığı şeklinde yorumlanabilir. Uyumlu mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler, başarıya ulaşmada gerçekçi bir yaklaşım sergiledikleri için, olumlu değerlendirilme beklentilerini sürdürme konusunda daha az kaygı duymaktadırlar. Bu sonuç, uyumlu mükemmeliyetçiliğin bireylerin olumlu

değerlendirmeleri tehdit olarak algılamalarını engelleyebileceğini ve böylece sosyal işlevselliklerini artırabileceğini düşündürmektedir. Özellikle pozitif geri bildirimleri içselleştirme ve bu geri bildirimlere yönelik yüksek beklentilere daha gerçekçi bir yaklaşım sergileme, bu bireylerde olumlu değerlendirilme korkusunu azaltan faktörler olabilir.

Uyumsuz mükemmeliyetçilik, bireylerin gerçekçi olmayan yüksek standartlara sahip olma ve bu standartlara ulaşamama kaygısı ile ilişkilidir (159). Çalışmamızda uyumsuz mükemmeliyetçiliğin olumlu değerlendirilme korkusunu pozitif ve anlamlı bir şekilde yordamış olması, bu özelliğin bireylerde yüksek performans beklentilerine yönelik kaygıları artırdığını ve sosyal değerlendirme durumlarında tehdit algısını güçlendirdiğini göstermektedir. Uyumsuz mükemmeliyetçiliğe sahip bireyler, olumlu geri bildirimleri sürdüremeyeceklerine veya bu geri bildirimlere layık olmadıklarına dair bir inanç geliştirebilirler. Bu bireyler, olumlu değerlendirme durumlarında bile yetersizlik hissi yaşayarak, bu durumları tehdit edici olarak algılayabilirler. Bu durum, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteyi artırıcı bir mekanizma olarak işlev gördüğünü öne süren önceki bulgularla tutarlıdır (8).

Çalışmamızda, olumlu değerlendirilme korkusu ile düşük benlik saygısı arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu ve düşük benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusunu pozitif olarak yordadığı bulunmuştur. Benlik saygısı ile ilgili yapılan bir çalışmada bireyin kendisini olumlu olarak değerlendirmesinin benlik saygısını arttıran, buna karşılık bireyin kendisini olumsuz olarak değerlendirmesinin benlik saygısını azaltan bir faktör olduğu tespit edilmiştir (160). Benlik saygısının sosyal anksiyete ve değerlendirilme korkuları üzerindeki etkilerinin ele alındığı bir başka araştırmada, benlik saygısının bir alt boyutu olarak tanımlanan "sosyal benlik saygısı"nın sosyal anksiyete ile güçlü bir şekilde ilişkili olduğu gösterilmiştir. Bu çalışmaya göre, sosyal anksiyeteye sahip kişiler olumsuz değerlendirilmekten korkmakta ancak olumsuz sosyal geri bildirimi olumlu sosyal geri bildirime tercih etmektedirler. Görünürdeki bu paradoks, sosyal anksiyeteli kişilerin sadece olumsuz değerlendirilmeden değil, tüm değerlendirilmelerden korktuğu ortaya konarak çözülmüştür. Sosyal benlik saygısının düşük olması, bireyin başkalarının gözünde yeterince değerli olmadığını hissetmesiyle ilişkilendirilmiştir (161).

Bireyin başkaları tarafından olumlu değerlendirilmekten rahatsızlık duyması ve bu değerlendirmelerin beklentilerini karşılayamama veya sürdürememe kaygısı olarak da tanımlanan olumlu değerlendirilme korkusu, kişinin kendi değerine dair algısının zayıflığını yani düşük benlik saygısını yansıtabilir. Benlik saygısı düşük olan bireylerin, olumlu değerlendirmeleri hak etmediklerini düşünmeleri ve dolayısıyla bu tür değerlendirmelerden korkmaları daha olasıdır. Olumlu değerlendirilme korkusu, kişinin kendi değeriyle ilgili algıladığı tutarsızlık ve bunun sonucu olarak kaygı geliştirmesiyle açıklanabilir. Bu bulgular ışığında, özellikle sosyal anksiyeteye eşlik eden düşük benlik saygısının, bireylerin olumlu değerlendirmelere yönelik olumsuz bir algı geliştirmelerine neden olabileceği sonucuna varılabilir. Düşük benlik saygısı, olumlu değerlendirilme karşısında hissedilen baskıyı artırarak, bu tür değerlendirilmelerden kaçınmaya yönelik bir motivasyonu destekleyebilir.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusu ile algılanan ebeveyn tutumları arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre, olumlu değerlendirilme korkusu ile anne ve babanın reddedicilik ve aşırı koruyuculuk tutumu arasında pozitif yönlü korelasyonun bulunduğu, buna karşılık anne ve babanın duygusal sıcaklık tutumu ile olumlu değerlendirilme korkusu arasında negatif yönde anlamlı korelasyon olduğu, ayrıca anne ve babada duygusal sıcaklığın olumlu değerlendirilme korkusunu negatif ve anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Reddedici, aşırı koruyucu ve otoriter ebeveyn tutumlarının ruhsal gelişimi olumsuz yönde etkilediği literatürde de belirtilmektedir (162). Olumlu ebeveyn tutumlarının küçük yaşlardan itibaren özgüven düzeyini yükselttiği ve sosyal yaşamda anksiyete yaşama düzeyini azalttığı belirtilmektedir (163,164). Literatürde olumlu değerlendirilme korkusu ile algılanan ebeveyn tutumlarını inceleyen çalışmaya rastlanmamış olmakla birlikte, algılanan ebeveyn tutumlarının sosyal anksiyete ve olumsuz değerlendirilme korkusu ile ilişkisini inceleyen çalışmalar mevcuttur. Bu konuda yapılan bir çalışmada çocuk yetiştirme sürecinde annelerin aşırı koruyucu ya da otoriter tutum sergilemelerinin sosyal anksiyete belirtilerini arttıran birer faktör olduğu tespit edilmiştir (165). Özdikmenli-Demir (166) tarafından yapılan araştırmada da sosyal anksiyetenin etiyolojisinde yer alan unsurlar ele alınmış, söz konusu çalışmada algılanan anne tutumunun sosyal anksiyeteye neden olan unsurlar arasında yer aldığı belirtilmiştir. Bir başka çalışmada ise üniversite öğrencilerinde anne

tutumları ve reddedilme duyarlığının sosyal anksiyete ile ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. İlgili çalışmada öğrencilerde reddedilme duyarlığının yüksek olmasının sosyal anksiyete düzeyini yükselten bir faktör olduğu bulunmuştur (167). Bu alanda yapılan farklı bir çalışmada demokratik baba tutumunun sosyal anksiyete belirtilerini azalttığı, buna karşılık aşırı koruyucu ve otoriter baba tutumlarının öğrencilerde sosyal anksiyete belirtilerini yükselttiği tespit edilmiştir (168). Ergen popülasyon üzerinde bu alanda yapılan farklı bir çalışmada ise baba tutumunun ergenlerin sosyal anksiyete düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiş, araştırmada aşırı koruyucu baba tutumunun sosyal anksiyete belirtilerini arttırdığı bulunmuştur (169). Başka bir çalışmada çocuk yetiştirme sürecinde babaların reddedici tutum sergilemelerinin çocuklarda olumsuz değerlendirilme korkusunu arttıran bir faktör olduğu tespit edilmiş, aynı çalışmada baba aşırı korumacı tutum ile çocuklarda olumsuz değerlendirilme korkusu arasında anlamlı ilişkinin olmadığı rapor edilmiştir (170).

Çalışmamızdaki ve literatürdeki veriler ele alındığında, çocukluk döneminde ebeveynlerden yeterince sevgi, ilgi ve destek göremeyen bireylerde düşük benlik saygısı ve değerlilik algısı gelişebilir. Bu da olumlu değerlendirilme korkusunun bir tetikleyicisi olabilir. Örneğin, çocuğun başarıları yeterince takdir edilmediğinde ya da sürekli yüksek beklentilerle karşı karşıya kaldığında, olumlu değerlendirilme durumları baskı yaratabilir. Ebeveynlerin eleştirel ya da yüksek başarı beklentili tutumları, çocukların olumlu değerlendirmeleri tehdit edici algılamasına neden olabilir. Bu bireyler, olumlu değerlendirmelerin beklentilere cevap verme baskısını artırdığına inanabilir. Aşırı koruyucu tutumlar, çocukların bağımsızlık geliştirmesini engelleyebilir ve sosyal değerlendirme durumlarında yetersizlik hissi yaratabilir. Bu da olumlu değerlendirilme korkusunu tetikleyebilir. Anne ve babada duygusal sıcaklığın olumlu değerlendirilme korkusunu negatif ve anlamlı şekilde yordamış olması, ebeveynlerin sıcak ve destekleyici tutumlarının bireyde olumlu sosyal deneyimleri teşvik ederek değerlendirilme korkularını hafiflettiğini şeklinde yorumlanabilir.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide olumsuz değerlendirilme korkusunun aracılık etkisinin bulunduğu,

ayrıca olumsuz değerlendirilme korkusunun da olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete ilişkisinde aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde sosyal anksiyetesi olan bireylerde hem olumlu hem de olumsuz değerlendirilme korkusunun yaygın olmasının yattığı düşünülebilir. Toplam etki değerinin, olumsuz değerlendirilme korkusuna kıyasla daha düşük olması, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete üzerindeki etkilerinin daha özgül ve aynı zamanda dolaylı olabileceğini düşündürmektedir. Literatürde bu görüşü destekleyen birçok çalışmada da sosyal anksiyete belirtilerinin sıklığı ile olumlu ve olumlu değerlendirilme korkusu arasında pozitif yönlü ilişkilerin olduğuna vurgu yapılmaktadır (8,171,172). Literatürde bu alanda yapılan çalışmalar incelendiği zaman olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete belirtileri arasında anlamlı ilişki olduğu, bunun yanında olumsuz değerlendirilme korkusunun da sosyal anksiyete belirtilerini arttıran faktörler arasında yer aldığı belirtilmektedir (173-175).

Katılımcılarda olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Literatürde bu alanda yapılan çalışmalarda genellikle olumsuz değerlendirme korkusu ve sosyal anksiyetenin benlik saygısını olumsuz yönde etkilediği belirtilmekle beraber (176,177), yapılan literatür taraması sonunda olumlu değerlendirme ve sosyal fobi belirtileri arasındaki ilişkide benlik saygısının aracılık etkisinin ele alındığı çalışmalara rastlanmamıştır.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide uyumsuz mükemmeliyetçiliğin aracılık etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Bu alanda yapılan çalışmalarda genellikle olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete belirtileri üzerindeki etkilerinin ele alındığı görülmekle beraber (178,179), olumlu değerlendirme korkusu ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkide mükemmeliyetçiliğin aracılık etkisinin ele alındığı çalışmalara rastlanmamıştır. Mükemmeliyetçilik, olumlu değerlendirilme korkusu ve sosyal anksiyete ilişkisini araştıran bir çalışmada olumlu değerlendirilme korkusunun uyumsuz mükemmeliyetçilik ve sosyal anksiyete arasındaki ilişkiyi önemli ölçüde yönettiği gösterilmiştir. Bahsedilen bu çalışmaya göre, yüksek olumlu değerlendirilme korkusunun, uyumsuz mükemmeliyetçilik ile sosyal anksiyete arasında pozitif bir

ilişki olduğu görülürken, düşük olumlu değerlendirilme korkusu düzeyinde bu ilişki artık anlamlı değildir (108).

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme ve sosyal anksiyete belirtileri arasındaki ilişkide algılanan ebeveyn tutumlarının aracılık etkisinin bulunmadığı belirlenmiştir. Bu sonucun ortaya çıkmasının temelinde olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal fobi belirtilerinin diğer bağımlı değişkenlerden farklı olarak birbiri ile yakından ilişkili olmasının yattığı düşünülebilir. Bu konuda yapılan çalışmalarda algılanan ebeveyn tutumunun aracılık etkisinin incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmekle beraber, sosyal fobi belirtileri ile olumlu değerlendirilme korkusu belirtileri arasında benzerlikler olduğu ifade edilmektedir (180,181).

Çalışmamız, olumlu değerlendirme korkusunun sosyal anksiyete belirtileri ile olan ilişkilerinde olumsuz değerlendirme korkusunun anlamlı bir aracı rol oynadığını ortaya koyarken, benlik saygısı, uyumsuz mükemmeliyetçilik ve algılanan ebeveyn tutumlarının bu ilişkide aracılık etkisi olmadığını göstermiştir. Bu bulgular, olumlu değerlendirme korkusunun sosyal anksiyete belirtileri ile olan ilişkilerinin daha özgün ve bağımsız mekanizmaları olduğuna işaret etmektedir. Bu sonuçlar, gelecekteki çalışmalarda olumlu değerlendirilme korkusunun gelişimsel ve klinik yönlerinin daha derinlemesine incelenmesi gerekliliğini göstermektedir.

5.1. KISITLILIKLAR

Çalışmamızın örneklemi üniversite öğrencilerinden oluşan sağlıklı popülasyonda sosyal anksiyete ve ilişkili değişkenlerin incelenmesi olup, farklı yaş gruplarını içermemesi ve beyan üzerinden dışlama yapılmış olmasına rağmen doğrudan psikiyatrik hastalıklara yönelik ayrıntılı klinik görüşme yapılmamış olması çalışmamızın kısıtlılıklarındandır. Çalışmamız, kesitsel bir tasarıma sahiptir ve değişkenler arasındaki ilişkileri araştırmak için korelasyon, regresyon ve aracılık analizleri kullanmıştır. Bu nedenle, nedensel sonuçlara varılması için fazla deneysel ve boylamsal araştırma yapılması gerekir.

Çalışmamızda öz bildirime dayalı ölçekler kullanılmıştır. Bu ölçeklerle değerlendirilen parametrelerden biri olan mükemmeliyetçiliğin, özellikle uyumlu mükemmeliyetçiliğin alt tiplerinden olan ‘yüksek kişisel standartlar’ın; gerçek

standartlar veya başkaları tarafından algılanan standartlar yerine kişinin kendi bildirdiği yüksek standartları incelediğini belirtmek önemlidir. Sosyal anksiyete bozukluğu olan bireylerin, diğerlerine kıyasla yine de yüksek standartlar belirleyebileceği ancak olumlu değerlendirme korkusu nedeniyle bu standartların yüksek olduğunu kabul etmek istemeyebileceği veya bunun farkında olmayabileceği literatürdeki farklı çalışmalarda da ifade edilmiştir (108).

Olumlu değerlendirilme korkusu, sosyal anksiyete, mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumları arasındaki ilişkilerin sağlıklı popülasyonun yanında klinik bir örneklemde de değerlendirilmesinin, bulguların psikopatoloji ile ilişki kurulmasını güçleştiren olası kısıtlılıkların önüne geçilebileceği düşünülmektedir.

6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Sağlıklı genç erişkinlerde olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete, mükemmeliyetçilik, benlik saygısı ve algılanan ebeveyn tutumları ile ilişkisinin ele alındığı çalışmamız, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyeteyi anlamada önemli bir yapı olduğunu ve diğer psikososyal değişkenlerle etkileşim içinde bulunduğunu göstermiştir.

Olumlu değerlendirilme korkusu ile sosyal anksiyete belirtileri arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Sosyal anksiyete ile olumlu değerlendirilme korkusu arasındaki ilişki, olumsuz değerlendirilme korkusu ile olan ilişkiye kıyasla daha güçlü bulunmuştur. Bununla birlikte, olumsuz değerlendirilme korkusunun olumlu değerlendirilme korkusu üzerindeki yordayıcı etkisi, bu iki yapının birbirini destekleyen mekanizmalarla işlediğini düşündürmektedir.

Olumlu değerlendirilme korkusu, sosyal anksiyetenin bir belirleyicisi olmakla birlikte, olumsuz değerlendirilme korkusu ile birlikte sosyal anksiyeteyi açıklayan bir değişken olarak saptanmıştır. Sosyal anksiyete ve olumlu değerlendirilme korkusu ile ilgili yapılan regresyon analizleri, olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete üzerindeki etkisinin güçlü olduğunu ve bu korkunun uyumsuz mükemmeliyetçilik, düşük benlik saygısı ve reddedici ebeveyn tutumları gibi değişkenlerle ilişkili olduğunu göstermiştir.

Çalışmamızda olumlu değerlendirilme korkusunun uyumlu mükemmelliyetçilik ile arasında negatif yönlü, uyumsuz mükemmelliyetçilik ile arasında pozitif yönlü ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Uyumlu mükemmeliyetçilik olumlu değerlendirilme korkusunu negatif ve anlamlı bir şekilde yordarken, uyumsuz mükemmeliyetçilik olumlu değerlendirilme korkusunu pozitif ve anlamlı bir şekilde yordamıştır. Olumlu değerlendirilme korkusu ile düşük benlik saygısı arasında anlamlı ve pozitif yönlü ilişki bulunduğu, düşük benlik saygısının olumlu değerlendirilme korkusunun gelişmesinde yordayıcı bir faktör olduğu tespit edilmiştir. Olumlu değerlendirilme korkusu ile anne ve babanın reddedicilik ve aşırı koruyuculuk tutumu arasında pozitif yönlü korelasyonun bulunduğu, buna karşılık anne ve babanın duygusal sıcaklık içeren tutumu ile olumlu değerlendirilme korkusu arasında negatif

yönde anlamlı korelasyon olduğu, ayrıca anne ve babada duygusal sıcaklığın olumlu değerlendirilme korkusunu negatif ve anlamlı şekilde yordadığı tespit edilmiştir.

Özellikle olumlu değerlendirilme korkusu ile uyumsuz mükemmeliyetçilik ve düşük benlik saygısı arasındaki pozitif ilişkiler, bu korkunun bireylerin öz-değer algısı ve yüksek standartlara bağlılıkla nasıl şekillendiğine dair ipuçları sunmaktadır. Bunun yanı sıra, olumlu değerlendirilme korkusunun duygusal sıcaklık gibi olumlu ebeveyn tutumlarıyla negatif ilişkili olması, bu yapının gelişiminde çevresel faktörlerin önemini vurgulamaktadır.

Çalışma bulguları, olumlu ve olumsuz değerlendirilme korkularının sosyal anksiyete ile ilişkili olmakla birlikte, farklı süreçleri temsil eden hem ayrı hem de birbiriyle ilişkili yapılar olduğunu göstermektedir. Bu bulgular, sosyal anksiyete tedavilerinde olumlu değerlendirilme korkusunun dikkate alınması gerektiğini ve bu korkuyu hedefleyen müdahalelerin sosyal anksiyeteyi hafifletmede etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Sonuç olarak, çalışmamız son zamanlarda öne çıkan bir kavram olan olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyete üzerindeki pekiştirici etkisini ortaya koymuş, bu yapının bireylerin ruhsal açıdan sağlıklı oluşları üzerindeki önemine dikkat çekmiştir. Olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumlu değerlendirilme korkusunun sosyal anksiyetede farklı roller oynadığı düşünüldüğünde, olumsuz değerlendirilme korkusuna ek olarak olumlu değerlendirilme korkusunu da hedef alan psikoterapiler, sosyal anksiyete bozukluğunun tedavisine önemli katkılar sağlayabilir. Bu amaçla, sosyal anksiyete bozukluğu psikoterapisinde olumlu değerlendirilme korkusunun ele alınmasının etkinliğini inceleyen araştırmalara ağırlık verilmesi, olumlu değerlendirilme korkusunun farklı kültürel bağlamlarda ve klinik popülasyonda incelenmesi sosyal anksiyete bozukluğunun fenomenolojisi ve tedavisine önemli katkı sağlayacaktır.

7. KAYNAKLAR

1. Morrison AS, Heimberg RG. Social anxiety and social anxiety disorder. Annu Rev Clin Psychol. 2013;9:249–74.
2. Davidson JRT, Hughes DL, George LK, Blazer D. The epidemiology of social phobia: Findings from the Duke Epidemiological Catchment Area Study. Psychol Med. 1993;23(3):709–18.
3. Stein MB, Kean YM. Disability and quality of life in social phobia: Epidemiologic findings. Am J Psychiatry. 2000;157(10):1606–13.
4. Reichenberger J, Smyth JM, Blechert J, Reichenberger J, Smyth JM. Fear of evaluation unpacked : day-to-day correlates of fear of negative and positive evaluation negative and positive evaluation. Anxiety, Stress Coping [Internet]. 2017;0(0):1–16. Available from: https://doi.org/10.1080/10615806.2017.1396826
5. Cook, S. I., Moore, S., Bryant, C., & Phillips, L. J. (2022). The role of fear of positive evaluation in social anxiety: A systematic review and meta-analysis. Clinical Psychology: Science and Practice, 29(4), 352.
6. Clark, D. M. ve Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. R. G. Heimberg ve M. R. Liebowitz (Eds), içinde Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment (s. 69-93). New York, NY, US: Guilford Press. Cody.
7. Rapee RM, Heimberg RG. A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. Behav Res Ther. 1997;35(8):741–56.
8. Weeks JW, Heimberg RG, Rodebaugh TL, Norton PJ. Exploring the Relationssip Between Fear of Positive Evaluation and Social Anxiety. 2008;22:386–400.
9. Reichenberger J, Blechert J. Malaise with praise: A narrative review of 10 years of research on the concept of Fear of Positive Evaluation in social anxiety. Depress Anxiety. 2018;35(12):1228–38.

10. Bögels, S. M., Alden, L., Beidel, D. C., Clark, L. A., Pine, D. S., Stein, M. B., & Voncken M. Social anxiety disorder: questions and answers for the DSM-V. Depress Anxiety. 2010;27(2):168–89.

11. Suomi, S.J., Chaffin, A.C., Higley, J.D. (2011). Reactivity and Behavioral Inhibition as Personality Traits in Nonhuman Primates. In: Weiss, A., King, J., Murray, L. (eds) Personality and Temperament in Nonhuman Primates. Developments in Primatology: Prog.

12. Trower, P., & Gilbert P. New theoretical conceptions of social anxiety and social phobia. Clin Psychol Rev. 1989;9:19–35.

13. Alomari NA, Bedaiwi SK, Ghasib AM, Kabbarah AJ, Alnefaie SA, Hariri N, et al. Social Anxiety Disorder: Associated Conditions and Therapeutic Approaches. Cureus. 2022;14(2014).

14. Kristi L. Stringer, Bulent Turan, Lisa McCormick, Modupeoluwa Durojaiye, Laura Nyblade, Mirjam-Colette Kempf, Bronwen Lichtenstein and JMT. HHS Public Access. Physiol Behav. 2017;176(3):139–48.

15. McNeil, D. W., & Randall, C. L. (2014). Conceptualizing and describing social anxiety and its disorders. In Social anxiety (pp. 3-26). Academic Press.

16. Marks IM, Gelder MG. Different ages of onset in varieties of phobia. Am J Psychiatry. 1966;123(2):218–21.

17. Dell'Osso L, Rucci P, Ducci F, Ciapparelli A, Vivarelli L, Carlini M, et al. Social anxiety spectrum. Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci. 2003;253(6):286–91.

18. (Amerikan Psikiyatri Birliği, Ruhsal Bozuklukların Tanısal Ve Sayımsal El Kitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri El Kitabından, Çev.Yay.Yön Köroğlu E, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2014.

19. Işık E, Taner Y. Çocuk, Ergen Ve Erişkinlerde Anksiyete Bozuklukları. İstanbul: Golden Print, 2006; S.409-424.

20. Liebowitz MR, Gorman JM, Fyer AJ KD. Social Phobia. Review Of A Neglected Disorder. Arch Gen Psychiatry. 1985;42:729–36.

21. Moutier CY, Stein MB. The history, epidemiology, and differential diagnosis of social anxiety disorder. J Clin Psychiatry. 1999;60(SUPPL. 9):4–8.

22. Weiner BI, Stricker G, Widiger TA (editors). Barlow DH, Pincus DB, Heinrichs N, Choate ML. Anxiety Disorders in Handbook of Pyschology. John Wiley & Sons New York, 2003;8:129-30.

23. Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas KR, Walters EE. Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of. Arch Gen Psychiatry [Internet]. 2005;62(June):593–602. Available from: http://archpsyc.jamanetwork.com/article.aspx?doi=10.1001/archpsyc.62.6.593

24. Stein DJ, Lim CCW, Roest AM, de Jonge P, Aguilar-Gaxiola S, Al-Hamzawi A, et al. The cross-national epidemiology of social anxiety disorder: Data from the World Mental Health Survey Initiative. BMC Med. 2017;15(1):1–21.

25. Stein MB, Stein DJ. Social anxiety disorder. Lancet. 2008;371(9618):1115–25.

26. Furmark T. Social phobia: Overview of community surveys. Acta Psychiatr Scand. 2002;105(2):84–93.

27. Steinert C, Hofmann M, Leichsenring F, Kruse J. What do we know today about the prospective long-term course of social anxiety disorder? A systematic literature review. J Anxiety Disord [Internet]. 2013;27(7):692–702. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.08.002

28. Magee WJ, Eaton WW, Wittchen HU, Mcgonagle KA, Kessler RC. Agoraphobia, Simple Phobia, and Social Phobia in the National Comorbidity Survey Background: Data are presented on the general popu-lation prevalences, correlates, comorbidities, and im-pairments associated with DSM-III-R phobias.

29. Wittchen HU, Stein MB, Kessler RC. Social fears and social phobia in a community sample of adolescents and young adults: Prevalence, risk factors and co-morbidity. Psychol Med. 1999;29(2):309–23.

30. Schneier FR, Johnson J, Hornig CD, Liebowitz MR, Weissman MM. Social Phobia: Comorbidity and Morbidity in an Epidemiologic Sample. Arch Gen Psychiatry. 1992;49(4):282–8.

31. Acarturk C, Graaf R, Straten A, Have M Ten, Cuijpers P. Social phobia and number of social fears, and their association with comorbidity, health-related quality of life and help seeking. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2008;43(4):273–9.

32. Solmaz D, Gökalp PG, Babaoğlu AN. Sosyal Fobide Klinik Özellikler ve Eştanı. Türk Psikiyatri Dergisi 1999;10(3):207-214.

33. Szafranski, D. D., Talkovsky, A. M., Farris, S. G. ve Norton, P. J. (2014). Comorbidity: Social anxiety disorder and psychiatric comorbidity are not shy to co-occur. Weeks, J.W. Weeks (Ed) The wiley blackwell handbook of social anxiety disorder içinde (s.

34. Van Ameringen M, Mancini C, Patterson B SW. Pharmacotherapy for social anxiety disorder: an update. Isr J Psychiatry Relat Sci 2009;46(1)53-61. 2009;46(1):53–61.

35. Simon NM, Worthington JJ, Moshier SJ, Marks EH, Hoge EA, Brandes M, et al. Duloxetine for the treatment of generalized social anxiety disorder: A preliminary randomized trial of increased dose to optimize response. CNS Spectr. 2010;15(7):436–43.

36. Versiani M, Nardi AE, Mundim FD, Alves AB, Liebowitz MR AR. Pharmacotherapy of social phobia. A controlled study with moclobemide and phenelzine. Br J Psychiatry. 1992;161:353–60.

37. DJ S. Pharmacotherapy of social anxiety disorders. In: Social Anxiety Disorder. 2004. p. 235–63.

38. Holaway RM, Heimberg RM. Cognitive-Behavioral Therapy for Social Anxiety Disorder: A Treatment Review In: Bandelow B, Stein DJ, eds. Social Anxiety Disorder. New York, NY: Marcel Dekker; 2004;207-220.

39. Curtiss JE, Levine DS, Ander I, Baker AW. Cognitive-Behavioral Treatments for Anxiety and Stress-Related Disorders. Focus (Madison). 2021;19(2):184–9.

40. Bellak, L., Hurvich, M., & Gediman, H. K. (1973). Ego functions in schizophrenics, neurotics, and normals: A systematic study of conceptual, diagnostic, and therapeutic aspects. (No Title).

41. Zerbe, K. J. (1990). Through the strom: Psychoanalytic theory in the psychotherapy of the anxiety disorders. Bulletin of the Menninger Clinic, 54(2), 171.

42. Gilbert P, Miles JNV. Sensitivity to social put-down: It's relationship to perceptions of social rank, shame, social anxiety, depression, anger and self-other blame. Pers Individ Dif. 2000;29(4):757–74.

43. Gabbard, G. O. (1992). Psychodynamics of panic disorder and social phobia. Bulletin of the Menninger Clinic, 56(2).

44. Bowlby, J. (1988). A secure base: Clinical applications of attachment theory. Routledge Classics.

45. Eng W, Heimberg RG, Hart TA, Schneier FR, Liebowitz MR. Attachment in Individuals With Social Anxiety Disorder: The Relationship Among Adult Attachment Styles, Social Anxiety, and Depression. Emotion. 2001;1(4):365–80.

46. Vertue FM. From adaptive emotion to dysfunction: An attachment perspective on social anxiety disorder. Personal Soc Psychol Rev. 2003;7(2):170–91.

47. Gilbert P. Evolution and Social Anxiety. Psychiatr Clin North Am. 2001;24(4):723–51.

48. Alden LE, Bieling P. Interpersonal consequences of the pursuit of safety. Behav Res Ther. 1998;36(1):53–64.

49. Alden LE, Wallace ST. Social phobia and social appraisal in successful and unsuccessful social interactions. Behav Res Ther. 1995;33(5):497–505.

50. Wells A, Clark DM, Salkovskis P, Ludgate J, Hackmann A, Gelder M. Social Phobia: The Role of In-Situation Safety Behaviors in Maintaining Anxiety and Negative Beliefs – Republished Article. Behav Ther. 1995;26:153–61.

51. Trower P, Sherling G, Beech J, Harrop C, Gilbert P. The Socially Anxious Perspective in Face-to-Face Interaction: An Experimental Comparison. Clin Psychol Psychother. 1998;5(3):155–66.

52. Heimberg RG, Brozovich FA, Rapee RM. A Cognitive Behavioral Model of Social Anxiety Disorder: Update and Extension. Soc Anxiety. 2010 Jan 1;395–422.

53. Heimberg RG, Brozovich FA, Rapee RM. A Cognitive-Behavioral Model of Social Anxiety Disorder [Internet]. Third Edit. Social Anxiety: Clinical, Developmental, and Social Perspectives. Elsevier Inc.; 2014. 705–728 p. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-394427-6/00024-8

54. Hofmann SG. Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. Cogn Behav Ther. 2007;36(4):193–209.

55. Fox AS, Kalin NH. A translational neuroscience approach to understanding the development of social anxiety disorder and its pathophysiology. Am J Psychiatry. 2014;171(11):1162–73.

56. Hattingh CJ, Ipser J, Tromp SA, Syal S, Lochner C, Brooks SJ, et al. Functional magnetic resonance imaging during emotion recognition in social anxiety disorder: An activation likelihood meta-analysis. Front Hum Neurosci. 2013;6(JAN):1–7.

57. Goldin PR, Manber T, Hakimi S, Canli T, Gross JJ. Neural bases of social anxiety disorder: Emotional reactivity and cognitive regulation during social and physical threat. Arch Gen Psychiatry. 2009;66(2):170–80.

58. Goldin PR, Ziv M, Jazaieri H, Weeks J, Heimberg RG, Gross JJ. Impact of cognitive-behavioral therapy for social anxiety disorder on the neural bases of emotional reactivity to and regulation of social evaluation. Behav Res Ther [Internet]. 2014;62:97–106. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.brat.2014.08.005

59. Caouette JD, Guyer AE. Gaining insight into adolescent vulnerability for social anxiety from developmental cognitive neuroscience. Dev Cogn Neurosci [Internet]. 2014;8:65–76. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.dcn.2013.10.003

60. Stein MB, Goldin PR, Sareen J, Zorrilla LTE BG. Increased amygdala activation to angry and contemptuous faces in generalized social phobia. Arch Gen Psychiatry. 2002;59(11):1027–34.

61. Adolphs R. Neural systems for recognizing emotion. Curr Opin Neurobiol. 2002;12(2):169–77.

62. Tillfors M, Furmark T, Marteinsdottir I, Fredrikson M. Cerebral blood flow during anticipation of public speaking in social phobia: A PET study. Biol Psychiatry. 2002;52(11):1113–9.

63. Tse WS, Bond AJ. Serotonergic intervention affects both social dominance and affiliative behaviour. Psychopharmacology (Berl). 2002;161(3):324–30.

64. Harmer CJ, Bhagwagar Z, Perrett DI, Völlm BA, Cowen PJ, Goodwin GM. Acute SSRI administration affects the processing of social cues in healthy volunteers. Neuropsychopharmacology. 2003;28(1):148–52.

65. Tiihonen J, Kuikka J, Bergström K, Lepola U, Koponen H, Leinonen E. Dopamine reuptake site densities in patients with social phobia. Am J Psychiatry. 1997;154(2):239–42.

66. Schneier FR, Liebowitz MR, Abi-Dargham A, Zea-Ponce Y, Lin SH, Laruelle M. Low dopamine D2 receptor binding potential in social phobia. Am J Psychiatry. 2000;157(3):457–9.

67. Cervenka S, Hedman E, Ikoma Y, Djurfeldt DR, Rück C, Halldin C, et al. Changes in dopamine D2-receptor binding are associated to symptom reduction after psychotherapy in social anxiety disorder. Transl Psychiatry. 2012;2(April).

68. Kirsch P, Esslinger C, Chen Q, Mier D, Lis S, Siddhanti S, et al. Oxytocin modulates neural circuitry for social cognition and fear in humans. J Neurosci. 2005;25(49):11489–93.

69. Hoge EA, Pollack MH, Kaufman RE, Zak PJ, Simon NM. Oxytocin levels in social anxiety disorder. CNS Neurosci Ther. 2008;14(3):165–70.

70. Guastella AJ, Howard AL, Dadds MR, Mitchell P, Carson DS. A randomized controlled trial of intranasal oxytocin as an adjunct to exposure therapy for social anxiety disorder. Psychoneuroendocrinology. 2009;34(6):917–23.

71. Furmark T. Neurobiological aspects of social anxiety disorder. 2009;46(1). Isr J Psychiatry Relat Sci. 2009;46(1).

72. Reich J, Yates W. Family history of psychiatric disorders in social phobia. Compr Psychiatry. 1988;29(1):72–5.

73. Fyer AJ, Mannuzza S, Gallops MS, Martin LY, Aaronson C, Gorman JM, et al. Familial Transmission of Simple Phobias and Fears: A Preliminary Report. Arch Gen Psychiatry. 1990;47(3):252–6.

74. Fyer AJ, Mannuzza S, Chapman TF, Liebowitz MR, Klein DF. A Direct Interview Family Study of Social Phobia. Arch Gen Psychiatry. 1993;50(4):286–93.

75. Middeldorp CM, Birley AJ, Cath DC, Gillespie NA, Willemsen G, Statham DJ, et al. Familial clustering of major depression and anxiety disorders in Australian and Dutch twins and siblings. Twin Res Hum Genet. 2005;8(6):609–15.

76. Chavira DA, Shipon-Blum E, Hitchcock C, Cohan S, Stein MB. Selective mutism and social anxiety disorder: All in the family? J Am Acad Child Adolesc Psychiatry [Internet]. 2007;46(11):1464–72. Available from: http://dx.doi.org/10.1097/chi.0b013e318149366a

77. Kendler, K. S., & Prescott, C. A. (2007). Genes, environment, and psychopathology: Understanding the causes of psychiatric and substance use disorders. Guilford Press.

78. Weeks JW, Heimberg RG, Rodebaugh TL. The Fear of Positive Evaluation Scale : Assessing a proposed cognitive component of social anxiety §. 2008;22:44–55.

79. Arkin RM, Appelman AJ. Social anxiety and receptivity to interpersonal evaluation. Motiv Emot. 1983;7(1):11–8.

80. Wallace ST, Alden LE. Social anxiety and standard setting following social success or failure. Cognit Ther Res. 1995;19(6):613–31.

81. Wallace ST, Alden LE. Social phobia and positive social events: The price of success. J Abnorm Psychol. 1997;106(3):416–24.

82. Weeks JW, Rodebaugh TL, Heimberg RG, Norton PJ, Jakatdar TA. "to avoid evaluation, withdraw": Fears of evaluation and depressive cognitions lead to social anxiety and submissive withdrawal. Cognit Ther Res. 2009;33(4):375–89.

83. Weeks JW, Zoccola PM. Fears of Positive versus Negative Evaluation: Distinct and Conjoint Neuroendocrine, Emotional, and Cardiovascular Responses to Social Threat. J Exp Psychopathol. 2016;7(4):632–54.

84. Rodebaugh TL, Weeks JW, Gordon EA, Langer JK, Heimberg RG. The longitudinal relationship between fear of positive evaluation and fear of negative evaluation. Anxiety, Stress Coping. 2012;25(2):167–82.

85. Weeks JW. Replication and Extension of a Hierarchical Model of Social Anxiety and Depression: Fear of Positive Evaluation as a Key Unique Factor in Social Anxiety. Cogn Behav Ther. 2015;44(2):103–16.

86. Kocijan L, Harris LM. Fear of Positive Evaluation and Social Anxiety. 2016;33(1):15–26.

87. Id AW, Roepke S, Renneberg B. Fear of positive evaluation in borderline personality disorder. 2020;1–13. Available from: http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0237944

88. Reichenberger J, Wiggert N, Wilhelm FH, Liedlgruber M, Voderholzer U, Hillert A, et al. Behaviour Research and Therapy Fear of negative and positive evaluation and reactivity to social-evaluative videos in social anxiety disorder. Behav Res Ther [Internet]. 2019;116(August 2018):140–8. Available from: https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.03.009

89. Tsarpalis-Fragkoulidis A, van Eickels RL, Zemp M. Please Don't Compliment Me! Fear of Positive Evaluation and Emotion Regulation—Implications for Adolescents' Social Anxiety. J Clin Med. 2022;11(20).

90. Fredrick JW, Luebbe AM. Fear of positive evaluation and social anxiety: A systematic review of trait-based findings. J Affect Disord [Internet]. 2020;265(June 2019):157–68. Available from: https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.01.042

91. Skocic S, Jackson H, Hulbert C. Beyond DSM-5: An alternative approach to assessing Social Anxiety Disorder. J Anxiety Disord [Internet]. 2015;30:8–15. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.12.006

92. Weeks JW, Wilmer MT, Potter CM, Waldron EM. Targeting fear of positive evaluation in patients with social anxiety disorder via a brief cognitive behavioural therapy protocol : a proof-of-principle study. 2020;745–50.

93. Okawa S, Arai H, Sasagawa S, Ishikawa S ichi, Norberg MM, Schmidt NB, et al. A Cross-Cultural Comparison of the Bivalent Fear of Evaluation Model for Social Anxiety. J Behav Cogn Ther [Internet]. 2021;31(3):205–13. Available from: https://doi.org/10.1016/j.jbct.2021.01.003

94. Stoeber J, Otto K, thank Anat Bardi W, Giner-Sorolla R, Hamil-ton-West K, Joormann J, et al. Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges Correspondence should be sent to. Personal Soc Psychol Rev Copyr C. 2006;10(4):295–319.

95. Ansbacher, H. L., & Ansbacher, R. R. (1956). The individual psychology of Alfred Adler.

96. Kerr NJ. The Tyranny of the Should's. Perspect Psychiatr Care. 1984;22(1):16–9.

97. Frost RO, Marten P, Lahart C, Rosenblate R. The dimensions of perfectionism. Cognit Ther Res. 1990;14(5):449–68.

98. Frost RO, Heimberg RG, Holt CS, Mattia JI, Neubauer AL. A comparison of two measures of perfectionism. Pers Individ Dif. 1993 Jan 1;14(1):119–26.

99. Kawamura KY, Hunt SL, Frost RO, Dibartolo PM. Perfectionism, Anxiety, and Depression: Are the Relationships Independent? Cognit Ther Res. 2001;25(3):291–301.

100. Slaney RB, Rice KG, Ashby JS. A programmatic approach to measuring perfectionism: The Almost Perfect Scales. Perfect Theory, Res Treat. 2004;(1991):63–88.

101. Shumaker EA, Rodebaugh TL. Perfectionism and social anxiety: Rethinking the role of high standards. J Behav Ther Exp Psychiatry [Internet]. 2009;40(3):423–33. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.jbtep.2009.04.002

102. Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., & Caelian, C. (2006). Trait Perfectionism Dimensions and Suicidal Behavior.

103. Hewitt PL, Flett GL. Perfectionism in the Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With Psychopathology. J Pers Soc Psychol. 1991;60(3):456–70.

104. Laurenti HJ, Bruch MA, Haase RF. Social anxiety and socially prescribed perfectionism: Unique and interactive relationships with maladaptive appraisal of interpersonal situations. Pers Individ Dif. 2008;45(1):55–61.

105. Flett GL, Hewitt PL, De Rosa T. Dimensions of perfectionism, psychosocial adjustment, and social skills. Pers Individ Dif. 1996;20(2):143–50.

106. Levinson CA, Rodebaugh TL, White EK, Menatti AR, Weeks JW, Iacovino JM, et al. Social appearance anxiety, perfectionism, and fear of negative evaluation: Distinct or shared risk factors for social anxiety and eating disorders? Appetite [Internet]. 2013;67:125–33. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.appet.2013.04.002

107. Saboonchi F, Lundh LG, Öst LG. Perfectionism and self-consciousness in social phobia and panic disorder with agoraphobia. Behav Res Ther. 1999;37(9):799–808.

108. Yap K, Gibbs AL, Francis AJP, Schuster SE. Testing the Bivalent Fear of Evaluation Model of Social Anxiety: The Relationship between Fear of Positive Evaluation, Social Anxiety, and Perfectionism. Cogn Behav Ther. 2016;45(2):136–49.

109. Emler, N. (2001). Self esteem: The costs and causes of low self worth. York Publishing Services.

110. Rhodewalt, F. ve Peterson, B. (2008). The self and social behavior: The fragile self and interpersonal self-regulation. Personality and Social Behavior, 49-78.

111. Rosenberg, M. (1965). Society and the adolescent self-image. Princeton University Press.

112. McClure AC, Tanski SE, Kingsbury J, Gerrard M, Sargent JD. Characteristics associated with low self-esteem among uS adolescents. Acad Pediatr [Internet]. 2010;10(4):238-244.e2. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.acap.2010.03.007

113. Orth U, Robins RW, Widaman KF. Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. J Pers Soc Psychol. 2012;102(6):1271–88.

114. Nisbet Wallis DA. Depression, anxiety and self-esteem: A clinical field study. Behav Chang. 2002;19(2):112–20.

115. Ehntholt KA, Salkovskis PM, Rimes KA. Obsessive-compulsive disorder, anxiety disorders, and self-esteem: An exploratory study. Behav Res Ther. 1999;37(8):771–81.

116. Creemers DHM, Scholte RHJ, Engels RCME, Prinstein MJ, Wiers RW. Implicit and explicit self-esteem as concurrent predictors of suicidal ideation, depressive symptoms, and loneliness. J Behav Ther Exp Psychiatry [Internet]. 2012;43(1):638–46. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.jbtep.2011.09.006

117. Rasmussen MK, Pidgeon AM. The direct and indirect benefits of dispositional mindfulness on self-esteem and social anxiety. Anxiety, Stress Coping. 2011;24(2):227–33.

118. Iancu I, Bodner E, Ben-Zion IZ. Self esteem, dependency, self-efficacy and self-criticism in social anxiety disorder. Compr Psychiatry [Internet]. 2015;58:165–71. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.comppsych.2014.11.018

119. Kocovski NL, Endler NS. Social anxiety, self-regulation, and fear of negative evaluation. Eur J Pers. 2000;14(4):347–58.

120. Werner KH, Jazaieri H, Goldin PR, Ziv M, Heimberg RG, Gross JJ. Self-compassion and social anxiety disorder. Anxiety, Stress Coping. 2012;25(5):543–58.

121. Spera C. A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement. Educ Psychol Rev. 2005;17(2):125–46.

122. Grusec JE, Goodnow JJ, Kuczynski L. New directions in analyses of parenting contributions to children's acquisition of values. Child Dev. 2000;71(1):205–11.

123. Rohner, R. P. (1975). They love me, they love me not: A worldwide study of the effects of parental acceptance and rejection.

124. Arrindell WA, Sanavio E, Aguilar G, Sica C, Hatzichristou C, Eisemann M, et al. The development of a short form of the EMBU 1Swedish acronym for Egna Minnen Beträffande Uppfostran ("My memories of upbringing"). 1 : Its appraisal with students in Greece, Guatemala, Hungary and Italy. Pers Individ Dif. 1999;27(4):613–28.

125. Zimmermann JJ, Eisemann MR, Fleck MP. Is parental rearing an associated factor of quality of life in adulthood? Qual Life Res. 2008;17(2):249–55.

126. Lindhout I, Markus M, Hoogendijk T, Borst S, Maingay R, Spinhoven P, et al. Childrearing style of anxiety-disordered parents. Vol. 37, Child Psychiatry and Human Development. 2006. 89–102 p.

127. Overbeek G, ren Have M, Vollebergh W, de Graaf R. Parental lack of care and overprotection: Longitudinal associations with DSM-III-R disorders. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol. 2007;42(2):87–93.

128. Rohner RP, Khaleque A. <Eth.2005.33.3.299.Pdf>. Am Anthropol Assoc. 2005;33(3):299–334.

129. Rohner RP. The parental “acceptance-rejection syndrome”: Universal correlates of perceived rejection. Am Psychol. 2004;59(8):830–40.

130. Koydemir-Özden S, Demir A. The relationship between perceived parental attitudes and shyness among Turkish youth: Fear of negative evaluation and self-esteem as mediators. Curr Psychol. 2009;28(3):169–80.

131. MR L. Social phobia. Mod Probl Pharmacopsychiatry. 1987;22:141–73.

132. Soykan Ç, Özgüven HD, Gençöz T. Liebowitz social anxiety scale: The Turkish version. Psychol Rep. 2003;93(3 II):1059–69.

133. Mark R.Leary. A Brief Version of the Fear of Negative Evaluation Scale. Vol. 9, Personality and Social Psychology Bulletin. 1983. p. 371–5.

134. Çetin B, Doğan T, Sapmaz F. The Turkish adaptation of brief fear of negative evaluation scale: The validity and reliability study | Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Kisa Formu’nun Türkçe Uyarlamasi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalişmasi. Egit ve Bilim. 2010;35(156).

135. Doğan T TT. Olumlu Değerlendirilme Korkusu Ölçeği Türkçe Formu ’ nun Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Akad Bakış Dergisi. 2010;22:1–20.

136. Kağan M. Frost Çok Boyutlu Mükemmelliyetçilik Ölçeğinin Türkçe formunun psikometrik özellikleri. Anadolu Psikiyatr Derg. 2011;12(3):192–7.

137. Cox BJ, Enns MW, Clara IP. The multidimensional structure of perfectionism in clinically distressed and college student samples. Psychol Assess. 2002;14(3):365–73.

138. DiBartolo PM, Li CY, Frost RO. How do the dimensions of perfectionism relate to mental health? Cognit Ther Res. 2008;32(3):401–17.

139. Çuhadaroğlu F. Adolesanlarda Benlik Saygısı[tez]. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi; 1986.

140. Gülay Dirik P, Orçun Yorulmaz P, Ayşe P, Karanci N. Çocukluk Dönemi Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi: Kısaltılmış Algılanan Ebeveyn Tutumları-Çocuk Formu 2. Türk Psikiyatr Derg Dokuz Eylül Üniv İzmir 3 Psik Prof, Psikol Bl. 2015;26(2):123–30.

141. Fergus TA, Valentiner DP, McGrath PB, Stephenson K, Gier S, Jencius S. The Fear of Positive Evaluation Scale: Psychometric properties in a clinical sample. J Anxiety Disord. 2009;23(8):1177–83.

142. Budnick CJ, Anderson EM, Santuzzi AM, Grippo AJ, Matuszewich L. Social anxiety and employment interviews: does nonverbal feedback differentially predict cortisol and performance? Anxiety, Stress Coping [Internet]. 2019;32(1):67–81. Available from: https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1530349

143. Zhang Y, Chen J, Gao W, Chen W, Xiao Z, Qi Y, et al. International Journal of Clinical and Health Psychology From fears of evaluation to social anxiety : The longitudinal relationships and neural basis in healthy young adults. 2023;23(June 2022):0–8.

144. Fredrick JW, Luebbe AM. Prospective Associations Between Fears of Negative Evaluation , Fears of Positive Evaluation , and Social Anxiety Symptoms in Adolescence. Child Psychiatry Hum Dev [Internet]. 2022; Available from: https://doi.org/10.1007/s10578-022-01396-7

145. Barber KC, Moscovitch DA. Reactions to Prospective Positive vs. Negative Evaluation in the Laboratory: A Comparison of High and Low Socially Anxious Participants. J Exp Psychopathol. 2016;7(4):619–31.

146. Johnson AR, Bank SR, Summers M, Hyett MP, Erceg-Hurn DM, Kyron MJ, et al. A longitudinal assessment of the bivalent fear of evaluation model with social interaction anxiety in social anxiety disorder. Depress Anxiety. 2020;37(12):1253–60.

147. Öztürkçe, M. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fobisi İle Sosyal Medya Kullanımının Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Bakımından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.

148. Bautista, C. L., & Hope, D. A. (2015). Fear of Negative Evaluation, Social Anxiety And Response To Positive And Negative Online Social Cues. Cognitive Therapy and Research, 39, 658-668.

149. Button, K. S., Kounali, D., Stapinski, L., Rapee, R. M., Lewis, G., & Munafò, M. R. (2015). Fear of negative evaluation biases social evaluation inference: Evidence from a probabilistic learning task. PloS One, 10(4), 1-15.

150. Teachman, B. A., & Allen, J. P. (2007). Development of Social Anxiety: Social Interaction Predictors of Implicit And Explicit Fear of Negative Evaluation. Journal of Abnormal Child Psychology, 35, 63-78.

151. Kent, G., & Keohane, S. (2001). Social Anxiety And Disfigurement: The Moderating Effects of Fear of Negative Evaluation And Past Experience. British Journal of Clinical Psychology, 40(1), 23-34.

152. Lipton, M.F., Qasmieh, N., Racz, S.J., Weeks, J.W., & De Los Reyes, A. (2020). The Fears of Evaluation About Performance (FEAP) Task: Inducing Anxiety-Related Responses To Direct Exposure To Negative And Positive Evaluations. Behavior Therapy, 1-36.

153. Reichenberger, J., Smyth, J. M., & Blechert, J. (2018). Fear of Evaluation Unpacked: Day-To-Day Correlates of Fear of Negative And Positive Evaluation. Anxiety, Stress, & Coping, 31(2), 159-174.

154. Kumari, R. S., Sudhir, P. M., & Mariamma, P. (2012). Perfectionism And İnterpersonal Sensitivity in Social Phobia: The İnterpersonal Aspects of Perfectionism. Psychological Studies, 57, 357-368.

155. Yazıcı-Çelebi, G. (2023). Lise Öğrencilerinde Sosyal Kaygı ve Mükemmeliyetçilik Arasındaki İlişkide Akademik Öz Yeterliliğin Düzenleyici Rolünün İncelenmesi. Mavi Atlas, 11(2), 297-305.

156. Hamarta, E. (2009). Ergenlerin Sosyal Kaygılarının Kişilerarası Problem Çözme ve Mükemmeliyetçilik Açısından İncelenmesi. İlköğretim Online, 8(3), 729-740.

157. Rukmini, S., Sudhir, P. M., & Math, S. B. (2014). Perfectionism, Emotion Regulation And Their Relationship To Negative Affect in Patients With Social Phobia. Indian Journal of Psychological Medicine, 36(3), 239-245.

158. Jain, M., & Sudhir, P. M. (2010). Dimensions of Perfectionism And Perfectionistic Self-Presentation in Social Phobia. Asian Journal of Psychiatry, 3(4), 216-221.

159. Shafran R, Mansell W. Perfectionism and psychopathology: a review of research and treatment. Clin Psychol Rev. 2001 Aug 1;21(6):879–906.

160. Eroğlu K, Odacı H. The Relationship Between Social Anxiety Levels and Self Esteem, Parental Attitudes, Perfectionism Traits of Seventh and Eighth Grade Students in Secondary School. Turkish J Child Adolesc Ment Heal. 2019;26(3):108–15.

161. Valentiner DP, Skowronski JJ, McGrath PB, Smith SA, Renner KA. Self-verification and social anxiety: Preference for negative social feedback and low social self-esteem. Behav Cogn Psychother. 2011;39(5):601–17.

162. Wang, J., Huang, X., Li, Z., Chen, K., Jin, Z., He, J., ... & Liu, Z. (2024). Effect of Parenting Style on The Emotional And Behavioral Problems Among Chinese Adolescents: The Mediating Effect of Resilience. BMC Public Health, 24(1), 787-798.

163. Doğdu, D. (2021). 6., 7. ve 8. Sınıf Çocuklarının Özgüven Düzeyleri İle Anne-Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Bursa.

164. Günalp, A. (2007). Farklı Anne Baba Tutumlarının Okul Öncesi Eğitim Çağındaki Çocukların Özgüven Duygusunun Gelişimine Etkisi (Aksaray İli Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Konya.

165. Karabulut, Ş. (2020). Erken Erişkin Bireylerde Sosyal Anksiyete Düzeyleri, Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sıkıntıya Katlanma Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Haliç Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.

166. Özdikmenli-Demir, G. (2009). Sosyal Fobinin Etiyolojisinin İncelenmesi Amacıyla Gerçekleştirilen Araştırmalara Genel Bir Bakış. Akademik İncelemeler Dergisi, 4(1), 101-123.

167. Erözkan, A. (2007). Üniversite Öğrencilerinin Reddedilme Duyarlıkları İle Sosyal Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17, 225-240.

168. Delen, E. (2021). Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Ebeveyn Tutumu ve Sosyal Anksiyete İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.

169. Çoban, Y., & Kısa, C. (2020). Ergen Lise Öğrencilerinin Sosyal Kaygıları İle Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi. Biruni Sağlık ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 6, 16-33.

170. Erdoğan, Ö., & Uçukoğlu, H. (2011). İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumu Algıları İle Atılganlık ve Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler. Kastamonu Education Journal, 19(1), 51-72.

171. Lotfi, S., Abolghasemi, A., & Narimani, M. (2017). A Comparison of Emotional Processing And Fear of Positive/Negative Evaluations in Women With Social Phobia And Normal Women. Knowledge & Research in Applied Psychology, 14(53), 101-111.

172. Davoudi, I., Salahian, A., & Veisy, F. (2012). Fear of Positive Evaluation And Social Anxiety. Journal of Mazandaran University of Medical Sciences, 22(96), 79-87.

173. Henricks, L. A., Lange, W. G., Luijten, M., van den Berg, Y. H., Stoltz, S. E., Cillessen, A. H., & Becker, E. S. (2023). The Longitudinal Link Between Popularity, Likeability, Fear of Negative Evaluation And Social Avoidance Across Adolescence. Journal o.

174. Fredrick JW, Luebbe AM. Prospective Associations Between Fears of Negative Evaluation, Fears of Positive Evaluation, and Social Anxiety Symptoms in Adolescence Prospective Associations Between Fears of Social Evaluation and Social Anxiety Symptoms in Adolescence. 2024 [cited 2024 Mar 17];55:195–205. Available from: https://doi.org/10.1007/s10578-022-01396-7

175. Li, J., Jia, S., Wang, L., Zhang, M., & Chen, S. (2023). Relationships Among Inferiority Feelings, Fear of Negative Evaluation, And Social Anxiety in Chinese Junior High School Students. Frontiers in Psychology, 13, 1-9.

176. Cheng, G., Zhang, D., & Ding, F. (2015). Self-Esteem And Fear of Negative Evaluation As Mediators Between Family Socioeconomic Status And Social Anxiety in Chinese Emerging Adults. International Journal of Social Psychiatry, 61(6), 569-576.

177. Lv, S., Chen, Z., Mao, J., Wang, H., Wu, P., & Hai, Y. (2024). The Relationship between Self-Esteem and Social Phobia among College Students: The Mediating Effect of Fear of Negative Evaluation and the Moderating Effect of Perfectionism. International Jou.

178. Ganesh-Kumar, J., Athilakshmi, R., Maharishi, R., & Maya, R. (2015). Relationship Between Fear of Negative Evaluation And Anxiety. The International Journal of Indian Psychology, 3(1), 74-80.

179. Abbott, M. J., & Rapee, R. M. (2004). Post-Event Rumination And Negative Self-Appraisal in Social Phobia Before And After Treatment. Journal of Abnormal Psychology, 113(1), 136-144.

180. Weeks JW, Heimberg RG, Rodebaugh TL, Goldin PR, Gross JJ. Psychometric Evaluation of the Fear of Positive Evaluation Scale in Patients With Social Anxiety Disorder. 2012;24(2):301–12.

181. Akkuş, K., & Sütcü, G. S. T. (2022). Olumlu ve Olumsuz Değerlendirilme Korkusu ve Duygu Düzenleme Güçlüklerinin Sosyal Kaygı Belirtileri İle Performans Algısı Üzerindeki Rolü. Erciyes Akademi, 36(3), 1272-1293.