

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**MADDE KULLANIMI SEBEBİYLE DENETİMLİ SERBESTLİK TEDBİRİNE TABİ
TUTULAN KİŞİLERİN SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİ VE ÖZYETERLİLİK
ALGISININ İNCELENMESİ: İSTANBUL-BAKIRKÖY İLÇESİ ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Figen KARAKAYA

Psikoloji Anabilim Dalı
Psikoloji Programı

AĞUSTOS, 2022

T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



**MADDE KULLANIMI SEBEBİYLE DENETİMLİ SERBESTLİK TEDBİRİNE TABİ
TUTULAN KİŞİLERİN SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİ VE ÖZYETERLİLİK
ALGISININ İNCELENMESİ: İSTANBUL-BAKIRKÖY İLÇESİ ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Figen KARAKAYA

(Y1995.273007)

Psikoloji Anabilim Dalı

Psikoloji Programı

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER

AĞUSTOS, 2022

ONAY FORMU

ONUR SÖZÜ

Yüksek Lisans tezi olarak sunduğum “Madde Kullanımı Sebebiyle Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve Özyeterlilik Algısının İncelenmesi: İstanbul-Bakırköy İlçesi Örneği” adlı çalışmanın, tezin proje safhasından sonuçlanmasına kadarki bütün süreçlerde bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurulmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin Bibliyografya’da gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla beyan ederim. (.../.../2022)

Figen KARAKAYA

ÖNSÖZ

Bu çalışmada bana yardımlarını, bilgisini esirgemeyen her konuda fikir verip rehberlik yapan tez danışmanım değerli Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER'e teşekkür ediyorum.

Veri toplama sürecinde gerekli izinleri veren Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğüne, İstanbul İli Bakırköy İlçesi Denetimli Serbestlik Müdürlüğü'nün yöneticilerine, veri toplama sürecinde güler yüze destek olan, grup seminer çalışmaları yapan denetimli serbestlik uzmanlarına, kurumda görev yapan bütün personele ve araştırma kapsamında gönüllülük çerçevesinde bu çalışmaya katılan tüm katılımcılara sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Tüm hayatım boyunca her zaman arkamda bir dağ gibi her konuda destek verip, yetiştiren, güvenen, kendi ayakları üzerinde hayatla nasıl mücadele etmem gerektiğini gösteren; kıymetlim annem Neziha KARAKAYA'ya, rahmetli babam Ali KARAKAYA'ya, her konuda sağduyum olan ablam Filiz KARAKAYA KARALI'ya, abim Erkan ve kardeşim Serkan başta olmak üzere tüm aile fertlerine sonsuz teşekkür ederim.

Tezimi; her daim yanımda olan "Aileme", eğitim hayatım boyunca yanımda olan "Hocalarıma" ve "Tez Danışmanıma" ithaf ediyorum.

"Kalbin güzelse, kaybetsen bile kazanıyorsun..."

Ağustos, 2022

Figen KARAKAYA

MADDE KULLANIMI SEBEBİYLE DENETİMLİ SERBESTLİK TEDBİRİNE TABİ TUTULAN KİŞİLERİN SOSYAL KAYGI DÜZEYLERİ VE ÖZYETERLİLİK ALGISININ İNCELENMESİ: İSTANBUL-BAKIRKÖY İLÇESİ ÖRNEĞİ

ÖZET

Bu çalışmada herhangi bir suç davranışı veya unsuru nedeniyle haklarında denetimli serbestlik kararı verilen ya da denetimli serbestlik süreci devam eden, bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ve özyeterlilik algıları ile denetimli serbestlik süreci üzerine ayrıntılı bir araştırma amaçlanmıştır. Nitel araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli niteliğindeki bu çalışma Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğünün 20 Ağustos 2021 -20 Eylül 2021 tarihleri arasında İstanbul ili- Bakırköy ilçesinde bulunan Denetimli Serbestlik Müdürlüğündeki (410) dört yüz on katılımcı ile gönüllülük esasına göre görüşmeler gerçekleştirilmiş olup küresel salgın COVID-19 sebebiyle çalışmaya katılan katılımcıların tamamı SAMBA (Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Farkındalık Program) seminerine katılan ve yasaklı maddeyi bir kere kullanmış ya da kullanmaya teşebbüs etmiş bireylerden oluşmaktadır. Çalışmada katılımcıların özyeterlilik ve kaygı durumlarına ilişkin veriler “Öz-Etkililik Yeterlilik Ölçeği ve Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği” ile elde edilmiştir. Ayrıca katılımcılara sosyo- demografik özelliklerine ilişkin verilerin elde edilmesinde araştırmacı tarafından düzenlenen “Sosyo- Demografik Bilgi Formu” kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen verilerin analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) FOR Windows 25.0 programı değişkenlerin dağılımı Anova, Bonferroni karşılaştırma testi ve posthoc testi kullanılarak yapılmıştır. Ayrıca yasaklı madde ve ilaç kullanımı değişkenlerine göre özyeterlilik ve alt boyutları ile sosyal kaygı ve alt boyutları arasında farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Bunun yanı sıra denetimli serbestliğe tabi tutulan bireylerin yaşları ile özyeterlilik ve sosyal kaygı düzeyleri arasında da negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Aynı şekilde bireylerin özyeterlilik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında da negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan regresyon analizinde de denetimli serbestliğe tabi tutulan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin özyeterlilik düzeylerini

%7,9 oranında etkilediği anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Denetimli serbestlik, suç, hükümlü, sosyal kaygı, özyeterlik

INVESTIGATION OF THE SOCIAL ANXIETY LEVELS AND THE PERCEPTION OF SELF-EFFICIENCY OF PERSONS SUBJECT TO CONTROLLED LIABILITY MEASURE DUE TO SUBSTANCE USE: ISTANBUL-BAKIRKOY DISTRICT EXAMPLE

ABSTRACT

In this study, a detailed research on the social anxiety levels and self-efficacy perceptions of individuals who have been given a probation decision due to any criminal behavior or element or whose probation process continues, and on the probation, process is aimed. This study, which is a relational screening model from qualitative research models, was conducted on a voluntary basis with four hundred and ten participants in the Probation Directorate (410) in the Bakırköy district of Istanbul between August 20, 2021 and September 20, 2021. All of the participants participating in the study due to 19 reasons are individuals who participated in the SAMBA (Cigarette, Alcohol and Substance Addiction Awareness Program) seminar and have used or attempted to use the banned substance once. In the study, data on the participants' self-efficacy and anxiety were obtained with the "Self-Efficacy Efficiency Scale and Liebowitz Social Anxiety Scale". In addition, the "Socio-Demographic Information Form" prepared by the researcher was used to obtain data on the socio-demographic characteristics of the participants. In the analysis of the data obtained in the study, the distribution of variables in the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) FOR Windows 25.0 program was made using the Anova, Bonferroni comparison test and posthoc test. In addition, it was concluded that there was no difference between self-efficacy and sub-dimensions and social anxiety and sub-dimensions according to the variables of banned substance and drug use. In addition, it is understood that there is a negative significant relationship between the ages of the individuals subject to probation and their self-efficacy and social anxiety levels. Likewise, it is understood that there is a negative significant relationship between the self-efficacy levels of individuals and their social anxiety levels. In the regression analysis, it is understood that the social anxiety levels of the individuals

subjected to probation affect their self-efficacy levels by 7.9%.

Keywords: Probation, Crime, Convict, Social Anxiety, Self-efficacy.

İÇİNDEKİLER

ONUR SÖZÜ	i
ÖNSÖZ.....	iii
ÖZET.....	v
ABSTRACT	vii
İÇİNDEKİLER	ix
KISALTMALAR LİSTESİ.....	xiii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv
ÇİZELGELER LİSTESİ.....	xvii
I. GİRİŞ.....	1
A. Araştırmanın Konusu.....	1
B. Araştırmanın Önemi ve Amacı	3
C. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	4
D. Araştırmanın Varsayımları	5
E. Tanımlar	5
II. DENETİMLİ SERBESTLİK.....	7
A. Denetimli Serbestlik Kavramının Tanımı	7
B. Denetimli Serbestlik Müdürlüğünde Görev Yapan Personeller ve Denetimli Serbestliğin Gerekliliği.....	8
C. Denetimli Serbestliğin Tarihsel Gelişimi	9
1. Dünyada denetimli serbestliğin tarihsel gelişimi.....	9
2. Türkiye’de denetimli serbestliğin tarihsel gelişimi	10
a. Osmanlı döneminde denetimli serbestlik	11
b. Cumhuriyet döneminde denetimli serbestlik	12
D. Denetimli Serbestlik Sisteminin İlkeleri ve Özellikleri.....	13
E. Denetimli Serbestlik Sisteminin Ceza Sistemindeki Önemi.....	13
F. Denetimli Serbestlik Sisteminin Avantajları ve Dezavantajları.....	14
III. SOSYAL KAYGI	15
A. Sosyal Kaygı ve İlişkili Kavramlar	15
1. Kaygı kavramı.....	15

2. Sosyal kaygı kavramı	16
3. Anksiyete	16
4. Depresyon	17
B. Sosyal Kaygının Özellikleri ve Alt Tipleri	18
C. Sosyal Kaygının Yaygınlığı ve Nedenleri	19
D. Sosyal Kaygının Tedavi Yöntemi.....	20
E. Sosyal Öğrenme Kuramı	22
1. Sosyal öğrenme kuramının modellenmesi	23
2. Sosyal öğrenme kuramının modellenmesinin işlevleri	24
3. Sosyal öğrenme kuramının gözlemsel öğrenme süreçleri	25
IV. ÖZ YETERLİK.....	27
A. Öz Yeterlik Kavramının Tanımı	27
B. Öz Yeterliliğin Önemi.....	30
C. Öz Yeterlilik İnancının Kaynakları.....	31
D. Hâkimiyet Başarı Tecrübesi	32
E. Dolaylı Deneyimler	32
F. Sosyal İkna	33
G. Psikolojik ve Fizyolojik Sebepler	34
H. Öz yeterlilik Algısı Gelişmesine Etki Eden Faktörler	35
1. Bilişsel süreç	35
2. Motivasyon süreçleri.....	36
3. Duyuşsal süreç	37
4. Seçim süreci	37
V. YÖNTEM.....	39
A. Araştırmanın Modeli.....	39
B. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	39
C. Araştırmanın Veri Toplama Araçları	41
1. Veri toplama araçlarının geçerlilik ve güvenilirlik analizleri	42
D. Verilerin Analizi	43
VI. BULGULAR.....	45
A. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	45
B. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması	45
C. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Medeni Hale Göre Karşılaştırılması..	46
D. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması...	47

E. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılması .	48
F. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	49
G. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Mesleklerine Göre Karşılaştırılması .	50
H. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Sosyal Güvence Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	51
I. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılması...	52
J. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması ...	52
K. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Madde Kullanım Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	54
L. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	54
M. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması.....	56
N. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılması ..	57
O. Ölçekler Arası İlişkilere Ait Bulgular	58
VII. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	63
A. Tartışma	63
1. Ölçekler arası demografik formlara ait bulguların tartışılması.....	63
2. Ölçekler arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması	75
B. Sonuç ve Öneriler	77
VIII. KAYNAKÇA.....	79
EKLER.....	95
ÖZGEÇMİŞ.....	117

KISALTMALAR LİSTESİ

AMATEM: Alkol ve Madde Bağımlıları Tedavi ve Araştırma Merkezi

APA : American Psychiatric

CTE : Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürlüğü

DS : Denetimli Serbestlik

DSK : Denetimli Serbestlik ve Yardım Merkezleri ile Koruma Kurulları Kanunu

DSM : Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı

RG : Resmi Gazete

SAMBA : Sigara Alkol Madde Bağımlılığı Farkındalık Programı

TCK : Türk Ceza Kanunu

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1 Sosyal Kaygı Bozukluğunun DSM-V’te Yer Alan Tanı Kriterleri 21

ÇİZELGELER LİSTESİ

Çizelge 1	Sosyal Öğrenme Kuramının Modellemesi	23
Çizelge 2	Sosyal Öğrenme Kuramının Modellemesinin İşlevleri.....	24
Çizelge 3	Öz Yeterlik İnancının Kaynakları	31
Çizelge 4	Örneklem Büyüklükleri.....	39
Çizelge 5	Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine İlişkin Dağılım.....	40
Çizelge 6	Ölçeklerin Güvenirlik Analizine İlişkin Bulgular	43
Çizelge 7	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler	45
Çizelge 8	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	46
Çizelge 9	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Medeni Hale Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	46
Çizelge 10	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	47
Çizelge 11	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	48
Çizelge 12	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	49
Çizelge 13	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Mesleklerine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	50
Çizelge 14	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Sosyal Güvence Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	51
Çizelge 15	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	52
Çizelge 16	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	53
Çizelge 17	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Madde Kullanımı Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	54
Çizelge 18	Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular	55

Çizelge 19 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	56
Çizelge 20 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular.....	57
Çizelge 21 Ölçekler Arası İlişkilere Ait Bulgular	58
Çizelge 22 Sosyal Kaygının Öz Etkililik-Yeterlik Üzerine Etkisi	61

I. GİRİŞ

A. Araştırmanın Konusu

Herhangi bir nedenden dolayı suç davranışı ile ceza almış bireylerin birçoğu, ceza almadan önce de var olan aleyhte durumlar ile birlikte, suçlu ya da hükümlü olarak etiketlenmekte (Timurturkan vd., 2017), bu etiket çoğu zaman hayat boyu devam ederek dinamik bir hal alabilmektedir. Yaşanılan ekonomik sıkıntı, istihdamda ayrımcılığa maruz kalma, etiketlenme, aile ve toplumsal ilişkilerden uzaklaşma veya parçalanma suç davranışı ile ortaya çıkan sorunlar arasında yer almaktadır. Bu tür iç içe geçmiş sorunlar geleceğe yönelik beklentileri, hayat kalitelerini düşürmekte ve suç tekrarına sebep olmaktadır. Bu nedenlerden dolayı toplumsal ve bireysel iyilik hali zarar görmektedir.

26.09.2004 kabul tarihi ve 5237 kanun numarası ile kabul edilen Türk Ceza Kanunu'na göre; "Madde (1) Ceza Kanununun amacı; kişi hak ve özgürlüklerini, kamu düzen ve güvenliğini, hukuk devletini, kamu sağlığını ve çevreyi, toplum barışını korumak, suç işlenmesini önlemektir". Kanunda, bu amacın gerçekleştirilmesi için ceza sorumluluğunun temel esasları ile suçlar, ceza ve güvenlik tedbirlerinin türleri düzenlenmiştir. Türk Ceza Kanunu Mevzuatında işlenen suçun türü (adi suçlar, TCK m. 81, 102/2, 105, 141, 188...) Dolandırıcılık, Hırsızlık, Yağma, ,Mala Zarar Verme, Güveni Kötüye Kullanma, Karşılıksız Yararlanma, Kasten Öldürme, Kasten Yaralama, Taksirli Öldürme, Resmi Belgede Sahtecilik, Taksirli Yaralama, Tehdit, Konut Dokunulmazlığı İhlali, Kişilerin Huzur ve Sükûnunu Bozma, Hakaret, Özel Hayatın Gizliliğini İhlal, Kişisel Verilerin Kaydedilmesi, Cinsel Taciz, Cinsel Saldırı, Cinsel İstismar, Reşit Olmayanla Cinsel İlişki gibi suç tiplerinde denetimli serbestlik uygulanmaktadır (Türk Ceza Kanunu, 2004).

Dünyanın pek çok yerinde olduğu gibi madde kullanımı ülkemizde de Türk Ceza Kanunu'na göre suç olarak kabul edilmektedir. Bireyin fiziksel ve psikolojik sağlığını olumsuz etkilemesinden dolayı madde kullanımı, topluma karşı işlenen suçlar arasında yer almaktadır (Turan, 2010). Türk Ceza Kanunu'nda 2004 yılında

kurulan denetimli serbestlik ile birlikte madde bağımlıları için yeni bir dönem başlamıştır. Bu dönem içerisinde madde kullanan veya madde bulunduran bireylerin soruşturma ve kovuşturmaları yürütülürken bireylerin kendilerine, sosyal çevrelerine ve topluma verdikleri zararların önlenmesi amacıyla rehabilitasyonları sağlanarak madde kullanımının yol açabileceği diğer suçların azaltılması amaçlanmaktadır. Bu hususta denetimli serbestlik ile birlikte madde bağımlıların suç işlemelerine neden olabilecek davranışlarının düzenlenerek rehabilitasyonları sağlanmakta ve hüküm giyenlerin takipleri yapılmakta ve sosyal çevrelerinde neden oldukları mağduriyetler giderilerek toplum korunmaktadır (Kamer, 2008).

Toplum sağlığı açısından oldukça dikkat edilmesi gereken bir konu olan madde kullanımı, sosyal ortamlarda kullanımın başlaması ile birlikte bağımlılığa neden olmaktadır (Ögel ve Doğmuş, 2008). Turhan, İnandı, Özer ve Akoğlu (2011)'nin üniversite öğrencilerinin madde kullanımı ile ilgili yapmış olduğu çalışmasında da özellikle üniversite öğrencilerinin %73,2'sinin sosyal ortamlarda sigara kullandıkları, %56,9'unun alkol kullandıkları ve %5,6'sının da madde kullandıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra insan sosyal bir varlık olmasına rağmen zaman zaman iletişim, sağlıklı ilişki kuramama ve kendini ifade edememe problemi gibi pek çok problemi yaşamasından dolayı da madde kullanımı eğilimi gösterebilmektedir. Özellikle toplum içerisinde kendini kabul ettiremeyen, özyeterliliği düşük ve genel anlamda sosyal kaygı yaşayan bireylerin daha fazla madde kullanımı eğilimi gösterdikleri bilinmektedir. Bir başka deyişle bireylerin sosyal kaygı düzeyinin artması madde kullanımını arttırmaktadır (Turhan vd., 2011).

Söz konusu çalışma, dört bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde, denetimli serbestlik kavramı açıklanmaya çalışılmış, tarihsel süreçte denetimli serbestlik uygulamaları ve bazı ülkelerdeki uygulama örneklerine yer verilmiştir. Ayrıca Türkiye'deki denetimli serbestlik sisteminin tarihsel süreci ele alınarak günümüzdeki uygulamalar ve karar türlerine ilişkin açıklamalara yer verilmiştir. İkinci bölümde sosyal kaygı, özellikleri, nedenleri, tedavi yöntemlerinin açıklanmasından bahsedilmiştir. Üçüncü bölümde, öz yeterlilik, kaynakları, çeşitleri, gelişimini etkileyen süreçlerin açıklaması yapılmıştır. Dördüncü bölümde ise, araştırmanın metodolojisine yer verilerek araştırmanın bulguları ile hükümlülerin toplumsal hayata yeniden uyum sağlama süreçlerinde sosyal kaygı ve öz yeterlilik düzeyleri ile denetimli serbestlik sisteminin psikolojik bir değerlendirmesi yapılmıştır.

B. Araştırmanın Önemi ve Amacı

Bu çalışmada hedeflenen amaç; denetimli serbestlik tedbirine tabi tutulan bireylerin sosyal kaygı ve öz yeterlilik ilişkisinin incelenmesi; öz yeterlilik ve sosyal kaygı arasındaki cinsiyet, yaş, sosyo-ekonomik seviye, ebeveynlerin birlikte olup olmaması, ebeveynlerin eğitim durumu, gibi veriler ile istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Sürekli gelişen ve değişen ceza sisteminin sonucunda ortaya çıkan denetimli serbestlik sistemi, denetimli serbestlik sistemine tabi tutulan bireylerin sürecin bitmesi sonucunda topluma uyum sağlamaları açısından ve öz yeterliliklerini koruyabilmeleri bakımından önem arz ettiği düşünülmektedir.

Bu çalışmanın temel amacı denetimli serbestlik tedbirine tabi tutulan bireylerin sosyal kaygı ve özyeterlilik algısının incelenmesi olup konu ile ilgili CTE'nin 20 Ağustos-20 Eylül tarihleri arasında İstanbul İli- Bakırköy İlçesi'nde bulunan Denetimli Serbestlik Müdürlüğü'ndeki 410 kişi ile gerçekleştirilmiştir. Alan araştırması verilerinin referans ile yapılan çalışmada denetimli serbestlik tedbirine tabi bireylerin özyeterlilik ölçeği ve sosyal kaygı ölçeği ile özyeterlilikleri ve kaygı durumu ortaya çıkması hedeflenmektedir. Araştırmanın gerçekleşmesi için seçilen örneklem Bakırköy denetimli serbestlik müdürlüğüne aktif olarak tedbirli ve gönüllü bireylerden oluşmaktadır. Dünyayı kasıp kavuran tüm insanlığı tehdit eden küresel salgın COVID-19 sebebiyle örneklem grubunda suç çeşitliğine göre uygulama yapılamamıştır. Bu bağlamdan yola çıkılarak araştırmanın amacı; denetimli serbestlik sistemine tabi tutulan 18- 65 yaş arasındaki bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ve öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyip ortaya koymaktır. Bu araştırmanın amacı kapsamında araştırmanın problemi ise aşağıda verilmiştir:

- Denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile öz yeterlilikleri arasında ilişki var mıdır?

Araştırmanın problemi kapsamında alt problemleri ise aşağıda verilmiştir:

- Denetimli serbestliğe tabi bireylerin, sosyo-ekonomik ekonomik değişkenlerle arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- Denetimli serbestliğe tabi bireylerin, suç türü ve cezaevinde kalma süresi, varsa madde kullanım öyküsü ile ilişkin özellikleri nelerdir?

- Denetimli serbestliğe tabi bireylerin, sosyal kaygı ile öz yeterlilik düzeyleri arasında suç ve denetimli serbestlik sürecine dair özelliklerine göre farklılaşmakta mıdır?
- Denetimli serbestliğe tabi bireylerin, sosyal kaygılarının öz yeterlilik düzeylerine etkisi nelerdir?

Araştırmanın amacı kapsamında araştırmanın problem cümlesi ve alt problemlerine göre hipotezleri aşağıda yer almaktadır:

Hipotez 1: Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyo-demografik özellikleri ile Sosyal Kaygı Düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 2: Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyo-demografik özellikleri ile Öz Etkililik- Yeterlilik Düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

Hipotez 3: Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ile Öz Etkililik- Yeterlilik Düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.

C. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıda verilmiştir:

- Araştırmanın verileri İstanbul İli Bakırköy İlçesi'nde bulunan denetimli serbestlik sistemine tabi olan (410) dört yüz on katılımcı ile gönüllülük esasına göre görüşmeler gerçekleştirilmiş olup küresel salgın COVID-19 sebebiyle çalışmaya katılan katılımcıların tamamı SAMBA (Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Farkındalık Program) seminerine katılan ve yasaklı maddeyi bir kere kullanmış ya da kullanmaya teşebbüs etmiş bireylerden oluşmaktadır.
- Bu araştırmanın sonuçları Demografik onam formu, Öz Etkililik- Yeterlilik Ölçeği ve Sosyal Kaygı Ölçekleri'nin ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.
- Ulusal Tez Merkezinde 2008-2021 yılları arasında yayınlanmış olan DS başlığı altındaki 86 tez araştırmaya dahil edilerek tezlerin onaylanmış olması (durumu), tezlerin Türkçe olması (dili), tezlerin erişime açık olması (izin durumu) gibi kriterler kapsamında çalışmaya dahil edilmiştir.

D. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın varsayımları aşağıda verilmiştir:

- Araştırma verilerin toplandığı denetimli serbestliğe tabi bireylerin, verilerin toplanması amacıyla yer alan maddeleri kendi durumlarını samimi ve iten yansıtacak şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.
- İstanbul Denetimli Serbestlik M¼d¼rl¼đ¼'nde gön¼ll¼ katılımcılardan oluşan örneklem grubunda herhangi bir bilişsel bozukluğa ilişkin semptomları olan bireylere rastlanmamıştır.
- Araştırma (SAMBA) Sigara, Alkol ve Madde Bağımlılığı Farkındalık Program seminerine katılan, 410 gön¼ll¼ bireyin katıldığı, 10 oturumdan oluşan maksimum 8 kişilik gruplar ile on beş g¼nde bir zaman aralığında denetimli serbestlik uzmanları tarafından yapılan seminerden önce gerçekleştirilmiştir.

E. Tanımlar

Denetimli Serbestlik: Suçun tedavisi ile suçun sebebi ortaya çıkınca uyarlanan bireyin normal hayata uygun yaşam adaptasyonuna uyarlanan yöntemidir (Işıkta, 2013).

Sosyal Kaygı: Sosyal ortamlarda bulunmaktan kaçınma, yaşam kalitesini azaltarak yapmakta olduğu ya da yapmak istediği işlerden geri durmak, kişilerarası ilişkiler içinde korku duyma, reddedilme, suçlanma korkusunun duygusuna ilişkin belirtiler g¼steren davranış bozukluğudur (Demir, 2009).

Özyeterlilik: Kişinin başarı durumlarını geniş bir perspektif ile gerçekleştirmek için b¼t¼n yetenek veya performansını etkin bir şekilde farklı g¼rev ve sorumluluklarının genelinde yapabilmesi benlik saygısı ile kişinin kendi değer ve önemine ilişkin genel değerlendirmedir (Chen vd., 2001).

II. DENETİMLİ SERBESTLİK

A. Denetimli Serbestlik Kavramının Tanımı

Denetimli serbestlik Türk hukuk sisteminde, bireyin işlediği bir suç sebebiyle tutuklanması veya mahkeme de hakkında mahkûmiyet kararı neticesinde cezaevine gönderilmesi yerine, almış olduğu cezayı toplum arasında denetlenerek kontrol altında geçirmesidir (Koçak, & Altun, 2010). Kısaca denetimli serbestlik suçluların toplum içinde izlenmesidir. Bu izlenme ile suçlular toplum içerisinde takip edilerek, uygulanılan yardım yöntemleri ile suçlunun sorunlarını olumsuz etkileyen nedenleri ile ortaya çıkarıp çözüme ulaştırılmayı sağlamaya çalışarak suçlunun çevre ile uyum adaptasyonu sağlanmaya çalışılır (Bayraktar, 2007).

Denetimli serbestlik “Mahkemece belirtilen koşullar ve süre içinde, denetim ve denetleme planı doğrultusunda şüpheli, sanık veya hükümlünün toplumla bütünleşmesi açısından ihtiyaç duyduğu her türlü hizmet, program ve kaynakların sağlandığı toplum temelli bir uygulama” olarak tanımlanmıştır (Özdemir, 2020). Denetimli serbestlik buna göre, alternatif infaz sistemidir. Hapis cezasının alternatifi olan sistemde, sanık, yükümlü ya da hükümlüler belirlenen koşullarda şartlı olarak serbest bırakılmak ile birlikte kendilerine çeşitli yükümlülük verilmektedir (İlgün, 2010). Ceza ve Güvenlik Tedbirlerinin İnfazı Hakkında 13.12.2004 tarih ve 5275 Kanun numarasıyla kabul edilen kanundaki infaz temel ilkesi “*Ceza ve güvenlik tedbirlerinin infazına ilişkin kurallar hükümlülerin ırk, dil, din, mezhep, milliyet, renk, cinsiyet, doğum, felsefî inanç, millî veya sosyal köken ve siyasî veya diğer fikir yahut düşünceleri ile ekonomik güçleri ve diğer toplumsal konumları yönünden ayırım yapılmaksızın ve hiçbir kimseye ayrıcalık tanınmaksızın uygulanır*” şeklindedir (Resmi Gazete, 2004).

Denetimli serbestliğin dünyada geçerli olan dört ana hedefi bulunmaktadır ve bu bağlamda her ülke kendi toplumunun koşulları ve gerekliliklerini göz önünde bulundurarak dört temel maddeyi dengelemektedir (Özdemir, 2011). Bu maddeler aşağıda ele alınmıştır:

- *Hükümlülerin İyileştirilmesi:* Denetimli serbestlik yöntemi ile ceza infaz kurumlarından tahliye olan ya da cezaları ertelenmiş olan yükümlülerin topluluk içinde uyum sağlamaları, ıslah edilmesi ve topluma kazandırılmasında denetimli serbestlik yardım merkezlerinin alanında uzman personelin deneyimi ve denetimi ile iyileştirilmesi gerçekleştirilmektedir (Uluslararası Denetimli Serbestlik Hizmetlerinde Seçenek Tedbirler Konferansı, 2010).
- *Topluma ve mağdura verilen zararın onarılması:* Suçun neden olduğu zararın düzeltilmesi, mağdur ya da topluma yapılan zararın giderilmesi üzerinde durulan ikinci temel kilit noktadır (Özdemir, 2011).
- *Faillerin Cezalandırılması:* Denetimli serbestlik tedbirine hükmedilen kişi, verilen hükme uygun şekilde müdürlük tarafından düzenlenen programa ve denetimli serbestlik uzmanlarının bu konudaki önerilerine uymak ve talimatları dikkate almaları gerekmektedir. Denetimli serbestlik Müdürlüğü'nün yapmış olduğu çağrılara ya da düzenlenen denetim plan ve programa yapılan ikaza karşı uyulmaması, denetimli serbestlik tedbiri ile ilgili yükümlülük ihlali yapılmış sayılır (Erbaş, 1996). Kısaca hükümlünün açık cezaevine geçme hakkının olması yeterlidir. Kararlaştırılan deneme zamanında, denetimli serbestliğe tabi tutulan bireye çeşitli görev ya da yükümlülükler verilerek özgürlüğünün kısıtlanarak cezasını toplum içinde çekmesidir (Özdemir, 2011).
- *Toplumun Korunması:* Türk denetimli serbestlik hizmetlerinin temel amacı; toplumun huzur ve sükûnet içerisinde mutluluğunun sağlanması amacıyla suç işlemiş ya da şartla tahliye olan bireylerin tekrardan suça yönelmesini önlemeyi, tedbire tabi bireylerin toplum arasında var olmaları için rehberlik yapılarak topluma yeniden kazandırılması amacıdadır (Koçak, & Altun, 2010).

B. Denetimli Serbestlik Müdürlüğünde Görev Yapan Personeller ve Denetimli Serbestliğin Gerekliliği

Ülkemizde denetimli serbestlik müdürlüğünde psikolog, sosyolog, sosyal hizmet uzmanı, öğretmen gibi branşlardan oluşan meslek grupları görev yapmaktadır. Belirtilen meslek grupları sanığın işlediği suçun konusuyla birlikte

psikolojik, ailevi, sosyal, mesleki, eğitim, yaş, gibi unsurları da göz önünde bulundurarak sanığın tekrar suç işleme oranını düşürerek topluma sorunsuz bireyler kazandırmaktadır (Kale, 2009). Görev yapan personelde aranılan nitelikler aşağıda ayrıntılı olarak verilmiştir (Yurtsever, 2008).

- *Objektiflik:* Herhangi bir olayı incelerken önyargısız, kendi duygularından uzak tarafsız bir şekilde, gerekli mevzuatlar çerçevesinde ilkelere dayanarak karar verebilen ve denetim ve gözetim altındaki kişilere yansız davranmalıdır.
- *Sosyal Çevrenin Varlığı:* Görevli kurum personelinin oluşan suç unsuru ile ilgili çevre'nin önemini, etkilerini, değişimini önemsemeli buna göre denetimli serbestliği sağlanan kişinin rehabilitasyon süreci ile ilgilenmelidir.
- *Gözlemlediği Verileri Yazılı Sunabilmek:* Gözlem yoluyla elde ettiği verileri mevcut bilgiyle harmanlayarak açık ve net bir şekilde aktarmayı amaçlamaktadır. Duygu durumu; Kamu görevlisinin serbest denetim altındaki sanıklara faydalı olması ve topluma uyum sağlayabilmesi için sağlıklı duygu durumunda olması gerekir.
- *Sürücü Belgesi:* Görevli memurun ev, iş yeri ziyareti yaparak gerekli raporlandırmayı yapabilmesi için sürücü belgesinin olması gerekmektedir.

Denetimli serbestlik ile suç işleyen kişinin rehabilite olması ve topluma yeniden uyum sağlaması toplumun suç işleyen kişiye karşı bakış açılarının değiştirilmesi, suçun tekrarlanmasının önlenmesi gibi amaçlara hizmet etmektedir (Usta, & Öztürk, 2010).

C. Denetimli Serbestliğin Tarihsel Gelişimi

Denetimli serbestliğin tarihsel gelişimi dünyada ve Türkiye'de olmak üzere iki ayrı başlık altında detaylı ele alınmıştır:

1. Dünyada denetimli serbestliğin tarihsel gelişimi

Günümüzde Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ile birlikte birçok Avrupa ülkesinde yaygın olarak uygulanan ve kullanım alanının sürekli değişip yenilenen denetimli serbestlik sisteminin uygulamasının hukuksal dayanakları 17. Yüzyılda atılmıştır. İlk temel gözetim uygulamasının İngiltere'de yürürlüğe konduğu ve başlangıçta hukuksal düzenlemeyle değil uygulamalar aracılığıyla oluştuğu kabul edilmektedir (Kahveci Düztaş, 2011).

Denetimli serbestliğin öncüsü olarak John Augustus bilinmektedir. John Augustus boş zamanlarında duruşmalara girerek burada alkol sebebiyle mahkeme tarafından idari para cezasını verilen fakat borcunu ödeyemeyen alkolik sanıkların olduğuna tanık olmuştur. John Augustus mahkemeyi ikna ederek alkolik bir sanığın idari para cezasını ödeyerek, yaşlı sanık ile kendisini kurtaracağını ve bir daha alkol sınırını geçmemesiyle ilgili hazırlamış olduğu taahhüdü imzalattıktan sonra, hüküm verilmesi için mahkemeye 3 hafta sonra gitmişlerdir. Sanığın değişimine mahkeme ilk etapta inanmamış, fakat John Augustus'un sanığı ıslah etmesinden memnun kalmışlardır. 'Rehabilitasyon Evi'ne gönderilecek olan sanığın mahkeme masrafı ve idari para cezası ödemesine karar verilmiştir. Augustus idari para cezasını ödeyerek topluma yararlı biri ilk denetimli serbestlik memuru olarak tarihte adı anılmaktadır. Augustus Ocak 1841'den ağustos ayına kadar 17 alkoliğin idari para cezasını ödeyerek ıslah çalışmasında katkı sağlamıştır (Galler, 2003; Akt. Yurtsever, 2008).

2. Türkiye'de denetimli serbestliğin tarihsel gelişimi

Türkiye'de denetimli serbestlik benzeri uygulamalara Osmanlı Devleti döneminden 2005 yılına kadar rastlamak mümkündür fakat bunlar modern anlamda denetimli serbestlik özelliklerini taşımamaktaydılar (Yavuz, 2012).

Türkiye Cumhuriyeti resmi olarak Denetimli Serbestlik Hizmetleri kanununa 3.07.2005 tarihinde 5402 sayılı kanun maddesi ile kabul edilip, Resmî gazetede 20.07.2005 tarihinde yayımlanan ve 25881 sayı numarasıyla ile amaç, kapsam, tanımlar, ilkeler ve yükümlülükler gibi kısımların olduğu kanun maddesinin yayımlanmasıyla sistemin işleyişi yürürlüğe girmiştir (Resmî Gazete, 3.07.2005). Denetimli serbestlik sistemi 2005 yılında resmileşmesi ile birlikte sistemde dört kez 2005, 2007, 2013 ve 2021 yıllarında yönetmelik değişikliği yapılarak müdürlüklerin ve görev yapan denetimli serbestlik uzmanlarının çalışma, görev, usul ve esaslarında düzenleme yapılmıştır.

Denetimli Serbestlik ve Yardım Merkezleri ile Koruma Kurulları Yönetmeliği'nin ilk değişikimi Resmî Gazete'de 20.12.2005 tarihinde 26029 sayılı ile yayımlanan yönetmelikte dördüncü bölümde adli kontrol ve kontrol yükümlülüklerinin yerine getirilmesi, beşinci bölümde kısa süreli hapis cezası yerine seçenek yaptırımlar ile denetim süresi içindeki yükümlülüklerin yerine getirilmesi, altıncı bölümde iş arama izini ile cezanın konutta infazı ile ilgili işlemler, yedinci bölümde güvenlik tedbirlerinin

infazı, sekizinci bölümde denetim planı, raporlar, rehberlik ve psiko-sosyal yardım, dokuzuncu bölümde çocuk koruma kanunu ile ilgili hükümlere yer verilip, değişimler yapılarak güncellenmiştir (Resmî Gazete, 20.12.2005).

2005 yılında yayımlanan yönetmelikteki bazı eksik kısımların tekrardan düzenlenerek 18.04.2007 tarih ve 26497 sayı ile Resmî Gazete’de Denetimli Serbestlik ve Yardımlaşma Merkezleri ile Koruma Kuralları yönetmeliğinde beşinci bölüme yetki alanında şube müdürlüğü veya büro bulunmaması halinde yapılacak işlemler eklenerek denetimli serbestlik müdürlükleri bürolaşma işlemi başlamıştır (Resmî Gazete, 18.04.2007). Üçüncü değişim olarak 05.03.2013 tarih ve 28578 sayı ile Resmî Gazete ’de yayımlanması ile denetimli serbestlik personelinin çalıştırılmasına ilişkin usul ve esaslar, salıverme sonrası hükümlülerin toplum içinde denetimi gibi birçok konuda yenilik ve değişim yapılarak yönetmelik faydalı olarak güncellenmiştir (Resmî Gazete, 2013).

Türkiye’de denetimli serbestlik hizmetlerinin teşkilat yapısı; Denetimli Serbestlik Hizmetleri Yönetmeliği’nin 7. maddesinin 1. fıkrası “*denetimli serbestlik hizmetleri bakanlık merkez teşkilatında Daire Başkanlığı, taşra teşkilatında denetimli serbestlik müdürlükleri, müdürlüğe bağlı bürolar ve koruma kurulları tarafından yürütülür*” şeklindedir (Resmî Gazete, 2013).

Günümüzde yürürlükte olan ve dördüncü kez 10.10.2021 tarihinde değişen 31655 sayı ile Resmî Gazete’de yayımlanan Denetimli Serbestlik Hizmetleri Yönetmeliğinde İnsan Hakları Eylem Planı’ndaki hedefler doğrultusunda yenilikler getirilmiştir (Resmî Gazete, 2021).

a. Osmanlı döneminde denetimli serbestlik

Osmanlı Döneminde denetimli serbestlik uygulamasına benzer bir uygulama şahsa kefalet temelini İslam hukukundan almakta ve suç işleyen kişinin kefil tarafından belirlenen zamanda belirlenen yere getirilmesini kapsamaktaydı. Modern denetimli serbestlikten farkı, bu kefilin resmi bir görevli olmamasıdır. Tanzimat dönemine gelindiğinde ise nefy cezası, zaptiye nezareti ve kalebentlik cezası denetimli serbestlik uygulamalarına benzerlik göstermektedir.

Nefy cezası suç işleyen kişinin devlet sınırları içinde başka bir yere sürgün edilmesi ve buradan başka bir yere gidememesi cezasıdır. Zaptiye nezareti altında bulundurma cezası suç işleyen kişinin suçu tekrar işlemesini önlemek amaçlı bir

cezaydı. Suç işleyen kişinin devletin men etmediği bir yere devletin verdiği tezkeredeki güzergâhtan gidip vardığında yerel zabıtaya tezkereyi sunmasını ve orada kalmasını içermektedir. Kalebentlik cezası ise suç işleyen kişinin devletin belirlediği bir kalede hapis olarak kalmasıydı (Yavuz, 2012). Bu üç ceza türü modern denetimli serbestliğe suç işleyen kişinin mahkûm edilmeyip özgür kalması açısından benzerlik gösterse de yetkili bir memur tarafından denetim sağlanmaması açısından farklıdır.

b. Cumhuriyet döneminde denetimli serbestlik

Denetimli Serbestlik Dünyada yürürlükte olma şeklini Türk ceza adalet sistemine girmesi, 26.09.2004 Kabul Tarihli, 5237 sayılı Türkiye Cumhuriyeti Kanunu ve 03.07.2005 Kabul Tarihli, 5402 sayılı Denetimli Serbestlik ve Yardım Merkezleri ile Koruma Kurulları Kanunu ile yürürlüğe girmiştir (Resmî gazete.gov.tr, 2004). Resmî gazetede 05.03.2013 tarih ve 28578 sayı ile yayımlanan Denetimli Serbestlik Hizmetleri Yönetmeliği ile Daire Başkanlıkları, Müdürlükleri, Danışma Kurulu ile Koruma Kurullarının teşkilat, yetki, çalışma, toplantı, usul ve esaslarını düzenlemek ve uygulamak amaçlanmıştır (Resmî Gazete, 05.03.2013).

765 sayılı Türk Ceza Kanunu 1926 yılında yürürlüğe girmiş ve 2005 yılına kadar devam etmiştir (Yavuz, 2012). Sürgün cezası, Osmanlı Devleti döneminde görülen nefy cezası gibi suç işleyen kişinin belirli bir süre boyunca belirlenen bir yerde yaşaması cezasıydı. Emniyeti umumiye idaresinin nezareti altında bulundurma cezası ve tedbiri suç işleyen kişinin tedbir amaçlı olarak en fazla üç yıl boyunca kolluk güçlerinin denetimi altında bulunmasını kapsamaktaydı ve bu açıdan modern denetimli serbestlik cezasına benzemektedir.

Uyuşturucu madde bağımlıları hakkındaki güvenlik tedbirleri ve alkol bağımlıları hakkındaki güvenlik tedbirleri suç işleyen bağımlının tedavi amaçlı olarak bir hastanede yatmasını kapsamaktadır. Son olarak dilenciler için “boğaz tokluğuna çalışma” tedbiri ise dilencinin belirli bir süre özel idare veya belediye işlerinde karın tokluğuna yani ücretsiz çalışmasını içermektedir. Denetimli serbestlik benzeri cezalarla ilgili son düzenlemeler ve günümüzde uygulanan şekli ise 18 Nisan 2007 yılında Resmî Gazetede yayımlanmıştır.

D. Denetimli Serbestlik Sisteminin İlkeleri ve Özellikleri

Denetimli serbestlik kanununda üç temel ilke üzerinde durulmaktadır. Bunlar, insan onuruna saygı ve dürüstlük, gizlilik, tarafsızlık ilkeleridir. İnsan onuruna saygı ve dürüstlük suç işleyen kişinin ceza alarak bazı haklarının kısıtlanmasına rağmen onurunun korunmasını içermektedir. Denetimli serbestlik memurlarının görevlerini yerine getirirken ceza alan kişinin onur ve insanlık hakkına aykırı davranışta bulunmalarını yasaklayan bir ilkedir. Denetimli serbestlikte hükümlü toplum içinde olacağı, ailesinin yanında kalacağı, işine veya okuluna devam edeceği için gizlilik büyük önem arz etmektedir. Aksi takdirde hükümlü hayatın içinde yer almakta zorlanacaktır. Tarafsızlık ise kişinin ırkı, dili, dini, görüşleri ve fiziksel koşulları ne olursa olsun eşit davranılması ilkesidir (Denetimli Serbestlik ve Yardım Merkezleri ile Koruma Kurulları Kanunu, 2005).

Denetim serbestlik sisteminin özellikleri ise; denetimli serbestlik ulusal bir sistemdir yani ulusal ve uluslararası standartları kapsamaktadır. Belirli müdürlüklere bağlı merkeziyetçi bir yapıya sahiptir. Suçtan zarar gören ve suçu işleyene birlikte hizmet eder. Hem kamu personeli hem de sivil toplum örgütlerinden gönüllülerin aktif olarak rol oynadığı bir yapıya sahiptir. Adalet Bakanlığına bağlı resmi bir kuruluştur. Bunların yanında verilen cezaların ve tedbirlerin süreleri bellidir (Kale, 2009).

E. Denetimli Serbestlik Sisteminin Ceza Sistemindeki Önemi

Denetim planı ve denetim raporu gibi aşamalar sisteme dahil edilerek denetim süresinin başlangıcından itibaren ve daha sonra yapılan raporlama hizmetleri çerçevesinde etkin ceza sistemi getirilerek yeni bir bakış açısı kazandırmıştır (Savaş, 2011). Denetimli serbestlik sisteminin önemi bireyin işlemiş olduğu suç unsuruna göre mahkeme de hakkında verilen kısa süreli hapis cezası, adli kontrol veya tutuklama kararı uygulanacak kişilerin denetimli serbestlik sistemi içerisinde cezasının uygulanması ceza infaz kurumlarının yoğunluğunun doğrudan azaltılmasında etkili olmasıdır (Kamer, 2007).

Suç işleme oranının azaltılmasında denetimli serbestlik sistem içerisinde suç işleme sebepleri araştırılarak problemlerin çözümü ve yaşam kalitelerinin artırılması konularında motive edici görüşmeler ile belirlenen amaca ulaşmak için yeni

stratejiler geliştirerek tekrar suça yönelmelerinin önüne geçilmektedir (Müftüoğlu, 2009). Suçlunun ailesi ve toplumla ilişkisini sürdürmesi, eğitimi tamamlaması, hayatını kazanması ve verimli bir birey olarak topluma kazandırılması açısından denetimli serbestlik önem taşımaktadır. Bunların yanında düzenli denetimlerle suçun tekrar işlenmesinin önlenmesi, hapiste kalmak yerine toplum içinde yer alarak cezaevi için harcanan ülke kaynaklarının korunması ve suçlunun topluma dahil olup çalışarak ülke ekonomisine katkıda bulunması gibi önemleri de bulunmaktadır (Duman, 2009).

F. Denetimli Serbestlik Sisteminin Avantajları ve Dezavantajları

Denetim serbestlik sisteminin avantajları aşağıda verilmiştir:

Denetimli serbestliğin hem bireye hem topluma hem de ülkeye birçok avantajı vardır. Öncelikle, hükümlü sabıkalı olarak damgalanmamakta ve hayattan kopmamaktadır. Hükümlü çalışarak geçimini sağlayabilmekte ve üreten bir birey olarak ülkeye fayda sağlamaktadır. Ceza evine giren bireylerin çıktıktan sonra suça daha eğilimli oldukları saptandığı için hükümlünün ceza evine girmemesi suç eğilimini azaltmaktadır. Bir diğer avantaj ise cezaevi maliyetinin olmamasıdır (Dızman, 2019).

Denetim serbestlik sisteminin dezavantajları aşağıda verilmiştir:

Denetimli serbestlik tedbirine tabi bireyin ailevi, özel ve günlük yaşam sorumluluğu üstlenmesi somut dezavantajları arasında görülmektedir (Kara, 2014). Bu sorumlulukla birlikte denetimli serbestlik yükümlüsünün toplum içerisinde sosyal, ekonomik olarak dezavantajlı gruplar içerisinde oldukları söylenilebilir. Yükümlülerin genel profilinin gelir düzeyi ve eğitim seviyelerinin düşük olması dezavantajlı olmasını etkileyen diğer bir etkidir (Dağdelen, 2017).

III. SOSYAL KAYGI

A. Sosyal Kaygı ve İlişkili Kavramlar

1. Kaygı kavramı

Batılı kaynaklar tarafından çevirisi yapılan kaygı kavramı “anksiyete” olarak dilimize girmiştir. Kaygı birey tarafından nedeni bilinmeyen bir sebepten dolayı her an bir şey olacaktı gibi kendinin engelleyemeyeceğini düşündüğü sıkıntı, korku, endişeli düşüncenin ortaya çıkmasıyla oluşmaktadır (Anthony, & Swinson, 2000).

DSM-3 (1989) ve DSM-4 (1994)’de sosyal kaygı, sosyal fobi ile aynı başlık altında ele alınmış ve ayrı bir bozukluk olarak tanımlanmamıştır. Eğer kaygıya yol açan uyarın, sosyal bir ortamdan kaynaklanıyorsa ve insan hayatını sınırlandırıcı birtakım tepkilere neden oluyorsa sosyal kaygıdan bahsedebiliriz. Ayrıca sosyal fobinin sosyal kaygı durumunun daha şiddetli bir durumu olduğunu ve insan hayatını daha fazla sınırlayıcı olduğunu düşünebiliriz. DSM-3’den itibaren günümüzde kullanılan DSM-5’e uyarlanan sosyal kaygı bozukluğunu tanı ölçütlerinde toplumsal hayat ile birlikte sorunun zamana uygun olarak yenilenerek değişimi hem bilimsel çalışmalar açısından hem de klinik tanı ölçütleri ve standardizasyonlarında değişimler yapılmıştır (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

DSM-5’te sosyal fobi terimi yerine toplumsal kaygı bozukluğu almış tanılamasına ilişkin değişiklik ile birlikte sosyal kaygı özellikleri toplumsal koşullar içerisinde yaşanan kaygının daha iyi şekilde açıklandığı belirtilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Kaygı kişilerde, somut veya soyut bir şekilde farklı olarak yakınma ve bulgular ile ortaya çıkabilir. Ruhsal olarak gerginlik, panik, tedirginlik, kuşku gibi durumlar ile bedensel olarak da kan basıncı değişmesi, terleme, baş ağrı ve dönmesi, bitkinlik, solunum sayısında artma, uykusuzluk, ses titremesi, terleme olmak üzere geniş çeşitlilik göstermektedir (Köknel, 2005). DSM-5’göre kaygı, korku veya kaçınma sürekli olarak devam eden durumdur ve altı ay veya daha uzun sürebilir olarak belirtilmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

2. Sosyal kaygı kavramı

Sosyal kaygı, kavramı hakkında yapılan tanımlara bakıldığında bireyin, farklı sosyal durum veya etkinliklerde uygun olmayan bir şekilde davranacağı düşüncesi, olumsuz intiba bırakıp, diğer bireylerin üzerinde olumsuz (beceriksiz, yeteneksiz, saf, vb.) etkiler bırakacağı şekilde değerlendirme yaşayacağı düşüncesiyle yaşadığı tedirginlik, huzursuzluk ve gerilim olarak tanımlanır (Eren-Gümüş, 2006). DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'nda yer alan tanı ölçütleri kategorisinde değişikliğe gidilerek söz konusu duyulan korku veya kaygı, toplum içerisinde çekinilecek davranış ile birlikte toplumsal kültürel durumlardan orantısız olabileceği kriteri ile birlikte “yalnızca bir eylemi gerçekleştirme sırasında” toplumsal kaygı bozukluğu deneyimlenmesi halinde bu sorunu ilaveten tanımlamaları eklenmiştir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

Bilişsel model, sosyal kaygıyı açıklayan bir modeldir. Sosyal kaygıyı bilişsel modele göre açıklamada bireyin çevresine karşı olumlu intiba bırakma isteğinin olması fakat bunu gerçekleştirme becerisine karşı kendisini yetersiz hissetmesidir. Sosyal kaygıyı yaşayan bireyler, toplum önündeyken davranışlarının uygun olmayacağını reddedilip, amaçlarına ulaşmada takdir göremeyecekleri düşünürler (Çam, Sevimli, & Yerlikaya, 2010). Sosyal kaygı bozukluğu olan bireyler, hayatlarının neredeyse bütün alanlarında önemli problemlere yol açarak, bunun sonucunda psikiyatrik bozukluğun oluşmasına sebep olur (Jazaieri vd., 2015). Sosyal kaygıyı hisseden kişilerin akademik ilerleyememe, sosyal hayatında içe kapanma, mesleki hayatında olumsuzluklar ortaya çıkmaktadır. Kişinin sosyal yaşamdan uzaklaşması ile depresyon, intihar teşebbüsleri de beraberinde gelebilmektedir (Hignett, & Hatton 2008; Flanagan et al., 2008).

3. Anksiyete

Anksiyete; Kişinin kendi benliğine veya bütünlük hissine karşı bir tehlike algıladığında hissettiği tedirginlik oluşturan bir önsezidir. Stres üreten durumların bireyde sebep olduğu olumsuz durumlar kuruntu, olumsuz algılama ile huzursuzluk gibi beğenilmeyen, ruhsal ve gözlenebilir tepkilerdir (Özgüven, 1994). Anksiyetenin etiyojisine bakıldığında çevresel faktörleri ele aldığımızda sosyal fobiyi etkileyen faktörler arasında aile ortamının önemli olduğu yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır. Çevrenin etkisiyle birlikte genetik faktörler, ebeveynlerin çocuk

yetiştirme tarzları, sosyal bağlamın ebeveyn modellemesi, sosyal açıdan fobik bireyler, sosyal durumların sınırlı kalmasıdır (Hudson, & Rapee, 2000). Kişinin kendisini tehlikede olduğunu sezdiği değişik, durum, vaziyet ve olaylar sonucunda oluşan, korku, vesvese, nefesin daralması gibi duyguları ile beraber bazı içsel dürtülerin meydana geldiği durum anksiyete'nin olduğu durumdur. Birçok bireyin belirli aralıklar ile yaşadığı anksiyete güç, ağır ve şiddetli hal alarak kişide patolojik halin oluşmasına sebep verebilir (Işık, 1996).

DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı'nda yer alan ayrılma kaygısı bozukluğu bireyin bağlandığı kişilerden ayrılmasından kaynaklanan gelişimsel olarak aşırı düzeyde uygun olmayan kaygı ve korku duyması ve çoğunlukla streten kaynaklanan olayların ardından yaşandığı belirtilmiştir. DSM-5'te yer alan kriterlerde yaş sınırı kaldırılmış, tanı kriterinde esneklik sağlanmıştır. Bağlandığı kişilerin başına bir şey geleceği, hastalık, kaza geçirme korku ya da kaygısı, okula veya başka bir yere gitmek istememe, evde tek başına kalamamak bağlandığı kişilerden ayrıldığında veya ayrılacak gibi durum ile karşılaştığında baş ağrısı, bulantı kusma gibi bedensel yakınmalarından en az üçünün bulunması gerekmektedir (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

4. Depresyon

Depresyon kavram olarak; tipik normal olan faaliyetlerden ve daha evvel bireye haz veren durumlardan daha önceki gibi zevk alamama ve bunlara karşı alakanın kaybolmasıyla birlikte kendini gösteren, çökkünlük, kötümserlik yanında üzüntü, tasa duygusuyla devam eden depresif bir duygu durumu gerek zihinsel gerekse fiziki alanda enerji düşmesiyle ortaya çıkan psikomotorun ağırlaşması, belirgin zihinsel ağırlaşma ve işlevsellikte eksilme ile kendini göstermektedir (Çelik, & Hocoğlu 2016). Baskılanmış bireylerde olumsuz dikkat ve hatırlama ön yargısı, bilişsel çarpıtmalar, soyutlama, aşırı genelleştirme, kişiselleştirme, ön yargılı durumlar işlevsel olmayan tutumlar oluşmaktadır. "Bir konuda başarısız olursam, bu tam anlamıyla başarısızlık" depresyon atağı sırasında kalıcı kendine, kişisel dünyasına ve geleceğe dair inançlarına işlevsiz tutumlar olumsuzluğa yol açar (Beck, 2008).

Depresyon, kayıp sonrası, oluşan psikişik semptom olarak veya psikişik hastalık olarak ortaya çıkabilir. Psikişik hastalık olarak teşhis alan depresyon belirli grup semptomlar ile ortaya çıkan, bazende döngüsel bir nitelik sergileyen psikişik hastalıktır (Aktaş, 2019). DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabına göre majör depresyon bozukluğu tanısı için hasta olan bireyde iki hafta süregelen zaman boyunca yaşanan aynı şekilde çökkün duygudurum, yapılacak olan faaliyetlere karşı ilginin azalması veya zevk almama, aşırı kilo alma veya kilo verme, hemen hemen her gün uykusuz kalmak ya da çok uyumak, kışkırtma ya da yavaşlama, bitkinlik, değersizlik ya da aşırı suçluluk hissiyatı, düşünmekte ve karar vermekte güçlük yaşama, tekrarlayıcı ölüm düşünceleri gibi belirtilerden en az beş tanesi görülmelidir. Beş belirtiden bir tanesi çökkün duygudurum, ilgisini yitirme veya zevk alamama olmalıdır. (Amerikan Psikiyatri Birliği, 2013).

B. Sosyal Kaygının Özellikleri ve Alt Tipleri

Bireyler sosyal rollerindeki hedeflerine ulaşmak için belirli aşamalardan geçerler. Çocukluk döneminde başlayan bu aşama duygusal gelişim, çevresel ilişki, ilerleyen vakitlerdeki başarı yönünden toplumsal ilişkiler fazlasıyla önemlidir (Demir vd., 2000). Sosyal yaşam aşamalarından geçen birey sosyal rollerine elverişli olan tutum gösterirler. Olumlu toplumsallaşma sürecini yaşayan birey ileriki yaşamına özgü erken yaşlarda bilgi, yetenek ve tecrübe edininip davranışlarında çeşitlilik kazanır (Bayramkaya, 2005). Sosyal fobi, sosyal durumlara kısıtlı kalma ve sosyal modelleme de değerlendirici endişeler gelişiminde önemli roller oynayabilir. Ebeveynler de başkalarının fikirlerinin önemini vurgulayanlar, çocuğun başkalarının fikirlerinden ve çocuğa meşguliyet aşılması sosyal kaygı durumunu etkilemektedir (Hudson, & Rapee, 2000).

Sosyal açıdan fobik bireylerin, ebeveynleri aşırı korumacı olması, reddetme utanç taktiklerini iletişim olarak kullanma eğilim olasılığı yüksektir. Ebeveynlerin aşırı korumasında çocuğa verdiği mesajda dünya zararlıdır, çocuğun korunması gerekir kendini savunamaz, herhangi bir olay karşısında baş edememe, yetersizlik gibi kaygı deneyiminin temel faktörleri ile karşı karşıya kaldıklarını düşünürler (Hudson, & Rapee, 2000). Sosyal kaygıyı, diğer kaygılardan ayıran neden, hayali ve gerçek ortamlarda, bireylerarası değerlendirmenin olması veya olma ihtimalinin bulunmasıdır. Bu sebepten dolayı sosyal kaygı, “değerlendirme kaygısı” olarak

adlandırılır. Sosyal kaygı, yalnız bireyin farklı kişiler tarafından nasıl idrak edildiği ve değerlendirme ile oluşmaz, aynı dönemde değerlendirme ihtimalinin varlığı da sebep olabilmektedir (Erkan, 2002).

Sosyal kaygının alt tipleri özgül ve yaygın sosyal kaygı olarak iki alt tip özelliklere ayrılmıştır. Korku, üzüntü gibi ortamların sayısı alt tiplerin ortaya çıkmasındaki etkisi önemlidir. Yaygın sosyal kaygı, girilen çoğu ortamda varlığını gösteren endişe, korku, üzüntü, karşı cinsle iletişim halinde, amirle görüşme vs. gibi örneklerle açıklanırken; özgül sosyal kaygı, korkularının aşırı veya gereksiz olduğunun farkında olup bilseler de bireylerin çerçevesi anlaşılan nesne veya özgül durumlardan açık ve devamlı korku hissedilmesidir (Levent vd., 2006).

C. Sosyal Kaygının Yaygınlığı ve Nedenleri

Sosyal Kaygı yaygınlığı psikiyatristlerin karşılaştığı fobik hastaların %25'ini oluşturmaktadır. Diğer fobi tiplerinden farklı olarak erkek ve kadınlarda görülme sıklığı hemen eşittir (Sungur, 1997). Sosyal kaygının ergenlik ve erken yetişkinlik döneminde bireyin sosyal sistem içerisinde çatışmalar ve bireyin kendi kimliğini bulmasıyla başlamaktadır (Hudson, & Rapee, 2000). Neal ve Edelman (2003), sosyal fobili kişilerin gelişimsel eğilimlerini tanımlarken; gelişim ile bireyler arasındaki ilişkinin önemini vurgulamaktadır. Farklı çevre duyarlılığıyla dünyaya gelen kimi çocukların sosyal fobi için bir risk grubu meydana getirdikleri konusunda da durulmaktadır. Yaşamın diğer dönemlerinde, doğum ile birlikte kişinin yaşamında varolan bu duyarlılık sonucunda tutumlarında çekingenliğin arkadaşlar ile ailenin tesiri ile etkinleştiği bildirilmektedir. Bögels, Oosten, Muris ve Smulders (2001) çalışmalarında, sosyal kaygıyı etkileyen bir nedende ebeveyn olumsuz geri bildirim değerlendirmesidir. Olumsuz geribildirim, çocukları başkaları tarafından olumsuz değerlendirmeye karşı aşırı duyarlı hale getirebilir. Ebeveynler ile çocuklar arasındaki yetenek etkileşimleri gözlemlenerek olumsuz değerlendirmeler ve eleştirilerin olumlu değerlendirmeler ile karşılaştırıldıklarında çocukların utangaç duygusu ile ilişkilendirilmiştir. Caffery ve Erdman'nın (2000) yaptıkları vaka analizi sonuçlarında çocuk veya ergenlerin ebeveynlik eksikliğinden kaynaklandığını, aile içinde bağlanma durumu ve çatışmalı davranışlar etkileşimine dirençli olduğunu, çevreleriyle iletişim ve etkileşimde zorlandıklarını, istemediklerini ebeveynleri tarafından sözel ve fiziksel cezaların uygulandığını belirtmektedirler. Ebeveynlerin kendilerini korumada güvensiz

hissettikleri sosyal ortamlarda kaygı ve utanç duygusu olmaktadır. Ebeveynlerdeki, agorafobi ile çocuk ve ergenlerdeki okul korkuları güvensiz aile bağları birbiri ile ilişkilidir.

Sosyal kaygıyı besleyebilecek üç ebeveyn etkeni olduğunu; 1- ebeveynlerin diğer insanların değerlendirmesiyle ilgili endişe; 2- ebeveynlerin çocuğa karşı sosyal izolasyonu ve 3- ailenin sosyal eksikliğidir (Bögels vd., 2001).

Bireylerin bilişini şekillendiren çevresel deneyimler bireyi olumsuz değerlendirmelerden korkmaya yönlendirir. Bu deneyimlerin ortak faktörleri travmatik sosyal deneyimler, çocukluk çağı hastalığı, sosyal izolasyon, akran zorbalığı veya alay etmek, ilk veya tek çocuk olmaktır (Hudson, & Rapee, 2000). Sosyal kaygı, sosyal yetiştirme davranışının aile sosyalliği, diğer bireyler tarafından değerlendirmenin önemini vurgulama, çocuğu izole etme, aşırı koruma, reddedilme ve duygusal destek eksikliği ile ilgili yetiştirme uygulamalarının hepsi sosyal korkularla ilişkilidir (Bögels vd., 2001).

Travmatik deneyimler arasında sınıf ortamında arkadaşlarının içinde hata yapması, toplum içinde konuşmak, akran ihmali, çocuğun alay edilmesi, zorbalığa uğrama, red ve ihmal edilme, küçük düşürülme, doğum sırası ilk doğan çocuklara yapılan baskı nedeniyle artan utangaçlık duygusu ile daha sonra doğan çocuklara oranla daha yüksek olma olasılığı yüksektir (Hudson, & Rapee, 2000).

D. Sosyal Kaygının Tedavi Yöntemi

Sosyal kaygı yapılan çalışmalarda genellikle 15 yaşlarında ya da erken çocukluk döneminde ortaya çıkabilir. Çocukluk döneminde ortaya çıkan sosyal kaygı okul veya oyun grupları gibi konuşması beklenen toplumsal ortamlarda konuşmayı her şart altında reddetmesi, okul reddi, ayrılık kaygısı, davranışsal çekingenlik gibi durumlar gelişebilir (Hofmann, Heinrichs, & Moscovitch, 2004).

Sosyal kaygının başlangıcı genellikle çocukluk ile ergenlik döneminde karşılaşılmasına rağmen sosyal fobiklerin tedaviye gelmeleri genellikle problemin başlangıcından 6 ile 20 sene sonra olmaktadır (Sungur, 1997).

Sosyal kaygı bozukluğunun DSM-V'te yer alan tanı kriterleri Şekil 1'deki gibi belirtilmiştir.

A. Kişinin, başkalarınınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekleri arasında toplumsal etkileşimler (örn. Karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (örn. Yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn. Bir konuşma yapma) vardır. Not: Çocuklarda kaygı, yaşitlarının olduğu ortamlarda ortaya çıkmalı ve yalnızca yetişkinlerle olan etkileşimler sırasında ortaya çıkmamalıdır.

B. Kişinin, başkalarınınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir korku ya da kaygı duyması. Örnekleri arasında toplumsal etkileşimler (örn. Karşılıklı konuşma, tanımadık insanlarla karşılaşma), gözlenme (örn. Yemek yerken ya da içerken) ve başkalarının önünde bir eylemi gerçekleştirme (örn. Bir konuşma yapma) vardır. Not: Çocuklarda kaygı, yaşitlarının olduğu ortamlarda ortaya çıkmalı ve yalnızca yetişkinlerle olan etkileşimler sırasında ortaya çıkmamalıdır.

C. Kişi, olumsuz olarak değerlendirilecek bir biçimde davranmaktan ya da kaygı duyduğuna ilişkin belirtiler göstermekten korkar (küçük düşeceği ya da utanç duyacağı bir biçimde; başkalarınınca dışlanacağı ya da başkalarının kırılmasına yol açacak bir biçimde).

D. Söz konusu toplumsal durumlar, neredeyse her zaman, korku ya da kaygı doğurur. Çocuklarda, korku ya da kaygı, ağlama, bağırıp çağırarak tepinme, donakalma, sıkıca sarılma, sinme ya da toplumsal durumlarda konuşamama ile kendini gösterebilir.

E. Söz konusu toplumsal durumlardan kaçınır ya da yoğun bir korku ya da kaygı ile bunlara katlanır.

F. Duyulan korku ya da kaygı, söz konusu toplumsal durumlarda çekinilecek duruma göre ve toplumsal-kültürel bağlamda orantısızdır.

G. Korku, kaygı ya da kaçınma sürekli bir durumdur, altı ay ya da daha uzun sürer.

H. Korku, kaygı ya da kaçınma, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da toplumsal, işle ilgili ya da önemli diğer işlevsellik alanlarında işlevsellikte düşmeye neden olur.

I. Korku, ya da kaçınma, bir maddenin ya da başka bir sağlık durumunun fizyolojiyle ilgili etkilerine bağlanamaz.

İ. Korku, kaygı ya da kaçınma, panik bozukluğu, beden algısı bozukluğu ya da otizm açılımı kapsamında bozukluk gibi başka bir ruhsal bozuklukla daha iyi açıklanamaz.

J. Sağlığı ilgilendiren başka bir durum varsa (Parkinson hastalığı, şişmanlık, yanık ya da yaralanmadan kaynaklanan biçimsel bozukluk), korku ya da kaçınma bu durumla açıkça ilişkisizdir ya da aşırı bir düzeydedir.

Şekil 1 Sosyal Kaygı Bozukluğunun DSM-V'te Yer Alan Tanı Kriterleri

Sosyal kaygı birçok ruhsal hastalık gibi psikolojik veya biyolojik faktörler ile birlikte faktörlerin olduğu bir hastalıktır. Topluluk içinde yaygınlığının geç anlaşılmasına karşılık son zamanlarda yapılan çalışmaların bu rahatsızlığın etiolojisini tespit etmesinde önemli katkılar kaydedilmiştir (Türkçapar, 1999).

E. Sosyal Öğrenme Kuramı

Miller ve Dollard'ın Sosyal Öğrenme ve Taklit kitaplarından etkilenen Bandura, yapılan eleştirilere karşı kendi kuramını gözlem yoluyla öğrenmeyi geliştirmiştir (Senemoğlu, 2013). Bandura'nın 1960'lı senenin başında öğrenmeye sağladığı insan davranışını açıklamak için geliştirdiği yaklaşım sosyal davranışçılık kuramıdır (Korkmaz, 2009). Bireyler başkalarını gözlemleyerek kurallar, beceriler, stratejiler, inançlar ve tutumlar hakkında bilgi edinirler. Bireylerin davranışını davranışlar, çevre değişkenleri arasındaki etkileşim gibi üçlü faktörler üzerinden ele alınmıştır. Sosyal öğrenme kuramında öğrenme, büyük ölçüde bilgi işleme faaliyetidir. Davranış yapısı ve çevresel olaylarla ilgili sembolik hale dönüştürülüp eylem için rehberlik görevi yapan temsil sistemidir (Schunk, 2004). Sosyal öğrenme teorisi, bir bireyin yaşam süresi boyunca meydana gelir, gerçek hayattaki durumları ve problemleri yansıtmaya ve yetişkin öğrenim bağlamlarında oldukça uygulanabilir genel öğrenme durumlarıdır (Gibson, 2004). Sosyal öğrenme kuramı, bilişsel öğrenme kuramı ile analitik davranışçı kuram birleştirilerek ortaya konulan bir çeşit orta yol kuramıdır (Korkmaz, 2009). Sosyal öğrenme kuramının ayırt edici başka bir özelliği de öz düzenlemeye atadığı merkezi fonksiyonlardır. Davranışların çoğu kendi eylemlerine karşı kendini değerlendiren tepkiler düzenlenmiş, iç standartlar tarafından motive edilmiştir (Schunk, 2004). Selçuk (2018:125)'e göre ise insanların çevreye uyum sağlamak için hayatları boyunca bilgileri öğrenmek zorunda olduğu söylenebilir. Bandura ise bu konuda bireylerin özelliklerinin çevreye göre değiştiğini belirtmiştir (Çakır, 2011). Bu tam da sosyal öğrenme kuramının dayandığı temel ilkelerle ilişkilidir. Korkmaz (2009)'a göre bu ilkeler; karşılıklı belirleyiciler, sembolleştirme kapasitesi, öngörü kapasitesi, dolaylı öğrenme kapasitesi, kendini düzenleme kapasitesi, kendini yargılama kapasitesidir.

1. Sosyal öğrenme kuramının modellemesi

Sosyal öğrenme kuramının modellemesi Çizelge 1’de verilmiştir.

Çizelge 1 Sosyal Öğrenme Kuramının Modellemesi

Görünüm	Varsayımlar
İçgüdü	Gözlemlenen eylemler, bu eylemleri kopyalamak için içgüdüsel bir dürtü ortaya çıkarır.
Geliştirme	Çocuklar, mevcut bilişsel yapılara uyan eylemleri taklit ederler.
Koşullandırma	Davranışlar model alınır ve şekillendirme yoluyla pekiştirilir. Model genelleştirilmiş bir hale getirilir.
Enstrümantal Davranış	Model, tekrarlanan pekiştirmeyle ikincil bir dürtü haline gelir, modellerle eşleşip sonuç elde edilir.

Kaynak: Schunk, 2004.

Çizelge 1’de Bandura’nın belirttiği gözleme yoluyla öğrenilen sosyal öğrenme kuramının modellemesi yer almaktadır. Bu modeled yer alan görünüm ve varsayımlar aşağıda ele alınmıştır (Çakır, 2011):

İçgüdü: Modellemenin etkileşiminin sosyalleşmeden oluştuğuna inanılırken, davranışçılar iç güdü fikrini kabul etmeyerek zihinsel eylemin nedenini başka bir kişinin eylemi ve bu eylemin kopyalanmasıdır (Schunk, 2004).

Geliştirme: Gözlemsel olanı deneyime çevirerek doğrudan öğrenme sürecidir (Gibson, 2004). Bireyinşemalarının bilişsel yapılarına denmektedir. Bireylere sunulan programlar, olaylara nasıl tepki verdiklerini belirler, şemalar önceki deneyimler ve herhangi bir zamanda oluşan kişinin bilgisini içermektedir (Schunk, 2004).

Koşullandırma: Bireyin modellenen olaylar ile alakalı özellikleri, harekete geçirici eylem, ödüller ya da cezalardır. Gözlemleyen özellikleri arasında isteme, değerler, eğilimler, içsel normlardır (Demirtaş, 2005). Bireyin yalnızca verebileceği yanıtları model almasıdır (Schunk, 2004).

Enstrümantal Davranış: Belirleme veya eşleştirilmiş bağımlı davranış modeli enstrümantal olduğu öğrenilmiş davranış olarak pekiştirilmeye sebep olmaktadır. Eşleşen bağımlı davranış modelinkiyle eşleştirilip buna bağlı olarak modelin eylemi oluşmaktadır (Schunk, 2004).

2. Sosyal öğrenme kuramının modellemesinin işlevleri

Sosyal öğrenme kuramının modellemesinin işlevleri Çizelge 2’de verilmiştir.

Çizelge 2 Sosyal Öğrenme Kuramının Modellemesinin İşlevleri

<i>Fonksiyon</i>	<i>Temel Süreç</i>
Müdahale Kolaylaştırma	Sosyal yönlendirmeler, gözlemciler için motivasyon eylemleri üretir.
Engelleme	Modellenmiş davranışlar, gözlemcilerde beklentileri yaratır eylemleri gerçekleştirmeleri durumunda benzer sonuçlar yaşarlar.
Gözlemsel öğrenme	Süreçler dikkat, elde tutma, üretim ve motivasyonu içerir.

Kaynak: Schunk, 2004.

Çizelge 2’de yer alan sosyal öğrenme kuramının modellemenin işlevleri aşağıda verilmiştir:

Müdahale Kolaylaştırma: Modellenmiş eylemleri gözlemcilerin buna göre davranması için sosyal yönlendirme görevi görür. Sosyal çevrelerinde bireylerin davranışlarını model alarak bilinçli farkındalık gerçekleştirebilir. Davranış ve modeller olumlu deneyimlerle gerçekleştirmek için motive olunacak sonuçlar ortaya çıkabilir (Schunk, 2004).

Engelleme: Bir modeli gözlemlemek, engellemeleri güçlendirebilir veya zayıflatabilir. Engelleme modeller için cezalandırıldığında meydana gelir (Schunk, 2004).

Gözlemsel Öğrenme: Bandura, ömür boyu çalışma hayatı modern yaşamda merkezi yer kaplamasıyla birlikte, gözlem yoluyla öğrenmede modellerin davranışlarımız üzerindeki güçlü etkilerini, çabalar, dikkatimiz, kapasitemiz, inançlarımız öz yeterliliğimizden etkilenir (Crain, 2000). Modelleme yoluyla gözlemsel öğrenme, gözlemciler modellenen davranışlara maruz kalmadan önce sahip olduğu yeni davranış kalıplarını göstermesidir (Schunk, 2004). Gözlem yoluyla öğrenmede örneğin, çocuklar yeni şarkılar öğrendiklerinde veya sadece evcilik oynadıklarında ebeveynleri gibi genellikle yeni davranışın deneyimini yeniden tekrarlarlar. Gözlem yoluyla tek seferde davranışın büyük bölümünü deneyimlemişlerdir (Crain, 2000).

3. Sosyal öğrenme kuramının gözlemsel öğrenme süreçleri

Sosyal öğrenme kuramının gözlemsel öğrenme süreçleri Çizelge 3'te verilmiştir:

Dikkat: Bireyin dikkati ilgili görev özelliklerini fiziksel olarak vurgulayarak yönlendirilir, karışık deneyimleri parçalara ayırarak, etkin modeller kullanmak ve göstermek modellenmiş davranışların yararlılığıdır (Schunk, 2004). Her şeyden önce bir modeli taklit edemeyiz, modeli dikkat ederiz. Modellerin farklı olması başarı, prestiji gibi özellikleri genellikle dikkatimizi çeker çünkü güçlü ve cazip gelmektedir (Crain, 2000). Korkmaz (2009)'a göre model davranışının özellikleri; basit, açık ilgi çekici ve işlevsel olmasıdır.

Saklama: Kazanılan tecrübelerin tekrar edinilmesi, görsel olarak kodlanması ile kalıcılığı artırır. Sembolik biçim ve yeni öğrenilmiş deneyimi depolanmış bilgilerle hafızada ilişkilendirir (Schunk, 2004). Bu kodlama davranışında semboller, soyut ya da somut nesnelere faydalanırız. Gözlemlenerek edinilen kodlamalar beyne bilgilerin uyarlanması ve bilişsel olarak tecrübelerle uygulanması sayesinde unutulmasına müdahale eder (Korkmaz, 2009).

Üretim: Gözlemlenen davranışın hafızada depolanması ile birlikte bireyin davranışa çevirmesidir (Korkmaz, 2009). Kazanılan davranışlar, kişinin kavramsal isteğiyle ilişkilidir. Geri bildirim eksiklikleri gidermeye yardımcı olur (Schunk, 2004).

Motivasyon: Bireyler çevrelerinde gördükleri tüm davranışları gözlem yaparak öğrenmezler. Gözlemlenerek elde edilen davranışın sonunda modelin etraftan elde ettiği tepki, elde edilen davranışın gözlemleyen tarafından model alınıp alınmayacağı hakkındaki kararında etkilidir (Korkmaz, 2009). Gözlemcilerde, sahip oldukları bir modele benzer şekilde hareket etmeleri durumunda motivasyonlarının yükseldiğini, pekiştirmeyi ve öğrenmeyi deneyimleriyle birlikte kullandıklarında davranışlarına olumlu etki sağladığı gözlemlenmiştir (Gibson, 2004). Modellenmiş davranışın sonuçları, gözlemcilerde fonksiyonel değer hakkında bilgi verir. Sonuçlar öz yeterliliği arttırarak motive etmektedir (Schunk, 2004).

IV. ÖZ YETERLİK

A. Öz Yeterlik Kavramının Tanımı

Öz yeterlilik, sosyal öğrenme kuramının başlıca kaynağı olup bireyin kendisini fark etmesidir (Korkmaz, 2009). Uluslararası literatürde “Self-Efficacy” olarak kullanılarak, ulusal literatürde “Öz-Yetkinlik, Öz-Etkililik, Öz-Etkinlik, Öz-Yeterlilik” olarak kullanılmıştır. Türk Dil Kurumu (2021) yeterlilik kelimesini, Yeterli olma durumu, Görevini yerine getirme gücü, kifayet, Bir işi yapma gücünü sağlayan özel bilgi, ehliyet” olarak tanımlanmıştır. Korkmaz (2009)’a göre “bireyin yapması gereken performans ile kendi kapasitesini karşılaştırıp duruma göre harekete geçmesi; bireyin karşılaşmış olduğu güçlüklerde nasıl başarılı olabileceğine ilişkin kendisi hakkındaki inancı, kısaca kişinin kendini bilmesidir”. Bandura’ya göre, “bireyin, belli bir performansı göstermek için gerekli etkinlikleri organize edip, başarılı olarak yapma kapasitesi hakkında kendine ilişkin yargısı” olarak tanımlanmaktadır (Bandura,1997; Akt: Aşkar, & Umay, 2001). Senemoğlu (2013)’e göre “öz yeterlik, bireyin etkinliklerinin seçimini, bir etkinlikte harcayacağı çabayı, bir güçlükle karşılaştığında göstereceği sebat süresini, duyacağı kaygı ya da güven düzeyini etkiler”.

Bandura tarafından geliştirilen öz yeterlilik inancı, bireyde bulunan bilgi ve yetenekleri aktif bir içerik, şekilde kullanabilmesi için, ilk etapta ilgili sahada kendi yeteneklerine itimat etmeleri gerektiğini tecrübe eden sosyal bilişsel öğrenme kuramına dayanmaktadır (Özerkan, 2007). Öz yeterlilik teorisine göre bir davranışı gerçekleştirmek için algılanan nedensel yetenektir (Williams, 2010). Bandura, öz yeterliliği üç boyutta değişen olarak kavramsallaştırmıştır; seviye, güç ve genellikten oluşmaktadır. Seviye; bir bireyin gerçekleştirebileceğine inandığı görevler ve davranışlardır. Güç; bir kişinin performansına duyduğu güveni ifade eder. Genellik; bir kişinin kendisini düşündüğü öz yeterlilik durumlarıyla ilgilidir (Lent, & Hackett, 1987).

Öz yeterlilik, bireyin inançlar hakkında belirli bir davranışı veya görevi başarıyla gerçekleştirme yetenekleri ve ilgili kontrol teorisidir. Öz yeterliliğin önceki deneyimlerdeki suçluluk, başarısızlık gibi deneyimler tarafından belirlendiği

düşünülmektedir (Cassidy, & Eachus, 2002). Kişisel yeterlilik inancı olarak öz yeterlilik, insan davranışına farklı şekillerde etki eder. Öz yeterlilik insanların yaptığı seçimleri, davranış biçimlerini, harcadıkları çabayı, sebat ve esnekliklerini etkiler. İnsanlar, kendilerini yetenekli hissettikleri seçmeye ve yapamadıkları deneyimlerden kaçınma eğilimindedir. Bireylerin bir deneyime ne kadar çaba harcadıklarına, deneyimlediklerinde ne kadar devam edeceklerine karar vermelerine zorluklar ve zararlı durumlarda ne kadar dirençli olacaklarına yardımcı olur. Öz yeterlilik kavramları ne kadar güçlüyse o kadar büyük çabaları, sebat ve esneklikleri, öz yeterlilik düşük olan bireyler deneyimlerin başarısızlık, depresyon, gerginlik gibi duyguların eğilimindedirler. Güçlü bir öz yeterlilik kavramı, yüzünde huzur, meydan okuma duyguları yaratır (Dinther, 2011).

Öz yeterlilik, bir eylemin planlanması, yapılması, gerekli yeteneklerin ve deneyimlerin farkında olunarak örgütlenip karşılaşılan güçlüklerle birlikte edinilen tecrübelerin gözden geçirilmesi sonucunda meydana gelen algılama düzeyi gibi öğeleri içermektedir (Yıldırım, & İlhan, 2010). Kişinin kendi becerisini başarılı bir şekilde yerine getirme yeteneğine dair inançlara verilen beklentilerdir. Davranışın başlatılıp başlatılmayacağını ne kadar çaba gösterileceğini ve engeller karşısında engellerin ne kadar süreceği gösterilen çaba ve caydırıcı deneyimlerdir (Lent, & Hackett, 1987). Öz yeterlilik doğrudan öğrenme ve beceriye uygulanabilen bir kavramdır. Öz yeterlilik değerlendirmeleri bireylerin deneyimleriyle birlikte motivasyonunu da etkiler (Gibson, 2004).

Bir görevin amaçları ve başarılı yürütme için gerekli performans seviyeleri öz yeterlilik yargılarının yararlı olması için doğru bir şekilde değerlendirilmelidir. Başarı ve yürütme için gerekli performans seviyeleri öz yeterlilik yargılarının yararlı olması için değerlendirilmelidir (Pajares, 2002). Bir eylem başarısızlıkla neticelendiğinde, öz yeterliliği yüksek olan birey, başarısızlığı kendi eksikliğine bağlı olmadığını, uygulanan yöntem, yetenek, stratejiden kaynaklandığını söyler (Yıldırım, & İlhan, 2010). Öz yeterliliği yüksek olan kişiler karmaşık veya riskli görevleri vazife olarak seçebilirler. Bireylerin amaçları yüksektir ve bu amaçlara ulaşmak için gayretle mücadele ederler (Schwarzer, & Fuchs 1995).

Benlik, kişilik, ben, kendilik kavramları çoğunlukla eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Farklı yaklaşımlarda çeşitli açıklamalarla önem derecelerine göre vurgulanabilmektedir. Genel olarak bu terimlerin ortak bir anlamı vardır ve bireyi

diğer bireylerden farklılaştıran düşünce, davranış ve duyguların tamamını örgütlenmiş ve kaynaşmış bütünlüğü ifade eden kavramlar olarak literatürde kullanılmaktadır (Gönül, 2008). Öz yeterlilik tek kendine olan inanç türü değildir. Düşüncelerin etkisini araştıran bilişsel teorisyenler ve insan işleyişine dair inançlar, benlik saygısı, benlik kavramı, sonuç beklentileri ve kontrol gibi ifadeler kullanır. Benlik saygısı, öz değer yargılarını içeren bir inanç türüdür. Özyeterlilikten farklıdır çünkü duygusaldır. Öz yeterlilik kişinin kendisi hakkında nasıl hissettiğini gösteren tepki kişisel bilişsel yargıları içeren bir kapasitedir (Dinther, 2011).

Algılanan öz yeterlilik, bireylerin yeteneklerine olan inançlarıyla ilgilidir. Kendi işleyişlerini ve yaşamlarını etkileyen olaylar üzerindeki kontrol bireyin kendisindedir. Kişisel inançlar etkililik yaşam seçimleri, motivasyon düzeyini, işleyiş kalitesini, zorluklara dayanıklılığı, stres ve depresyona karşı savunmasızlıktır. Bireylerin ustalık deneyimleri kendine benzer insanları görmeyi içerir. Verilen görevleri başarılı bir şekilde yapmak, bireyin başarılı olmak için yeteneklere sahip olduğu ile ilgili sosyal ikna verilen görevlerin bireysel olduğunu gösteren endişe ve duygusal etkenlerden çıkarımlar güçlü faktörlerdir. Bu sebeple, bireyler güçlü inanç duygusuna sahip olmaları, başarılı olmak için gerekli gayreti göstermeleri gerekmektedir. Tecrübe edinilen öz yeterliliğin içeriği, yapısı zaman içinde değişikliğe uğramaktadır (Bandura, 1994). “Öz yeterlik, bireyin etkinliklerinin seçimini, bir etkinlikte harcayacağı çabayı, bir güçlükle karşılaştığında göstereceği sebat süresini, duyacağı kaygı ya da güven düzeyini etkiler” (Senemoğlu, 2013).

Kendinin etkililik algısının yüksek olması, çocukluk dönemini etkileyebilir. Performans çabası kendinden farklı şüphe duyan bireylerde öğrenmeyi engellediğini ancak öğrenilen yeteneklerin ustaca kullanılması mevcut becerileri güçlü, öz yeterlilik için gereken çabayı boyutlandırır ve sürdürür. Güçlü bir etkinlik duygusuna sahip kişiler dikkatlerini ve çabalarını taleplere yöneltmek engellerle daha fazla çabaya teşvik edilir (Bandura, 1982).

Öz yeterlilik inançları, sayısız yolla insan başarısını ve refahını arttırabilir. Bireylerin seçimlerini etkileyerek, bireylerin kendilerini yetkin ve kendinden emin hissettikleri görev ve faaliyetleri seçme eğilimdedir, içinde olmadıkları eylemlerden kaçınırlar. Öz yeterlilik inançları bireyin düşünce kalıplarını ve duygusal tepkilerini de etkiler (Pajares, 2002). Öz yeterlilik yargılarının insan davranışında oynadığı aracılık rolü, performans kısıtlamaları, caydırıcı unsurlar birçok faktörden etkilenir.

Belirsiz hedefler ve performans belirsizliği algılanırsa, tecrübe duygusu davranışsal sonuçları tahmin etmede işe yaraması güçleşir. Birey ne kadar çaba harcayacağına, bunu ne kadar sürdüreceğine ve yanlış adımların yanlış yargıların nasıl dzeltebileceğine dair net bir fikre sahip değildir (Pajares, 2002). Bu konuda Mahatma Gandhi'nin "yapabileceğime inanırsam, başlangıçta sahip olmasam bile onu yapacak gücü kendimde bulurum" sözü oğretici bir unsur olarak verilebilir.

B. z Yeterliliğin nemi

z yeterlilik algılarımız, ne kadar yetkiniz belirli bir durumda olabileceğine inanmak, etkinliği etkilemek, çevremizle veya başkalarıyla olan etkileşimimizdir (Gibson, 2004). z yeterlilik inançları bireylerin düşünce kalıplarını, duygularını ve eylemlerini etkiler; başka bir deyişle, insan davranışının bütününü etkilemektedir. Bireyin motivasyonu, refahı ve kişisel başarısını öz yeterlilik inançları temelini sağlamaktadır. z yeterlilik ana faktör olan öz düzenlemenin belirleyicisi ve hayat boyu oğrenmenin bileşenidir (Kurbanoğlu, 2003).

z düzenleme veya öz denetim, bireylerin duygularını, eylemlerini ve düşüncelerini hedeflerine ulaşmaya doğru ynlendirdiklerinde oluşan oğrenim sistemidir. z düzenleme bir amaca veya hedefe sahip olmayı, hedefe yönelik olarak çalışmayı içerdiğini varsayarak oluşan eylemleri, stratejileri izleme ve başarı sağlamak için birlikte hareket eder. Bireylerde oluşan teoriler bilişsel veya bilişsel kullanımların altında yatan etkenlerin farklılık göstermesini düzenlemek için oluşan süreçler davranışsal süreçlerdir. Davranışsal süreç araştırmalarında öz düzenlemenin kişinin kendi çelişkisini oluşturduğunu ne sürmektedir. Bilişsel araştırmacılar ise tekrar, dikkat, anlama izleme ve oğrenme stratejilerini vurgulamaktadır (Schunk, 2004). İnsanlar sosyalleştike, dış ödüllere daha az bağımlı olurlar ve kendi davranışlarını giderek daha fazla düzenler. Yani kendi kendine i standartlarına sahip olmak ve buna uygun olarak kendilerini ödüllendirmek ve cezalandırmaktır. Örneğin bir kadının ahlaki ihlal nedeniyle kendini eleştirmesinde kendini cezalandırıyor fakat kimsenin bunun farkında olmamasıdır (Crain, 2000).

C. Öz Yeterlilik İnancının Kaynakları

Öz yeterlilik ve farklı inançlar bireyin yeteneği üzerindeki algılanan yeteneklerine göre adlandırılır. Zihinsel koşullar, düşünce süreçleri, duygusal nedenler ve güdülenme öz yeterlilik inançları bu bağlamlarla ilgilidir. Öz yeterliliğin yüksek olması azim, gayret, değişkenliğin yüksek olmasıyla kişinin herhangi bir durumda başa esnek, sebat ederek çıkacağından davranışlarına yansır. Bireyin öz yeterlilik inançlarının düşük olması olaylara bakış açılarını gözlerinde büyütür, verilen tepkilerin düşünce yapıları ve duygu durumlarını etkilediği bu bağlamda stres, duygu durum bozukluğu, problem çözmede yetersiz kalma gibi bakış açılarını daraltan durumlara karşılaşılabirler. Bu tesirlerin sonucunda kişilerin başarı düzeylerinde öz yeterlilik inançlarının etkili ve belirleyici olduğu öngörülebilir (Pajares, 1996). Öz yeterlilik bireylerin zorlu ortamları seçmelerini, çevrelerini tanımasına ya da farklı kaynaklar üretmesine de olanak sağlamaktadır (Bandura, 1977). Öz yeterlilik inancı bazı unsurların birleşimi ile gelişmektedir. Bu unsurlar; hâkimiyet tecrübesi, örnek (model) alma, sosyal ikna ve psikolojik sebepler (Yavaş, 2012).

Öz yeterlilik inancının kaynakları Çizelge 3’te verilmiştir (Bandura, 1997:195).

Çizelge 3 Öz Yeterlilik İnancının Kaynakları

<i>Kaynak</i>	<i>Alt Bileşenler</i>
Performans Hâkimiyet Başarısı	Katılımcı Modelleme Performans Duyarsızlaşma Etkeni Performansa Maruz Kalma Kendi Kendine Performansı Başarıya Dönüştürme
Dolaylı Deneyimler	Canlı Modelleme Sembolik Modelleme
Sözel Veya Sosyal İkna	Öneri, Teklif Teşvik – Cesaretlendirme Kendi Kendine Değerlendirme Yorumsuz, Açıklayıcı İyileştirme
Fizyolojik Ya Da Duygusal Durum	İlişkilendirme Rahatlama, Biyogeribildirim Sembolik Duyarsızlaştırma Sembolik Maruz Kalma

D. Hâkimiyet Başarı Tecrübesi

Etkili yeterlilik algısını meydana getirmenin güçlü yolu başarı ile neticelenen deneyimlerdir (Bandura, 1994). Başarı ile neticelenen deneyimler kişinin uzmanlık deneyimleri aracılığıyla kişiye öz yeterlilik bilgisi sağlamaktadır. Kişinin edindiği tecrübeler ve deneyimler, bilişsel bilgileri işleme aracılığıyla öz yeterlilik kararlarını etkilemektedir. Birey edindiği deneyimleri muvaffakiyet şeklinde algılar ise öz yeterlilik beklentileri yükselir; edinilmiş deneyimleri başarısızlık olarak algılar ise beklentiler azalır. Performans tecrübelerinden öğrenilen öz yeterlilik algısının oluşumu ile birlikte görevin algılanan güçlüğü, yapılan gayrete, öğrenilen desteğin yararına, başarılı olma ya da başarısız olma gibi geçici durumlarda, performans gösterme sürecinde içinde buldukları koşullarda, tecrübelerin oluşması ile tecrübelerin oluşması ile tecrübelerin yararlı zamanda tekrardan oluşturulması ile ilişkilidir (Bandura, 1997).

Bireyler sadece kolay başarılar ile deneyim elde ederlerse, hızlı sonuç almayı umut ederler bu nedenle başarısızlık karşısında umutlarını daha çabuk kaybederler (Uzel, 2009). Birey kendisindeki öz yeterlilik duygusunu geliştirmek için ısrarcı ve gayretli olduğunda mani olan engelleri aşmayı kendisinde oluşan deneyimlerini bir araya getirmesi ile başarıya ulaşabilecektir (Israel, 2007). Say (2015:19)'a göre ise başarı öz yeterliliği artırırken tam tersi başarısızlık ise öz yeterliliği azaltmaktadır.

E. Dolaylı Deneyimler

Doğal bağış, insana doğuştan çok az beceri sağlar. Birey kültürel kalıpları, dillerini, sosyal pratiklerini çok yönlü adetlerini şekillendirmelerinde gerekli kapasite ve yetkinliklerini sağlamada örnek alma yoluyla sağlamaktadır. Model alma, gözlemsel öğrenme yoluyla gelişmiş, üretken, yenilikçi ve davranışsal modelleme sürecidir (Bandura, 1992).

Birçok insan davranışı Bandura'ya göre, modeli gözleme yoluyla öğrenilmektedir. Davranışın nasıl yapıldığı gözlemlenirken yapılan davranış ile ilgili kurallar kodlanılarak öğrenilir. Kodlanılarak yapılan öğrenme davranışa dönüştürüleceği zaman rehberlik etmektedir. Bu tür oluşan davranış değişiklikleri ile oluşan öğrenme çocukların davranışlarında kolaylıkla gözlenmektedir (Bandura, 1986; Akt. Kaya vd., 2007).

Bandura, sosyal etkenlerin tek faktörden oluşmadığını öne sürmüştür. Teorinin temel yapısı birey, çevre ve davranış üçgeninden oluşmaktadır. Bu üç etmen birbirine bağlı olarak devamlı etkileşim halindedir. Birey çevresini oluşturur, değiştirip kimi zamanda yok eder (Bandura, 1986; Akt. Kaya vd., 2007).

Birey ile model aldığı kişi arasında benzeşim özelliği fazla ise sergilediği tesir gereğinden fazla olabilir, birey ile temsil aldığı birey arasında benzeşim göstermiyorsa öz yeterlilik üzerine tesir bulunmayacaktır (Pajares, 2007).

Bireyler, kendi eylemlerinin neticesinden ziyade; diğer bireyleri gözlemleyip oluşan deneyimlerin neticesi ile öz yeterlilik inançlarının oluşmasında daha etkilidir. Bilhassa, söz konusu alanda tecrübeleri yoksa ya da kısıtlıysa bireyler başkalarının tecrübelerinden daha çok etkilenirler. Başkalarının tecrübeleri, birey kendisiyle tecrübelerini gözlemlediği, diğer bir deyişle model aldığı birey ile arasında benzerlikler gördüğünde daha etkilidir. Bireyin cinsiyet, yaş ya da eğitim düzeyi gibi özellikleri kendisine benzeyen modelin başarısı ile bireyde kendisinde de başarabilirim_ yapabilirim duygusu oluşurken, başarısızlığı bireyin kendi başarıma çabası konusunda endişeye düşmesine sebep olabilmektedir (Kurbanoğlu, 2004).

‘Sosyal ya da yaşam becerileri diğer insanlarla olan etkileşimlerimizi düzeltir ve geliştirir. Bireyler, sosyal becerilerini dolaylı veya dolaysız olarak model alma yoluyla öğrenir’ (Brown, 2013). Buna bağlı olarak, ebeveynlerin yeteneklerini geliştirmeye yönelik oluşturulacak ebeveyn ve iletişim becerileri gibi psiko- sosyal eğitimlerin çocuk ile ebeveyn arasındaki iletişim ile etkileşim açısından örnek model olunması için önemli olduğu düşünülebilir.

F. Sosyal İkna

Öz yeterlilik algısının oluşturulması veya güçlendirilmesi için katkıda bulunan üçüncü kaynak olarak bilinen yöntem, bireyin sosyal veya sözel olarak inandırılmasıdır (Bandura, 1999). Pajares’e göre, olumlu iknalar cesaretlendirip öz yeterlilik algısını güçlendirip, olumsuz iknalar ise öz yeterlilik algısının düşmesine, öfke ve anksiyete’nin oluşmasına sebep olmaktadır (Pajares, 2003).

İnsan davranışını etkileme girişiminde, sözel ikna veya sosyal ikna kolay ve hazır olması sebebiyle kullanılan kabiliyettir. Öz yeterlilik inançlarının gelişmesinde iletişim ve değerlendirici geri bildirim en etkilidir. Bu bilgileri sağlayan bireyler

tarafından bilgili ve güvenilir olarak görüldüğünde gerçekçi bildirim öz yeterliliği arttırıp güçlü ve etkili öz yeterlilik oluşur (Dinther, 2011). Başarısız bir şekilde geçmişte bireyleri bunaltan şey, tetiklenen etkinlik belirtileri, ortaya çıkan konulardan beklentilerinin zayıf olması sebebiyle deneyim sağlayamazlar ve öneri yoluyla yönlendirilirler. Sosyal ikna olsa da üretmenin bir yolu da kesin sınırlamalar kalıcı kişisel yeterlilik duygusu, aracılığıyla elde edilen başarılı katkıları düzeltici performansla ilgilidir. Bireyler sosyal olarak sahip olduklarına ikna oldular ve zor durumların üstesinden gelme yetenekleri ile geçici yardımlar ile sağlanır (Bandura, 1997). Bireylerin sözel ikna 'ya verdikleri yanıtta örneğin cesaretlendirme veya başkalarından övgü öz yeterliliği geliştirirken eleştiri azaltır görüşü ortak düşünceleridir (Coleman, 1997). Gerçekçi olmayan teşvik veya öneriler kişinin zihninde tasarladığı şekilde olmayınca hayal kırıklığına uğrayarak öz yeterlilik düzeyini etkilemektedir. Bireyi olumlu sözler güdüler ve benlik saygısı ile özgüvenin yükselmesine sebep olmasıyla birlikte olumsuz yorumlar özgüvenin azalmasına etki etmektedir (Say, 2005).

Sözlü ikna, bireyleri mümkün kılacak yeteneklere sahip olduklarını inanmak aradıklarını başarmak için yaygın olarak kullanılır. Sosyal ikna ve ya sözel ikna olmasına rağmen tek başına ikna gücünde sınırlı olup, öz yeterlilikte kalıcı artışlar yaratabilir. Bu nedenle gerçekçi sınırlar içinde etkin etkinlik etkilerinin büyük bazı nedenleri insanlar üzerindeki etkiyi tahmin yoluyla etki üretebileceklerine inanırlar. Öz yeterlilikte ikna edici artışın derecesi bireyin başarılı olması için yeterince çabalamaya yönlendirip etkileri becerilerin gelişimini teşvik eder ve kişisel yeterlilik duygusu gelişir (Bandura, 1982).

G. Psikolojik ve Fizyolojik Sebepler

Bireyin içinde bulunduğu psikolojik ve fizyolojik durum öz yeterlilik algısını iki yönlü etkilemektedir. Öz yeterlilik algısı düşük olan bireylerde, kaygı, stres, halsizlik, kötü ruh hali gibi faktörler negatif fizyolojik nedenlere etken olabileceği gibi düşük öz yeterlilik göstergesi olarak da algılanabilmektedir (Bandura, 1997). Bireyin acı, yorgunluk, ağrı gibi kuvveti içeren fizyolojik pozisyonlarına ait algılamalarını fizyolojik yeteneğini değerlendirmede belirtiler olarak algılanmaktadır (Bandura, 1999). Örneğin; bireyin yaşadığı stres neticesinde algıladığı stres reaksiyonları ile huzursuzluğu düşük seviyede bir başarıya sebep olabilecek ya da

kendini fizyolojik olarak güçlü olduğunu anlaması bireyin güçlü seviyede başarıyı sergilemesine etki edecektir (Sahranç, 2007).

Fizyolojik durum, kişiler kendi yeteneklerini değerlendirirken fizyolojik durumları stresli bir şekilde olurlar ve kırılırlar. Genellikle yüksek algılama durumları zayıftır ve gergin içgüdüsel olduklarından tedirgin ve daha fazla uyarılmaya sahiptirler. Bireyler verimsizliğin göstergeleri olarak yorgunluklarını, ağrıları ve sancılarını fizyolojik duruma bağlarlar (Bandura, 1982).

Bireylerin ruh hali bireysel yeterlilik algılarını da etkileyebilmektedir. Öz yeterlilik algısı yüksek olan kişi, uygun olma eğiliminde, davranışlarında direnme, ısrarcı ve iyi bir başarıya sahip olabilir (Bandura, 1995).

H. Öz yeterlilik Algısı Gelişmesine Etki Eden Faktörler

Bandura'ya göre, öz yeterlilik algısını çocukluktan başlayarak başarı ve başarısızlık tecrübeleriyle elde edilir. Öz yeterlilik algısının gelişimini etkileyen faktörleri dört ana başlık altında toplayabiliriz (Özerkan, 2007).

Bilişsel, Motivasyonel, Duyuşsal ve Seçim süresidir. Bu faktörlerden öz yeterlilik algısı üzerinde önemli etkisi olan kişisel deneyimlerdir. Bireyler çeşitli eylemler ortaya koyarlar, eylemlerin neticesinde değerlendirilir, değerlendirme neticesini benzer eylemler ile tecrübe ederek potansiyelleri konusunda yeterlilik algısını oluşturarak bir sonraki aşamada eylemlerinde de ortaya koydukları inançlara göre etkin hareket ederler (Bandura, 1986).

Sosyal bilişsel teoride insan işleyişi, işlevsel bir şekilde incelenir. Bilişsel, duyuşsal ve biyolojik düzenlemede iç kişisel faktörler; davranış ve çevresel olayların tümü, karşılıklı bir şekilde birbirini etkileyen etkileşimli belirleyiciler olarak hareket eder (Dinther, 2011).

1. Bilişsel süreç

Bireyin öz yeterlilik algısı güçlü ise yaygın bilişsel olanağa sahiptir. Öz yeterliliği düşük olan kişiler en kötü senaryoyu düşünüp, bu düşüncelerini performanslarına ileterek başarısız olmaktadır (Gürpınar, 2018). Düşüncenin önemli bir görevi, bireylerin olayları tahmin etmesini, yeni yollar geliştirmesini, hayatlarını etkileyen konuları kontrol edip belirli belirsizlik içeren bilgilerde etkili bilişsel süreç ile

değerlendirmesini sağlamaktadır. Tahmine dayalı öğrenmede de bireylerin seçenekleri oluşturmak, değerlendirerek için oluşan bilgilerden yararlanmaları gerekir Bandura, 1994).

Bilişsel süreçler bireylerin öz yeterlilik inançlarının üzerindeki etkileri farklı şekillerde oluşmaktadır. İnsan davranışı, hedefleri, duyularla algılanabilen hisleri tarafından yönetilir. Duyumsama, inanç ve bireylerin kendileri için belirledikleri hedef ne kadar yükseğe hedefe daha sıkı bağlanmaktadır. Bireylerin olaylar hakkında fikir yürütmesi bunu için yeni yollar üretmesi düşünce işlevinin önemli faktörüdür (Bandura, 1994). Bilişsel kontrol, acı verici bir olay rahatsızlık ve düşünce uyarılma gibi iki bileşeni vardır. Bu düşünce bireyde tekrarlayan üretilen uyarılma süreci ve rahatsız edicidir. Bilişsel olarak yükseltilmiş sıkıntı ileriye dönük düşünce, ses kısıklığı, anksiyete, ön görülen tehditlerle başa çıkamama, endişelidirler (Bandura, 1982).

2. Motivasyon süreçleri

Öz yeterlilik inançları motivasyon sürecine; bireylerin kendileri için belirlediği hedeflere, harcadıkları çabaya, ne zamana kadar zorluklar içinde direniyor, zorluklarla yüzleşme, başarısızlığa karşı gösterdiği direnç hakkında bilgi vermektedir. Yeteneklerinden şüphe duyanlar gayretlerini yavaşlatıp, tecrübelerinde deneyimlerine güvenenler performanslarına başarı olarak katkı sağlamaktadırlar (Bandura, 1994).

Motivasyonu yüksek olan bireylerin güdülenme düzeyi yüksek olacağından öz yeterlilik algılarında bu bağlamda yüksek olacaktır. Başarabilecekleri, yeteneklerini sergileyebileceğine ait düşünceleri bulunmaktadır. Hedefe ulaşmada motivasyonun yüksek olmasıyla bağlantılıdır (Kesgin, 2006).

Birçok birey motivasyonu kendi kendine düzenlemesinde bilişsel süreç oluşturup, motive ederek eylemlerin olası sonuçlarını tahmin eder. Motivasyon süreçlerini nedensel atıflar, sonuç beklentileri ve bilişsel hedefler olarak üç biçimden oluşmaktadır. Nedensel atıflar motivasyonu, performansı ve öz yeterlilik inançlarını kapsamaktadır. Sonuç beklenti teorisinde, bireyler yapabilecekleri eylemler hakkındaki inançların ve olası sonuçlar hakkındaki inançlarına göre hareket ettiklerinde oluşan kazanımdır. Sonuç beklenti teorisinde algılanan öz yeterliliğin etkisi dâhil edilerek güçlendirilmiştir. Hedef zorlukları ve değerlendirici tepki ile

kendi kendini etkileme çabası, bireyin kendi tecrübeleri, açık ve zorlu hedeflerin motivasyonu arttırdığını göstermektedir (Bandura, 1994).

3. Duyuşsal süreç

Duygular ile öz yeterlilik ilişkisi içerisindedir. Birlikte bağlantı içinde olduğundan negatif düşüncelere sahip kişiler hedeflerine ulaşamayacaklarına inandıkları için çaba göstermezler bunun sonucunda düşük performans ile karşılaşır. Bu sebepten dolayı hedeflerine ulaşamayacakları inançları güçlenir, düşük öz yeterlilik algısı ile karşı karşıya kalırlar (Kaleli, 2016).

Öz yeterlilik düzeyi yüksek olan kişiler kendi yetenek, beceri ve hedeflerine uygun iş veya alanlara yönelirler. Öz yeterlilik algısı düşük kişiler kendilerine güvenmeyip yeteneklerinin farkında olmadığından tercihlerinde hata yaparak kararsız kalıp başarısız sonuç elde edebilirler (Kartopu, 2015).

Bireylerin tehdit edici veya zor durumlarda başa çıkma deneyimleri, motivasyon seviyeleri, yaşadıkları eylem sonucundaki depresyon düzeyleri duyuşsal süreç hakkında bilgi edinmemizi sağlamaktadır. Bireyler olumsuz yaşanan tecrübeler hakkında kontrol uygulayabileceklerine inanırlar, olumsuz düşünce yapısını uyandırmazlar. Fakat olumsuz düşünceleri yönetemeyeceğine inananlar kaygı düzeylerini yükseltir, endişeleri artar. Düşünce süreçlerini kontrol etme etkinliği, düşüncenin ürettiği streste ana faktördür. Öz yeterlilik algısı ve kontrol etkinliği birlikte hareket ederek kaygıyı ve kaçınmalı davranışı azaltır (Bandura, 1994).

Davranışsal kontrolün korku azaltma üzerindeki etkileri ve stres tepkileri hem çocuklarda hem de yetişkinlerde ispatlanmıştır. Olaylar üzerindeki kontrol belirsizliğin azalması davranışsal bilgiden ziyade öngörülebilirlik stresi azaltmaktadır. Ancak tahmin etme yeteneğinden dolayı davranışsal kontrol uyarılmayı herhangi bir faydadan daha çok azaltır. Davranışsal kontrol ile stres azaltma süreci, ağrıyı azaltmak bireyin korktuğu şeyi yönetebilme yeteneğindedir. Kişisel olayların kısaltılması değil, nedensellik korkuyu azaltır (Bandura, 1982).

4. Seçim süreci

Bireyler gün içerisinde karşılaştıkları kişiler üzerinde etki bırakmak, yararlı ortamlar yaratmak kısmen çevreleri ile oluşmaktadır. Kişisel inançlar, etkinlik türleri ortamlarını etkileyerek tecrübe edinirler. Bireyler başa çıkamayacakları durumlardan

kaçınırlar ancak zorlayıcı tecrübeleri kolayca üstlenerek yargıladıkları durumu seçerler (Bandura, 1994).

Kariyer seçimi ve gelişimi, öz yeterlilik inançlarının örneklerinden bir tanesidir. Bireylerin öz yeterlilik algısı ne kadar yüksekse kariyer seçenekleri ne kadar büyük olursa bu konulara ilgileri artar ve kendilerini eğitimsel olarak bu şartlara daha iyi hazırlayarak meslek arayışları ve başarıları artar. Meslek bireylerin yaşamlarının bir parçası ve kişisel gelişim olanağı sunmaktadır (Bandura, 1994).

V. YÖNTEM

A. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada denetimli serbestlik sistemine tabi tutulan 18- 65 yaş arasındaki bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ve öz-yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlandığından araştırma ilişkisel tarama modeli uygulanmıştır. Bu model, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkinin değişip değişmediğini değişme varsa değişimin nasıl olduğunu belirlemesi amaçlanmaktadır (Karasar, 2011).

B. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini, İstanbul İli'nde bulunan Denetimli Serbestlik sistemine tabi tutulan 18- 65 yaş arasındaki kişiler oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Bu bağlamda araştırmanın örnekleme ise, İstanbul İli Bakırköy İlçesi'nde seçilen 18–65 yaş aralığında olan ve araştırmaya gönüllü katılan denetimli serbestliğe tabi olan bireylerden oluşmaktadır. Evrenden örneklem alma işleminde Cohen, Manion ve Morrison (2000)'un önerdiği %95 güven düzeyindeki örneklem büyüklükleri Çizelge 4'te verilmiştir.

Çizelge 4 Örneklem Büyüklükleri

	<i>% 95 Güven Düzeyi</i>	<i>%99 Güven Düzeyi</i>
N	n	n
50	44	50
100	79	99
200	132	196
500	217	476
1000	278	907
2000	322	1661
5000	357	3311
10000	370	4950
20000	377	6578
50000	381	8195
100000	383	8926
1000000	384	9706

Kaynak: Cohen vd., 2000.

Çizelge 4'e göre belirlenen araştırmanın örneklemini 410 katılımcı maddeyi bir kez denemiş, satıcı ya da kullanıcı hükmünde kişilerden oluşmaktadır. SAMBA programına katılan denetimli serbestlik tedbirine tabi bireylerden oluşan, günde dört farklı oturuma katılan bireylerin geldiği grup çalışmasında formlar uygulanmıştır.

Araştırma kapsamına alınan katılımcıların sosyo-demografik verilerine ilişkin bilgiler Çizelge 5'te verilmiştir.

Çizelge 5 Katılımcıların Sosyo-Demografik Bilgilerine İlişkin Dağılım

		Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	22	%5,4
	Erkek	388	%94,6
Medeni Hal	Evli	138	%33,7
	Bekâr	272	%66,3
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	66	%16,1
	Ortaöğretim	223	%54,4
	Yükseköğretim	121	%29,5
Gelir Durumu	Kötü	75	%18,3
	Orta	272	%66,3
	İyi	63	%15,4
Çalışma Durumu	Çalışıyor	347	%84,6
	Çalışmıyor	63	%15,4
Meslek	İşçi	204	%49,8
	İşsiz	31	%7,6
Sosyal Güvence	Evet	250	%61,0
	Hayır	160	%39,0
Çocuk Durumu	Evet	126	%30,7
	Hayır	284	%69,3
Çocuk Sayısı	Çocuk Yok	285	%69,5
	1 Çocuk	45	%11,0
	2 Çocuk	42	%10,2
	3 ve Daha Fazla	38	%9,3
Madde Kullanım Durumu	Evet	47	%11,5
	Hayır	363	%88,5
Anne Eğitim Durumu	Okuryazar	96	%23,4
	İlkokul	210	%51,2
	Ortaokul	53	%12,9
	Lise ve Üstü	51	%12,4
Baba Eğitim Durumu	Okuryazar	67	%16,3
	İlkokul	205	%50,0
	Ortaokul	67	%16,3
	Lise ve Üstü	71	%17,3
Yaşanılan Yer	Aile evi	181	%44,1
	Kendi evi	48	%11,7
	Kira ev	181	%44,1
Toplam		410	%100

Çizelge 5'e göre araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet dağılımlarına göre %5,4'ünün kadın, %94,6'sının erkek olduğu görülmektedir. Medeni hal dağılımları incelendiğinde, %33,7'sinin evli, %66,3'ünün bekâr olduğu görülmektedir. Eğitim düzeyi dağılımları incelendiğinde, %16,1'inin ilköğretim, %54,4'ünün ortaöğretim,

%29,5'inin yükseköğretim olduğu görülmektedir. Gelir durumu dağılımları incelendiğinde, %18,3'ünün kötü, %66,3'ünün orta, %15,4'ünün iyi olduğu görülmektedir. Çalışma durumu dağılımı incelendiğinde, %84,6'sının çalışıyor, %15,4'ünün çalışmıyor olduğu görülmektedir. Meslek dağılımı incelendiğinde, %49,8'inin işçi, %7,6'sının işsiz, %42,7'sinin diğer olduğu görülmektedir. Sosyal güvence durumları incelendiğinde, %61'inin sosyal güvencesi olduğu, %39'unun sosyal güvencesi olmadığı görülmektedir. Çocuk durumları incelendiğinde, %30,7'sinin çocuğu olduğu, %69,3'ünün çocuğu olmadığı görülmektedir. Çocuk durumları incelendiğinde, %69,5'inin çocuğu olmadığı, %61,1'inin 1 çocuğu, %10,2'sinin 2 çocuğu, %9,3'ünün 3 ve daha fazla çocuğu olduğu görülmektedir. Madde kullanım durumları incelendiğinde, %11,5'inin madde kullandığı, %88,5'inin madde kullanmadığı görülmektedir. Anne eğitim durumları incelendiğinde, %23,4'ünün okuryazar, %51,2'sinin ilkökul, %12,9'unun ortaokul, %12,4'ünün lise ve üstü olduğu görülmektedir. Baba eğitim durumları incelendiğinde, %16,3'ünün okuryazar, %50'sinin ilkökul, %16,3'ünün ortaokul, %17,3'ünün lise ve üstü olduğu görülmektedir. Yaşanılan yerler incelendiğinde, %44,1'inin aile evi, %11,7'sinin kendi evi, %44,1'inin kira ev olduğu görülmektedir.

C. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Araştırmada, veri tekniği olarak en sık kullanılan yöntem olan anket tekniğinden faydalanılmıştır. Anket 20 Ağustos 2021 – 20 Eylül 2021 tarihleri arasında uygulanmıştır.

Sosyo-Demografik Bilgi Formu: Araştırmanın amacı kapsamında sosyo-demografik değişkenlerle (cinsiyet, medeni hal, eğitim düzeyi, gelir durumu, çalışma durumu, meslek, sosyal güvence, çocuk durumu, çocuk sayısı, madde kullanım durumu, ilaç kullanım durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve yaşanılan yer) ilgili 16 soru yer almaktadır.

Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği: 1987 yılında Liebowitz tarafından sosyal ortamlarda ve performans gerektiren durumlarda yaşanan korku ve kaçınmanın düzeyini ortaya koymayı hedefleyen bir ölçektir (Heimberg ve ark., 1999). Toplamda 24 maddeden oluşan ölçek içerisinde 1-4 arası likert tipi ifadeler yer almaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması, Dilbaz (2001) ve Soykan, Özgüven ve Gençöz (2003) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin test tekrar test güvenilirliği $r = .97$, bütün ölçek maddeleri için Cronbach Alfa katsayısı ise $\alpha = .96$ olarak bulunmuştur.

Öz-Etkililik-Yeterlilik Ölçeği: Sherer ve Adams (1983) tarafından geliştirilen ölçek, genel öz yeterlik algısını ölçmektedir (Gözüm ve Aksayan, 1999). Adı geçen ölçek, Gözüm ve Aksayan (1999) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Beşli likert tarzındaki ölçekte “1-Beni hiç tanımlamıyorum” ve “5-Beni çok iyi tanımlıyorum” anlamında farklı derecelendirmeler bulunmaktadır. 23 maddeden oluşan ölçekte dört alt boyut vardır: Davranışa başlama, davranışı sürdürme, davranışı tamamlama, engellerle mücadele etme. Ölçekten toplamda en düşük 23, en yüksek 115 puan alınabilmektedir. Ölçeğin Türkçe formu Erzurum’da 133 sınıf öğretmenine uygulanmış ve veriler değerlendirilmiştir. Ölçeğin tüm ifadeleri için Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ,81 olarak hesaplanmıştır (Gözüm, & Aksayan, 1999).

1. Veri toplama araçlarının geçerlilik ve güvenilirlik analizleri

Ölçeğin standardize olabilmesi ve sonrasında uygun bilgiler üretme yeteneğine sahip olması için ölçüm değerlerinin kararlılığının bir göstergesi olan “güvenilirlik” ve ölçmeyi amaçladığı özelliği doğru ölçebilme derecesinin göstergesi olan “geçerlilik” olarak nitelendirilen iki temel özelliğe sahip olması istenir. Geçerlilik, bir ölçme aracının ölçmeyi amaçladığı özelliği, başka herhangi bir özellikle karıştırmadan, doğru ölçebilme derecesidir (Ercan, & Kan, 2004:211-214). Araştırmada yer alan ölçeklerin geçerliliğinin belirlenmesinde yapı geçerliliğine dair kanıtlar faktör analizi ile toplanmıştır. Yapısal ve faktöriyel geçerlilik, faktör analizi ile ölçülmüştür (Gürbüz, & Şahin, 2015:301). Faktör analizi, birbiriyle ilişkili p tane değişkeni bir araya getirerek az sayıda ilişkisiz ve kavramsal olarak anlamlı yeni değişkenler (faktörler, boyutlar) bulmayı, keşfetmeyi amaçlayan çok değişkenli bir istatistiktir. Keşfedici ve doğrulayıcı olmak üzere iki tür faktör analizi yaklaşımı vardır (Büyüköztürk, 2016:132). Çalışmada kullanılan ölçeklerin geçerliliği, Keşfedici Faktör Analizi (KFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile incelenmiştir.

Verilerin, faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett küresellik testi ile inceleyebilir. KMO katsayısı, veri matrisinin faktör analizi için uygun olup olmadığını, veri yapısının faktör çıkarma için uygunluğu hakkında bilgi verir. Faktörleştirilebilmek için KMO’nun 0,60’dan yüksek çıkması beklenir. Bartlett testi, değişkenler arasında ilişki olup olmadığını kısmi korelasyonlar temelinde inceler. Hesaplanan ki-kare istatistiğinin anlamlı çıkması, veri matrisinin uygun olduğunun göstergesidir. Test sonucunun anlamlı çıkması puanların normalliğinin de bir kanıtı olarak görülebilir. Keşfedici faktör analizinde

özdeğerlerin 1'in üzerinde olması beklenirken bileşenlerin ölçeğin en az %50'sini açıklayabiliyor olması beklenir (Büyüköztürk, 2016:136).

Güvenilirlik, ölçüm sonuçlarının ölçülmek istenen kavramı doğru bir şekilde çıkarması; ölçüm aracının farklı yerlerde, farklı zamanlarda ve aynı evrenden seçilen farklı örnekleme uygulandığında benzer sonuçlar vermesidir (Ercan, & Kan, 2004:212). Cronbach Alfa değeri, ölçüm araçlarında maddelerin birbiriyle tutarlı olup olmadığını ve maddelerin söz konusu kavramı ölçüp ölçmediğini belirlemektedir (Gürbüz, & Şahin, 2015:157). Cronbach Alfa katsayısı, ölçeğin güvenilirliğini test etmede en yaygın kullanılan yöntemdir. Cronbach Alfa değeri 0,60 ile 0,80 arasında ise anket güvenilirdir; 0,80 ile 1,00 arasında ise anketin güvenilirliği oldukça yüksektir (Kalaycı, 2005; Alpar, 2011). Ölçeklerin güvenilirlik analizine ilişkin bulgular Çizelge 6'da sunulmuştur.

Çizelge 6 Ölçeklerin Güvenirlik Analizine İlişkin Bulgular

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>N</i>	<i>Cronbach's Alpha</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	23	0,794
Davranışa Başlama	8	0,661
Davranışı Sürdürme	7	0,581
Davranışı Tamamlama	5	0,701
Engellerle Mücadele	3	0,588
Sosyal Kaygı Ölçeği	48	0,937
Kaygı Boyutu	24	0,908
Kaçınma Boyutu	24	0,905

Çizelge 6'ya göre "Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği" için Cronbach's Alpha katsayısı 0,794 ve "Sosyal Kaygı Ölçeği" için 0,937 olarak hesaplanmıştır. Ölçeklerin güvenilirliklerinin oldukça yüksek olduğu söylenebilir.

D. Verilerin Analizi

Verilerin analizinde sosyal bilimlerde veri analizini sağlayan SPSS 22.0 programından yararlanılmış olup öncelikle ölçme araçlarının normallik dağılımlarına ilişkin sonuçlar incelenmiştir. Ölçek kapsamındaki maddelerin normalliğini belirlemek için maddelerin çarpıklık ve basıklık değerleri belirlenmiştir. Basıklık ve çarpıklık değerinin -1,5 +1,5 arasında olması dağılımın normal olduğu şeklinde değerlendirilmiştir. Bu durumda niceliksel verilerin karşılaştırılması için iki grup karşılaştırılması için bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla grup karşılaştırılmasında tek

yönlü varyans analizi (ANOVA) testi, farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için Bonferroni karşılaştırma testi kullanılmıştır. Sürekli değişkenler arasındaki ilişki Pearson korelasyon analizi ile incelenmiştir. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi Regresyon Analizi ile incelenmiştir.

VI. BULGULAR

A. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Araştırmada kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin tanımlayıcı istatistikler Çizelge 7’de verilmiştir

Çizelge 7 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>N</i>	<i>Min</i>	<i>Maks</i>	\bar{x}	<i>SS</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	410	46,00	115,00	88,64	13,03
Davranışa Başlama	409	11,00	40,00	32,18	5,65
Davranışı Sürdürme	409	11,00	35,00	26,98	5,07
Davranışı Tamamlama	409	5,00	25,00	19,50	4,46
Engellerle Mücadele	409	3,00	15,00	9,98	3,13
Sosyal Kaygı Ölçeği	409	48,00	165,00	88,67	24,26
Kaygı Boyutu	409	24,00	91,00	46,46	14,10
Kaçınma Boyutu	409	24,00	90,00	42,21	13,24

Çizelge 7’ye göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları ortalama $88,64 \pm 13,03$ olarak, davranışa başlama alt boyut puanları ortalama $32,18 \pm 5,65$ olarak, davranışı sürdürme alt boyut puanları ortalama $26,98 \pm 5,07$ olarak, davranışı tamamlama alt boyut puanları ortalama $19,50 \pm 4,46$ olarak, engellerle mücadele alt boyut puanları ortalama $9,98 \pm 3,13$ olarak Sosyal Kaygı Ölçeği puanları ortalama $88,67 \pm 24,26$ olarak, kaygı boyutu ortalama puanları $46,46 \pm 14,10$ olarak, kaçınma boyutu ortalamaları $42,21 \pm 13,24$ olarak bulunmuştur.

B. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 8’de verilmiştir.

Çizelge 8 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>Cinsiyet</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Kadın	22	84,14	13,83	-1,672	0,95
	Erkek	388	88,90	12,95		
Davranışa Başlama	Kadın	22	31,95	5,74	-0,191	0,849
	Erkek	388	32,19	5,65		
Davranışı Sürdürme	Kadın	22	25,41	6,15	-1,495	0,136
	Erkek	388	27,07	4,99		
Davranışı Tamamlama	Kadın	22	17,45	5,60	-1,783	0,088
	Erkek	388	19,62	4,36		
Engellerle Mücadele	Kadın	22	9,32	2,93	-1,025	0,306
	Erkek	388	10,02	3,14		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Kadın	22	86,68	28,87	-0,395	0,693
	Erkek	388	88,78	24,01		
Kaygı Boyutu	Kadın	22	44,27	14,70	-0,748	0,455
	Erkek	388	46,59	14,07		
Kaçınma Boyutu	Kadın	22	42,41	16,64	0,058	0,942
	Erkek	388	42,20	13,05		

*p<0,05

Çizelge 8'e göre katılımcıların cinsiyetlerine göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği ve alt boyutları ile Sosyal Kaygı Ölçeği ve alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

C. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Medeni Hale Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının medeni hale göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 9'da verilmiştir.

Çizelge 9 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Medeni Hale Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>Medeni Hal</i>	<i>N</i>	\bar{x}	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Evli	138	87,57	12,70	-1,195	0,233
	Bekâr	272	89,19	13,18		
Davranışa Başlama	Evli	138	31,87	5,79	-0,788	0,431
	Bekâr	272	32,33	5,57		
Davranışı Sürdürme	Evli	138	26,63	5,02	-0,989	0,323
	Bekâr	272	27,15	5,09		
Davranışı Tamamlama	Evli	138	19,25	4,53	-0,813	0,437
	Bekâr	272	19,63	4,42		
Engellerle Mücadele	Evli	138	9,81	3,37	-0,771	0,417
	Bekâr	272	10,07	3,00		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Evli	138	89,04	25,86	0,217	0,828
	Bekâr	272	88,49	23,46		
Kaygı Boyutu	Evli	138	46,17	14,04	-0,293	0,769
	Bekâr	272	46,61	14,15		
Kaçınma Boyutu	Evli	138	42,86	14,60	0,711	0,478
	Bekâr	272	41,88	12,51		

*p<0,05

Çizelge 9'a göre katılımcıların medeni durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği ve alt boyutları ile Sosyal Kaygı Ölçeği ve alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

D. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının eğitim düzeyine göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 10'da verilmiştir.

Çizelge 10 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Eğitim Düzeyi	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	İlköğretim ¹	66	80,58	13,66	26,894	0,000*	3>1,2 2>1
	Ortaöğretim ²	223	88,02	12,29			
	Yükseköğretim ³	121	94,19	11,41			
Davranışa Başlama	İlköğretim ¹	66	29,00	6,70	19,725	0,000*	3>1,2 2>1
	Ortaöğretim ²	223	32,06	5,35			
	Yükseköğretim ³	121	34,12	4,69			
Davranışı Sürdürme	İlköğretim ¹	66	24,33	5,82	18,745	0,000*	3>1,2 2>1
	Ortaöğretim ²	223	26,76	4,83			
	Yükseköğretim ³	121	28,83	4,31			
Davranışı Tamamlama	İlköğretim ¹	66	17,76	4,91	9,135	0,000*	3>1,2 2>1
	Ortaöğretim ²	223	19,43	4,37			
	Yükseköğretim ³	121	20,60	4,04			
Engellerle Mücadele	İlköğretim ¹	66	9,48	3,39	4,023	0,019*	3>1,2 2>1
	Ortaöğretim ²	223	9,78	3,13			
	Yükseköğretim ³	121	10,64	2,90			
Sosyal Kaygı Ölçeği	İlköğretim ¹	66	94,35	26,10	9,600	0,000*	1,2>3
	Ortaöğretim ²	223	91,20	22,73			
	Yükseköğretim ³	121	80,91	24,31			
Kaygı Boyutu	İlköğretim ¹	66	49,05	13,70	6,045	0,003*	1,2>3
	Ortaöğretim ²	223	47,66	13,42			
	Yükseköğretim ³	121	42,84	14,94			
Kaçınma Boyutu	İlköğretim ¹	66	45,30	15,43	9,216	0,000*	1,2>3
	Ortaöğretim ²	223	43,54	12,72			
	Yükseköğretim ³	121	38,07	11,97			

* $p<0,05$

Çizelge 10'a göre katılımcıların eğitim durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; eğitim durumu yükseköğretim olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanlarının eğitim durumu ilköğretim ve ortaöğretim olan katılımcılara göre;

eğitim durumu ortaöğretim olan katılımcıların eğitim durumu ilköğretim olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görölmektedir. Eğitim durumu ilköğretim ve ortaöğretim olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanlarının eğitim durumu yükseköğretim olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görölmektedir.

E. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının gelir durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 11’de verilmiştir.

Çizelge 11 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Gelir Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Gelir Durumu	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Kötü ¹	75	83,75	14,65	17,375	0,000*	3>1,2 2>1
	Orta ²	272	88,24	12,08			
	İyi ³	63	96,22	11,75			
Davranışa Başlama	Kötü ¹	75	29,76	6,39	13,604	0,000*	3>1,2 2>1
	Orta ²	272	32,28	5,34			
	İyi ³	63	34,62	4,86			
Davranışı Sürdürme	Kötü ¹	75	25,51	5,40	9,748	0,000*	3>1,2 2>1
	Orta ²	272	26,87	4,89			
	İyi ³	63	29,19	4,74			
Davranışı Tamamlama	Kötü ¹	75	18,57	5,08	9,615	0,000*	3>1,2
	Orta ²	272	19,31	4,33			
	İyi ³	63	21,44	3,63			
Engellerle Mücadele	Kötü ¹	75	9,91	3,16	3,795	0,024*	3>1,2
	Orta ²	272	9,78	3,07			
	İyi ³	63	10,97	3,21			
Sosyal Kaygı Ölçeği	Kötü ¹	75	97,24	25,89	6,005	0,003*	1>2,3
	Orta ²	272	87,08	22,63			
	İyi ³	63	85,32	27,08			
Kaygı Boyutu	Kötü ¹	75	48,45	13,63	1,145	0,311	-
	Orta ²	272	46,26	13,73			
	İyi ³	63	44,94	16,05			
Kaçınma Boyutu	Kötü ¹	75	48,79	15,11	11,966	0,000*	1>2,3
	Orta ²	272	40,82	11,89			
	İyi ³	63	40,38	14,19			

*p<0,05

Çizelge 11’e göre katılımcıların gelir durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; gelir durumu iyi olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle

mücadele alt boyut puanlarının gelir durumu orta ve kötü olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Gelir durumu orta olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanlarının gelir durumu kötü olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Gelir durumu kötü olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma boyutu puanlarının gelir durumu orta ve iyi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların gelir durumlarına göre kaygı boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

F. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının çalışma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 12’de verilmiştir.

Çizelge 12 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>Çalışma Durumu</i>	<i>N</i>	\bar{X}	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Çalışıyor	347	89,31	12,68	2,427	0,016*
	Çalışmıyor	63	85,00	14,37		
Davranışa Başlama	Çalışıyor	347	32,43	5,33	1,757	0,083
	Çalışmıyor	63	30,79	7,03		
Davranışı Sürdürme	Çalışıyor	347	27,16	4,99	1,669	0,096
	Çalışmıyor	63	26,00	5,40		
Davranışı Tamamlama	Çalışıyor	347	19,73	4,36	2,468	0,014*
	Çalışmıyor	63	18,24	4,77		
Engellerle Mücadele	Çalışıyor	347	9,99	3,18	0,040	0,968
	Çalışmıyor	63	9,97	2,88		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Çalışıyor	347	89,35	24,08	1,335	0,183
	Çalışmıyor	63	84,92	25,08		
Kaygı Boyutu	Çalışıyor	347	47,00	14,19	1,832	0,068
	Çalışmıyor	63	43,48	13,27		
Kaçınma Boyutu	Çalışıyor	347	42,35	13,02	0,498	0,619
	Çalışmıyor	63	41,44	14,45		

* $p<0,05$

Çizelge 12’ye göre katılımcıların çalışma durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Çalışan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanlarının çalışmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların çalışma durumlarına göre davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma boyutu, kaygı boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

G. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Mesleklerine Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının mesleklerine göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 13'te verilmiştir.

Çizelge 13 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Mesleklerine Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Meslek	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	İşçi ¹	204	88,07	12,62	3,622	0,028*	3>2
	İşsiz ²	31	83,77	15,45			
	Diğer ³	175	90,18	12,84			
Davranışa Başlama	İşçi ¹	204	31,98	5,57	4,282	0,014*	3>2
	İşsiz ²	31	29,74	7,09			
	Diğer ³	175	32,84	5,34			
Davranışı Sürdürme	İşçi	204	26,78	5,01	1,241	0,290	
	İşsiz	31	26,03	5,48			
	Diğer	175	27,38	5,05			
Davranışı Tamamlama	İşçi	204	19,52	4,48	1,056	0,349	
	İşsiz	31	18,42	4,92			
	Diğer	175	19,68	4,34			
Engellerle Mücadele	İşçi	204	9,79	3,13	1,439	0,238	
	İşsiz	31	9,58	3,15			
	Diğer	175	10,28	3,11			
Sosyal Kaygı Ölçeği	İşçi ¹	204	91,88	23,89	3,633	0,027*	1>3
	İşsiz ²	31	84,52	23,38			
	Diğer ³	175	85,66	24,48			
Kaygı Boyutu	İşçi	204	47,77	13,51	2,300	0,102	
	İşsiz	31	42,77	12,75			
	Diğer	175	45,58	14,87			
Kaçınma Boyutu	İşçi ¹	204	44,11	12,76	4,455	0,012*	1>3
	İşsiz ²	31	41,74	13,26			
	Diğer ³	175	40,08	13,52			

* $p<0,05$

Çizelge 13'e göre katılımcıların mesleklerine göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; mesleği diğer olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanlarının işsiz olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Mesleği işçi olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma

boyutu puanlarının mesleği diğer olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

H. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Sosyal Güvence Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının sosyal güvence durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 14’te verilmiştir.

Çizelge 14 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Sosyal Güvence Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

<i>Ölçekler ve Alt Boyutları</i>	<i>Sosyal Güvence</i>	<i>N</i>	\bar{X}	<i>SS</i>	<i>t</i>	<i>P</i>
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Evet	250	90,08	12,77	2,821	0,005*
	Hayır	160	86,39	13,15		
Davranışa Başlama	Evet	250	32,73	5,48	2,500	0,0013*
	Hayır	160	31,31	5,81		
Davranışı Sürdürme	Evet	250	27,37	5,04	1,975	0,049*
	Hayır	160	26,36	5,07		
Davranışı Tamamlama	Evet	250	19,83	4,46	1,867	0,063
	Hayır	160	18,99	4,42		
Engellerle Mücadele	Evet	250	10,15	3,15	1,337	0,182
	Hayır	160	9,73	3,09		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Evet	250	88,63	24,66	-0,040	0,968
	Hayır	160	88,73	23,69		
Kaygı Boyutu	Evet	250	46,79	14,80	0,587	0,558
	Hayır	160	45,95	12,96		
Kaçınma Boyutu	Evet	250	41,84	13,03	-0,699	0,485
	Hayır	160	42,78	13,58		

*p<0,05

Çizelge 14’e göre katılımcıların sosyal güvence durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Sosyal güvencesi olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanlarının sosyal güvencesi olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların sosyal güvence durumlarına göre davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaçınma boyutu puanları, kaygı boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

I. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının çocuk durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 15’te verilmiştir.

Çizelge 15 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Çocuk Durumu	N	\bar{x}	SS	t	P
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Evet	126	86,64	12,83	-2,080	0,038*
	Hayır	284	89,53	13,04		
Davranışa Başlama	Evet	126	31,54	5,66	-1,528	0,127
	Hayır	284	32,46	5,63		
Davranışı Sürdürme	Evet	126	26,44	5,07	-1,422	0,156
	Hayır	284	27,21	5,06		
Davranışı Tamamlama	Evet	126	18,83	4,73	-2,065	0,040*
	Hayır	284	19,81	4,30		
Engellerle Mücadele	Evet	126	9,83	3,39	-0,644	0,520
	Hayır	284	10,05	3,01		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Evet	126	91,88	25,81	1,789	0,074
	Hayır	284	87,25	23,45		
Kaygı Boyutu	Evet	126	47,37	13,61	0,865	0,388
	Hayır	284	46,06	14,31		
Kaçınma Boyutu	Evet	126	44,52	15,12	2,177	0,031*
	Hayır	284	41,19	12,20		

*p<0,05

Çizelge 15’e göre katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa tamamlama alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Çocuk sahibi olmayan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa tamamlama alt boyut puanlarının çocuk sahibi olan katılımcılara göre; çocuk sahibi olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanlarının çocuk sahibi olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların çocuk sahibi olma durumlarına göre davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları, “Sosyal Kaygı Ölçeği” puanları, kaygı boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

J. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının çocuk sayısına göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 16’da verilmiştir.

Çizelge 16 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Çocuk Sayısına Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Çocuk Sayısı	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Çocuk Yok ¹	285	89,59	13,05	2,952	0,032*	1>4
	1 Çocuk ²	45	88,76	11,53			
	2 Çocuk ³	42	87,05	13,89			
	3 Ve Daha Fazla ⁴	38	83,21	12,56			
Davranışa Başlama	Çocuk Yok	285	32,48	5,62	1,535	0,205	-
	1 Çocuk	45	32,27	4,77			
	2 Çocuk	42	31,55	5,63			
	3 ve Daha Fazla	38	30,53	6,58			
Davranışı Sürdürme	Çocuk Yok	285	27,24	5,06	1,156	0,326	-
	1 Çocuk	45	26,96	4,97			
	2 Çocuk	42	26,31	5,26			
	3 ve Daha Fazla	38	25,82	5,01			
Davranışı Tamamlama	Çocuk Yok	285	19,81	4,29	2,405	0,067	-
	1 Çocuk	45	19,60	4,24			
	2 Çocuk	42	18,76	4,65			
	3 ve Daha Fazla	38	17,95	5,37			
Engellerle Mücadele	Çocuk Yok	285	10,07	3,02	1,826	0,142	-
	1 Çocuk	45	9,93	3,18			
	2 Çocuk	42	10,43	3,35			
	3 ve Daha Fazla	38	8,92	3,52			
Sosyal Kaygı Ölçeği	Çocuk Yok	285	87,19	23,43	2,288	0,078	-
	1 Çocuk	45	96,69	25,94			
	2 Çocuk	42	87,21	25,05			
	3 ve Daha Fazla	38	91,89	26,28			
Kaygı Boyutu	Çocuk Yok	285	46,03	14,30	0,933	0,425	-
	1 Çocuk	45	49,76	13,48			
	2 Çocuk	42	45,86	14,42			
	3 ve Daha Fazla	38	46,45	12,91			
Kaçınma Boyutu	Çocuk Yok ¹	285	41,16	12,19	3,384	0,018*	2>1
	1 Çocuk ²	45	46,93	14,16			
	2 Çocuk ³	42	41,36	14,40			
	3 ve Daha Fazla ⁴	38	45,45	16,78			

*p<0,05

Çizelge 16'ya göre katılımcıların çocuk sayılarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; çocuğu olmayan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanlarının çocuk sayısı 3 ve daha fazla olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Çocuk sayısı 1 olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanlarının çocuk sahibi olmayan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

K. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Madde Kullanım Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının madde kullanımı durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 17’de verilmiştir.

Çizelge 17 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Madde Kullanımı Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Madde Kullanımı	N	\bar{x}	SS	t	p
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Evet	47	87,40	12,04	-0,693	0,489
	Hayır	363	88,80	13,16		
Davranışa Başlama	Evet	47	31,32	5,75	-1,109	0,268
	Hayır	363	32,29	5,63		
Davranışı Sürdürme	Evet	47	26,38	5,32	-0,855	0,393
	Hayır	363	27,06	5,04		
Davranışı Tamamlama	Evet	47	19,79	4,17	0,461	0,645
	Hayır	363	19,47	4,50		
Engellerle Mücadele	Evet	47	9,91	2,74	-0,158	0,874
	Hayır	363	9,99	3,18		
Sosyal Kaygı Ölçeği	Evet	47	90,06	25,23	0,418	0,676
	Hayır	363	88,49	24,16		
Kaygı Boyutu	Evet	47	45,32	13,09	-0,590	0,556
	Hayır	363	46,61	14,23		
Kaçınma Boyutu	Evet	47	44,74	14,93	1,397	0,163
	Hayır	363	41,88	12,99		

*p<0,05

Çizelge 17’ye göre katılımcıların madde kullanım durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği ve alt boyutları ile “Sosyal Kaygı Ölçeği” ve alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır (p>0,05).

L. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının anne eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 18’de verilmiştir.

Çizelge 18 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Anne Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Anne Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Okuryazar ¹	96	84,38	12,60	7,446	0,000*	2,3,4>1
	İlkokul ²	210	88,84	12,93			
	Ortaokul ³	53	89,91	13,24			
	Lise ve üstü ⁴	51	94,55	11,55			
Davranışa Başlama	Okuryazar ¹	96	31,22	5,58	4,408	0,005*	4>1,2,3
	İlkokul ²	210	31,94	5,81			
	Ortaokul ³	53	32,49	5,54			
	Lise ve üstü ⁴	51	34,63	4,51			
Davranışı Sürdürme	Okuryazar ¹	96	25,36	5,17	5,781	0,001*	2,3,4>1
	İlkokul ²	210	27,13	5,01			
	Ortaokul ³	53	27,64	5,16			
	Lise ve üstü ⁴	51	28,71	4,24			
Davranışı Tamamlama	Okuryazar ¹	96	18,41	4,53	3,546	0,015*	2,3,4>1
	İlkokul ²	210	19,70	4,44			
	Ortaokul ³	53	19,49	4,87			
	Lise ve üstü ⁴	51	20,78	3,51			
Engellerle Mücadele	Okuryazar ¹	96	9,39	3,28	1,745	0,157	-
	İlkokul ²	210	10,07	3,15			
	Ortaokul ³	53	10,28	3,18			
	Lise ve üstü ⁴	51	10,43	2,59			
Sosyal Kaygı Ölçeği	Okuryazar ¹	96	92,69	22,81	4,733	0,003*	1,2,3>4
	İlkokul ²	210	88,83	23,13			
	Ortaokul ³	53	91,36	27,76			
	Lise ve üstü ⁴	51	77,65	25,04			
Kaygı Boyutu	Okuryazar ¹	96	48,53	13,06	3,612	0,013*	1,2,3>4
	İlkokul ²	210	46,48	13,75			
	Ortaokul ³	53	48,00	15,07			
	Lise ve üstü ⁴	51	40,90	15,24			
Kaçınma Boyutu	Okuryazar ¹	96	44,16	13,49	3,807	0,010*	1,2,3>4
	İlkokul ²	210	42,36	12,55			
	Ortaokul ³	53	43,36	15,56			
	Lise ve üstü ⁴	51	36,75	11,77			

*p<0,05

Çizelge 18'e göre anne eğitim durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; anne eğitim durumu okuryazar olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanlarının anne eğitim durumu ilkokul, ortaokul, lise ve üstü olan katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Anne eğitim durumu lise ve üstü olan katılımcıların davranışa başlama alt boyut puanlarının diğer katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Anne eğitim durumu lise ve üstü olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanlarının diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Katılımcıların anne eğitim durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

M. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının baba eğitim durumuna göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 19’da verilmiştir.

Çizelge 19 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Baba Eğitim Durumuna Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Baba Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Okuryazar ¹	67	83,90	12,35	7,003	0,000*	2,3,4>1
	İlkokul ²	205	88,03	13,19			
	Ortaokul ³	67	90,09	13,09			
	Lise ve Üstü ⁴	71	93,52	11,42			
Davranışa Başlama	Okuryazar ¹	67	30,58	5,70	5,484	0,001*	2,3,4>1
	İlkokul ²	205	31,88	5,69			
	Ortaokul ³	67	32,45	5,39			
	Lise ve Üstü ⁴	71	34,28	5,16			
Davranışı Sürdürme	Okuryazar ¹	67	25,03	5,11	6,349	0,000*	2,3,4>1
	İlkokul ²	205	26,86	5,06			
	Ortaokul ³	67	27,55	5,03			
	Lise ve Üstü ⁴	71	28,62	4,50			
Davranışı Tamamlama	Okuryazar ¹	67	18,66	4,41	1,945	0,122	-
	İlkokul ²	205	19,35	4,56			
	Ortaokul ³	67	19,94	4,41			
	Lise ve Üstü ⁴	71	20,34	4,15			
Engellerle Mücadele	Okuryazar ¹	67	9,63	3,31	0,578	0,629	-
	İlkokul ²	205	9,94	3,24			
	Ortaokul ³	67	10,15	3,08			
	Lise ve Üstü ⁴	71	10,28	2,65			
Sosyal Kaygı Ölçeği	Okuryazar ¹	67	95,78	23,41	6,506	0,000*	1,2,3>4
	İlkokul ²	205	87,16	22,41			
	Ortaokul ³	67	94,79	28,13			
	Lise ve üstü ⁴	71	80,55	23,56			
Kaygı Boyutu	Okuryazar ¹	67	50,36	12,84	3,789	0,0011*	1,2,3>4
	İlkokul ²	205	45,44	13,30			
	Ortaokul ³	67	48,81	15,36			
	Lise ve Üstü ⁴	71	43,52	15,38			
Kaçınma Boyutu	Okuryazar ¹	67	45,42	13,58	7,156	0,000*	1,2,3>4
	İlkokul ²	205	41,72	12,48			
	Ortaokul ³	67	45,99	15,47			
	Lise ve Üstü ⁴	71	37,03	10,91			

* $p<0,05$

Çizelge 19’a göre katılımcıların baba eğitim durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık

bulunmaktadır ($p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; baba eğitim durumu okuryazar olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanlarının diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Baba eğitim durumu lise ve üstü olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanlarının diğer katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Katılımcıların baba eğitim durumlarına göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı tamamlama alt boyut puanları, engellerle mücadele alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

N. Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılması

Kullanılan ölçekler ve alt boyutlarının yaşanılan yere göre karşılaştırılmasına ait bulgular Çizelge 20’de verilmiştir.

Çizelge 20 Kullanılan Ölçekler ve Alt Boyutlarının Yaşanılan Yere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	Yaşanan Yer	N	\bar{x}	SS	F	p	PostHoc
Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	Aile Evi ¹	181	89,35	12,19	14,397	0,000*	2>1,3
	Kendi Evi ²	48	96,63	12,00			
	Kira Ev ³	181	85,82	13,20			
Davranışa Başlama	Aile Evi ¹	181	32,67	4,99	12,482	0,000*	2>1,3
	Kendi Evi ²	48	35,13	4,68			
	Kira Ev ³	181	30,91	6,13			
Davranışı Sürdürme	Aile Evi ¹	181	27,07	4,96	10,646	0,000*	2>1,3
	Kendi Evi ²	48	29,83	4,07			
	Kira Ev ³	181	26,13	5,15			
Davranışı Tamamlama	Aile Evi ¹	181	19,73	4,29	3,836	0,022*	2>3
	Kendi Evi ²	48	20,81	4,13			
	Kira Ev ³	181	18,93	4,63			
Engellerle Mücadele	Aile Evi ¹	181	9,88	3,06	2,125	0,121	-
	Kendi Evi ²	48	10,85	3,17			
	Kira Ev ³	181	9,85	3,17			
Sosyal Kaygı Ölçeği	Aile Evi ¹	181	87,77	23,40	4,380	0,013*	3>2
	Kendi Evi ²	48	80,48	25,50			
	Kira Ev ³	181	91,74	24,33			
Kaygı Boyutu	Aile Evi ¹	181	46,14	14,15	3,833	0,022*	3>2
	Kendi Evi ²	48	41,79	13,89			
	Kira Ev ³	181	48,02	13,88			
Kaçınma Boyutu	Aile Evi ¹	181	41,63	12,33	3,088	0,047*	3>2
	Kendi Evi ²	48	38,69	13,51			
	Kira Ev ³	181	43,72	13,88			

* $p<0,05$

Çizelge 20'ye göre katılımcıların yaşadıkları yere göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanları, davranışı tamamlama alt boyut puanları, Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan posthoc testi sonucunda; yaşadığı yer kendi evi olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanlarının diğer katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşadıkları yer aile evi olan katılımcıların Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları, davranışa başlama alt boyut puanları, davranışı sürdürme alt boyut puanlarının yaşadıkları yer kira ev olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşadığı yer kendi evi olan katılımcıların davranışı tamamlama alt boyut puanlarının yaşadıkları yer kira olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yaşadıkları yer kira ev olan katılımcıların Sosyal Kaygı Ölçeği puanları, kaygı boyutu ortalama puanları, kaçınma boyutu puanlarının yaşadıkları yer kendi evi olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yaşadıkları yere göre Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

O. Ölçekler Arası İlişkilere Ait Bulgular

Kullanılan ölçekler arası ilişkilere ait bulgular Çizelge 21'de verilmiştir.

Çizelge 22 Ölçekler Arası İlişkilere Ait Bulgular

Ölçekler ve Alt Boyutları	1	2	3	4	5	6	7	8
Yaş	-0,139**	-0,111*	-0,047	-0,194**	-0,026	-0,115*	-0,109*	-0,095
1-Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği	1							
2-Davranışa Başlama	0,762**	1						
3-Davranışı Sürdürme	0,813**	0,618**	1					
4-Davranışı Tamamlama	0,646**	0,182**	0,278**	1				
5-Engellerle Mücadele	0,553**	0,108*	0,257**	0,486**	1			
6-Sosyal Kaygı Ölçeği	-0,284**	-0,377**	-0,304**	-0,007	-0,001	1		
7-Kaygı Boyutu	-0,198**	-0,290**	-0,225**	0,031	0,020	0,895**	1	
8-Kaçınma Boyutu	-0,310**	-0,382**	-0,318**	-0,045	-0,023	0,880**	0,575**	1

** $p<0,01$; * $p<0,05$

Çizelge 21'e göre araştırmada kullanılan ölçekler arasındaki ilişkiyi tespit etmek için yapılan korelasyon analizi sonucunda; katılımcıların yaşları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü

bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,139$; $p<0,01$).

Katılımcıların yaşları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışa başlama alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,111$; $p<0,05$).

Katılımcıların yaşları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı sürdürme alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamaktadır ($r:-0,047$; $p>0,05$).

Katılımcıların yaşları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışa tamamlama alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,194$; $p<0,01$).

Katılımcıların yaşları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü bir ilişki bulunmamaktadır ($r:-0,026$; $p>0,05$).

Katılımcıların yaşları ile Sosyal Kaygı Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,115$; $p<0,05$).

Katılımcıların yaşları ile Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,109$; $p<0,05$).

Katılımcıların yaşları ile Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma alt boyut puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır ($r:-0,095$; $p>0,05$).

Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları ile Sosyal Kaygı Ölçeği puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,284$; $p<0,01$).

Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları ile Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,198$; $p<0,01$).

Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği puanları ile Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,310$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışa başlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,377$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı sürdürme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,304$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı tamamlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal Kaygı Ölçeği puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışa başlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,290$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı sürdürme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,225$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı tamamlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaygı boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışa başlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,382$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı sürdürme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı, negatif yönlü bir ilişki bulunduğu görülmektedir ($r:-0,318$; $p<0,01$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği davranışı tamamlama alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal Kaygı Ölçeği kaçınma boyutu puanları ile Öz Etkililik-Yeterlik Ölçeği engellerle mücadele alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Sosyal kaygının öz etkililik-yeterlik üzerine etkisi Çizelge 22’de verilmiştir.

Çizelge 22 Sosyal Kaygının Öz Etkililik-Yeterlik Üzerine Etkisi

Bağımsız Değişken	Bağımlı Değişken: Öz Etkililik-Yeterlik								
	β	SH	Beta	t	p	F	Model (p)	R^2	Düzeltilmiş R^2
Sabit	102,176	2,343	-	43,607	0,000*	35,844	0,000*	0,081	0,079
Sosyal Kaygı	-0,153	0,025	-0,284	-5,987	0,000*				

Çizelge 22’ye göre araştırmada kullanılan katılım Sosyal Kaygı ölçeğinin Öz Etkililik-Yeterlik ölçeği üzerindeki etkisini araştırmak üzere basit regresyon analizi yapılmıştır. Yapılan regresyon analiz sonucuna göre, F değerine karşılık gelen anlamlılık seviyesine bakıldığında kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir ($F=35,844$; $p<0,05$). Bağımsız değişkene ait beta katsayı değerine, t değerine ve anlamlılık seviyesine bakıldığında; Sosyal Kaygının Öz Etkililik-Yeterlik üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir ($t=-5,987$, $p<0,05$). Öz Etkililik-Yeterlik üzerindeki değişimin %7,9’unun açıklandığı görülmektedir (Düzenlenmiş $R^2=0,079$). Sosyal Kaygıdaki 1 birimlik artış, Öz Etkililik-Yeterlik üzerindeki 0,153’lük azalışa ($\beta=-0,153$) neden olmaktadır.

VII. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

A. Tartışma

Bu bölümde İstanbul ili Bakırköy ilçesinde denetimli serbestliğe tabi olan 18-65 yaşları arasındaki 410 gönüllü katılımcıya sosyal kaygı düzeyleri ile özyeterlilik düzeyleri arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığının belirlenmesi amacıyla katılımcılara uygulanan Sosyal Kaygı Ölçeği, Öz Etkililik-Yeterlilik Ölçeği ve Demografik Form'dan elde edilen bulguların tartışması yapılmıştır. Küresel salgın Covid-19 sebebiyle çalışmadaki katılımcıların tamamı maddeyi bir kere kullanmış ya da kullanmaya teşebbüs etmiş bireylerden oluşmaktadır. Elde edilen bulgular oluşturulan hipoteze göre değerlendirilip ilgili alanyazın doğrultusunda tartışılarak sonuca ulaşılmıştır. Araştırmanın bu bölümü bulgular bölümündeki akışa göre incelenmiştir.

1. Ölçekler arası demografik formlara ait bulguların tartışılması

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 8)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle yaptığımız çalışmada denetimli serbestliğe tabi olan kadın ve erkeklerin öz yeterlik düzeyleri benzerlik göstermektedir. Mevcut çalışmadan farklı olarak Aktaş (2020) tarafından yapılan genel öz yeterlik ile benlik ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında erkeklerin genel öz yeterlik düzeylerinin kadınların genel öz yeterlik düzeylerinden daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu durumun erkeklerin iş ve sosyal hayatta daha aktif ilişkilerde bulunmalarından, kadınların ebeveyn ve çevre baskısına daha fazla maruz kalmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim Horney'e göre de bu farklılığın kaynağı biyolojik özelliklerden çok kültürel ve sosyal etmene dayanmaktadır (Akt. Burger, 2016). Bu çalışmanın sonucunda da farklılığın nedenini katılımcı grubunun çoğunluğunun erkeklerden olması olduğu düşünülebilir. Nitekim ataerkil bir toplumsal yapılanmada suç ve erkeklik arasında güçlü bağlar olduğu belirtilmiştir (Timurturkan vd., 2017). Uzun (2017) tarafından lise

öğrencilerinin madde bağımlılığından korunma özyeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre madde bağımlılığından korunmada kendilerini daha yeterli gördükleri, bir diğer ifadeyle erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre madde bağımlılığından kendilerini korumada daha yetersiz hissettikleri görülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyetleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 8)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle denetimli serbestliğe tabi olan kadın ve erkeklerin sosyal kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir. Sübaşı (2007) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin belirlenmesi çalışmasında da cinsiyet değişkeninin sosyal kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Benzer şekilde Temizel (2014) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerini etkileyen ailesel ve bilişsel faktörlerin belirlenmesi çalışmasında da cinsiyet değişkeninin sosyal kaygı düzeyini belirlemede etkili olmadığı görülmektedir. Bıyıklı (2019) tarafından yapılan yetişkin bireylerin sosyal kaygı, depresyon ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında da yetişkinlerin sosyal kaygı düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde cinsiyetin sosyal kaygının belirlenmesinde etkili olmadığı anlaşılmaktadır. Bu durumun hem erkeklerin hem de kadınların sosyal kaygıyı benzer şekilde hissetmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile benzerlik gösterdiğinden araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir. Bir başka ifadeyle madde kullanımından dolayı denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin cinsiyetleri dikkate alındığında kaygı düzeylerinin benzer olduğu olduğu ve ilgili alanyazında madde bağımlılığı ve cinsiyet değişkenlerinin kaygıya etkisine yönelik başka bir çalışma bulunmamasından dolayı elde edilen bulgunun ilgili alanyazına katkı sağladığı öngörülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin medeni halleri ile arasındaki ilişki özyeterlilik düzeyleri incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır (Çizelge 9). Bir diğer ifadeyle denetimli serbestliğe tabi olan evli ve bekâr bireylerin öz yeterlik düzeyleri benzerlik göstermektedir. Kulakçı, Ayyıldız, Emiroğlu ve Köroğlu (2012)

tarafından yapılan huzurevinde kalan yaşlıların öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da yaşlıların medeni durumlarının öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı görülmektedir. Parlar ve Yazıcı (2017) tarafından yapılan evli ve bekâr yetişkinlerin öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da bireylerin öz yeterlik düzeylerinin evli veya bekâr olmalarına göre farklılaşmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde medeni durumun yetişkin bireylerin öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı anlaşılmaktadır. Bu durumun araştırmaya katılan bireylerin medeni durumlarının homojen bir şekilde dağılmamasından dolayı sağlıklı bir karşılaştırma yapılamamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim araştırma bulgusunda da benzer bir durumdan söz edilebilmektedir. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin medeni halleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 9)'da denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile medeni halleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle denetimli serbestliğe tabi olan evli ve bekar bireylerin sosyal kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir. İlgili alanyazında madde kullanımına bağlı olarak denetimli serbestlik alan bireylerin kaygı düzeylerine yönelik yapılan benzer bir çalışma olmamasından dolayı genel özyeterlik ve medeni durum değişkenleri arasında yapılan çalışmalarla karşılaştırma yapılmıştır. Demir (1998) tarafından yapılan hükümlülerin psikiyatrik belirtilerinin belirlenmesi çalışmasında hükümlülerinin medeni durumları ile kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Özel (2012) tarafından yapılan Samsun E Tipi cezaevinde kalan hükümlülerin dindarlık ve kaygı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da evli ve bekâr olan hükümlülerin kaygı düzeylerinin benzer oldukları görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde mahkûmların medeni durumlarının sosyal kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı anlaşılmaktadır. Araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermektedir. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumları ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 10)'da denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bireylerin eğitim durumları arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı anlaşılmaktadır.

Kulakçı vd. (2012) tarafından yapılan huzurevinde kalan yaşlıların öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da üniversite mezunu olan yaşlıların öz yeterlik düzeyleri ve engellerle mücadele düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Uluslararası alanyazında yapılan çalışmalarda da eğitim durumunun öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkinin olduğu görülmektedir. Öyle ki Songh, Sohng ve Yeom (2002) tarafından yapılan Amerika’da yaşayan Korelilerin genel sağlık durumlarının ve özyeterlilik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında yaşların eğitim durumu arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Morowatisharifabad, Ghofranipour, Heidarnia, Ruchi ve Ehrampoush (2006) tarafından yapılan İran’daki yaşlıların genel sağlık durumları ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında da yaşlıların eğitim durumu ile öz yeterlik düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve yaşlıların eğitim durumu arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Öyle ki benzer durum farklı lise türlerine devam eden ergenler arasında da görülmektedir. Uzun (2017) tarafından lise öğrencilerinin madde bağımlılığında korunma özyeterlilik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında meslek lisesine devam eden öğrencilerin diğer öğrencilere göre madde kullanımına daha yatkın olabilecekleri ve özyeterliliklerinin daha düşük oldukları belirtilmektedir. Benzer şekilde Erdamar ve Kurupınar (2014) tarafından yapılan Bartın ilindeki lise öğrencilerinin madde bağımlılığı alışkanlıklarının belirlenmesi çalışmasında da meslek lisesine devam eden öğrencilerin madde bağımlılığına daha elverişli oldukları ve özyeterliliklerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Hem yurt içinde hem de yurt dışında yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde eğitim durumunun artmasının bireylerin öz yeterlik düzeylerinin artmasını sağladığı anlaşılmaktadır. Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermektedir. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumları ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 10)’da denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bireylerin eğitim durumları arttıkça sosyal kaygı düzeylerinin azaldığı anlaşılmaktadır. Çelikaslan (2018) tarafından yapılan 25-55 yaşları arasındaki bireylerin cinsiyet farklılıklarının sosyal kaygı ve benlik saygısı üzerindeki etkisinin belirlenmesi çalışmasında da bireylerin eğitim durumu ile sosyal kaygı düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve eğitim durumu arttıkça sosyal kaygı düzeyinin azaldığı

görülmektedir. Yılmaz (2020) tarafından yapılan 18-65 yaşları arasındaki bireylerin kişilerarası şema, tarz ve duygu ifade düzeylerinin sosyal kaygı düzeylerine etkisinin belirlenmesi çalışmasında da bireylerin eğitim durumunun artması sosyal kaygı düzeylerinin azalmasını sağladığı görülmektedir. Öyle ki yapılan çalışmada yüksek lisans mezunu olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin diğer eğitim durumundaki bireylere göre daha düşük olduğu görülmektedir. Özkapı (2021) tarafından yapılan 20-65 yaşları arasındaki yetişkinlerde sosyal medya kullanımının sosyal kaygı ve depresyon düzeyine etkisinin incelenmesi çalışmasında da doktora eğitim düzeyine sahip olan katılımcıların sosyal kaygı düzeylerinin ilköğretim mezunu olan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde yetişkinlerin eğitim durumunun artmasının sosyal kaygı düzeyini azalttığı anlaşılmaktadır. Çünkü eğitimin özellikle de yükseköğrenimin bireylerin yoğun şekilde sosyalleşmesini sağlamasından dolayı bireylerin iletişim becerilerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır (Gülle, 2018). Bu durumun da sosyal kaygı üzerinde önleyici bir etkisi olduğu düşünülmektedir. Bir diğer ifadeyle madde bağımlılığına bağlı olarak denetimli serbestlik uygulanan bireylerin eğitim durumlarının yüksek olması kaygı düzeylerini azaltmaktadır. Keleş (2013) tarafından yapılan madde kullanımına bağlı olarak denetimli serbestliğe tabi olan erkeklerin kaygı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da üniversite mezunu olan denetimli serbestlerin sosyal kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin gelir durumları ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bireylerin gelir durumları arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı anlaşılmaktadır (Çizelge 11). Yazıcı (2015) tarafından yapılan evli ve bekar yetişkinlerin öz yeterlik ve benlik saygısı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında bireylerin sosyoekonomik düzeylerine ilişki algılarının yüksek olmasının özyeterlilik düzeylerinin de artmasını sağladığı görülmektedir. Kök (2016) tarafından yapılan 18-65 yaşları arasındaki yetişkinlerin stresle başa çıkma ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında bireylerin aylık gelir durumu ile öz yeterlik düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve gelir durumları arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı görülmektedir. Uzun (2017) tarafından lise öğrencilerinin madde bağımlılığından

korunma özyeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da aile gelir durumu yüksek olan öğrencilerin madde bağımlılığından korunma özyeterlik düzeylerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde bireylerin aylık gelir durumunun arttıkça öz yeterlik düzeylerinin de arttığı anlaşılmaktadır. Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin gelir durumları ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 11)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile gelir durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve bireylerin gelir durumları arttıkça sosyal kaygı düzeylerinin azaldığı anlaşılmaktadır. Keleş (2013) tarafından yapılan madde kullanımına bağlı olarak denetimli serbestliğe tabi olan erkeklerin kaygı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında da madde bağımlılığından dolayı denetimli serbestliği bulunan bireylerin gelir durumunun artmasının kaygı düzeyini azalttığı görülmektedir. Şimşek (2019) tarafından yapılan 18-65 yaşları arasındaki yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemaların sosyal kaygı düzeylerine etkisinin belirlenmesi çalışmasında aylık geliri 1000 TL'nin altında olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin aylık geliri 5000 TL'nin üzerinde olan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Özkapı (2021) tarafından yapılan 20-65 yaşları arasındaki yetişkinlerde sosyal medya kullanımının sosyal kaygı ve depresyon düzeyine etkisinin incelenmesi çalışmasında aylık gelir durumu algısı düşük olan katılımcıların sosyal kaygı düzeylerinin aylık gelir durumu algısı yüksek olan katılımcılara göre göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde gelir durumunun artmasının sosyal kaygının azalmasını sağlayıcı bir etkisi olduğu anlaşılmaktadır. Gelir durumunun artması bireylerin sosyal etkileşime daha fazla katılmalarını sağladığından sosyal kaygının azalmasına yol açmaktadır (Gülle, 2018). Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin çalışma durumları ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 12)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile çalışma durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve çalışan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin çalışmayan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Mollaoğlu ve Bağ (2009) tarafından yapılan

hemodiyaliz tedavisi gören yetişkinlerin öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında çalışan bireylerin çalışmayan bireylere göre öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Karakaş (2015) tarafından yapılan 20-65 yaşları arasındaki kadınların öz yeterlik düzeyleri ile denetim odağı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında çalışan kadınların öz yeterlik düzeylerinin çalışmayan kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde çalışma durumunun genel özyeterliliğin bir yordayıcısı olduğu ve çalışan bireylerin çalışmayan bireylere göre öz yeterliğin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma hayatına dahil olan bireylerin kendilerini toplumda daha rahat ifade etmeleri ve kendi yaşamlarını yönetmede daha başarılı olmalarından dolayı öz yeterlikleri artmaktadır (Morowatisharifabad vd., 2006). Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesi ilgili alanyazın tarafından desteklendiğini düşündürmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin çalışma durumları ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile çalışma durumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle çalışan ve çalışmayan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir (Çizelge 12). Bıyıklı (2019) tarafından yapılan yetişkin bireylerin sosyal kaygı, depresyon ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında yetişkinlerin sosyal kaygı düzeyleri ile çalışma durumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Özkapı (2021) tarafından yapılan 20-65 yaşları arasındaki yetişkinlerde sosyal medya kullanımının sosyal kaygı ve depresyon düzeyine etkisinin incelenmesi çalışmasında da bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin çalışma durumuna göre farklılaşmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde bireylerin çalışıp çalışmamasının sosyal kaygı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı anlaşılmaktadır. Nitekim araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin meslekleri ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 13)'te denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile meslekleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve diğer mesleklerde çalışan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin işsiz olan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Kök (2016) tarafından yapılan 18-65 yaşları

arasındaki yetişkinlerin stresle başa çıkma ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında özel sektörde çalışan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin çalışmayan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Durmaz ve Ören (2017) tarafından yapılan öz yeterlilik ve özgüvenin işgücüne ve istihdama etkisinin belirlenmesi çalışmasında da girişimcilik ve liderlik özellikleri gerektiren mesleklerde çalışan bireylerin öz yeterliklerinin daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde işsiz olmayan ancak işçi olarak da çalışmayan bireylerin öz yeterliklerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin meslekleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile meslekleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve işçi olarak çalışan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin diğer mesleklerde çalışan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır (Çizelge 13). Ölmez, Ölmez, Keten, Kardeş, Sucaklı ve Çelik (2016) tarafından yapılan vücut kitle indeksi zayıf olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi çalışmasında mesleği devlet memuru/işçisi olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin ev hanımı olan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bıyıklı (2019) tarafından yapılan yetişkin bireylerin sosyal kaygı, depresyon ve internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında devlette işçi/memur olarak çalışan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin serbest meslekte çalışan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde kamuda çalışan bireylerin yaşadıkları sosyal kaygı düzeyinin diğer mesleklerde çalışan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin sosyal güvencelerinin olup olmaması ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 14)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile sosyal güvence durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve sosyal güvencesi olan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin sosyal güvencesi olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Genç, Şenol ve Kavaklı (2006) tarafından yapılan 12-18 yaşları arasında hemofili hastası olan bireylerin özyeterlilik düzeylerinin belirlenmesi

çalışmasında sosyal güvencesi olan bireylerin özyeterlilik düzeylerinin sosyal güvencesi olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Eyitmiş, Yıldız ve Durmuş (2020) tarafından yapılan çalışanların öz yeterlik ve motivasyonlarının çalışma yaşam kalitesi üzerindeki etkisinin belirlenmesi çalışmasında çalışma yaşamındaki motivasyonu belirleyen faktörlerden birisi olan sosyal güvence ile öz yeterlik arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve motivasyonun artmasının öz yeterliğin de artmasını sağladığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde sosyal güvencenin çalışan bireylerin öz yeterlik düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisi olduğu anlaşılmaktadır. Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermesinden dolayı desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin sosyal güvencelerinin olup olmaması ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile sosyal güvence durumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır (Çizelge 14). Bir diğer ifadeyle sosyal güvencesi olan ve olmayan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir. İlgili alanyazında araştırma bulgusuna ilişkin herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazına katkı sağladığı düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin çocuk durumu ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 15)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile çocuk durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve çocuğu olmayan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin çocuğu olan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Sergek ve Sertbaş (2006) tarafından yapılan Gaziantep SSK Hastanesi'nde görev yapan hemşirelerini öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında çocuk sahibi olmayan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin çocuk sahibi olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Huz (2019) tarafından yapılan kamuda görev yapan 1658 hemşirenin özyeterlilik algısının ve bireycilik ve toplumculuk değerlerinin yenilikçi davranışları üzerindeki etkisinin belirlenmesi çalışmasında da çocuk sahibi olmayan hemşirelerin öz yeterlik ve yenilikçilik düzeylerinin çocuk sahibi olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Toplumun bireyselliğe yönelmesiyle birlikte çocuk sahibi olmanın bireyleri kısıtlayan ve genel anlamda özyeterliliği azaltan bir durum olarak kabul

edilmesi çocuk sahibi olmaya ilişkin düşüncelere olumsuz bakılmasına neden olmuştur (Abbasi, vd., 2015). Araştırma bulgusunun da ilgili alanyazın ile paralellik göstermesinden dolayı ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin çocuk durumu ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile çocuk durumları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır (Çizelge 15). Buna rağmen çocuk sahibi olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin çocuk sahibi olmayan bireylere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. İlgili alanyazında araştırma bulgusunu destekleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazına ışık tuttuğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 16)'da denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile sahip oldukları çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve çocuğu olmayan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin 3 ve daha fazla çocuğu olan bireylere göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Özdemir (2019) tarafından yapılan 3-6 yaşları arasında çocuğa sahip olan 110 annenin öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında ebeveynlerin sahip oldukları çocuk sayısı arttıkça öz yeterlik düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Kıvanç (2020) tarafından yapılan 2-3 yaşları arasında çocuğu olan 200 annenin öz yeterlik algılarının belirlenmesi çalışmasında da annelerin sahip oldukları çocuk sayısı arttıkça öz yeterlik düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde çok çocuklu ailelerde görülen özyeterlilik düzeyi tek çocuklu ailelere göre daha düşüktür. Bu durumun çok çocuklu ailelerde algılanan sosyal ve ekonomik destek düzeyinin yetersiz olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Öyle ki aile içerisinde desteğin az olması ve ebeveynlerin olumsuz ruh haline sahip olması çocuk sayısı arttıkça daha belirgin olmaktadır (Bandura, 1995). Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile paralellik göstermektedir. Dolayısıyla araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin sahip oldukları çocuk sayısı ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile sahip oldukları çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır (Çizelge 16). Ancak sosyal kaygı alt boyutlarından olan kaçınma ile katılımcıların sahip oldukları çocuk sayısı arasında anlamlı bir farklılık

olduğu ve 1 çocuğu olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin çocuğu olmayanlara göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. İlgili alanyazında araştırma bulgusunu destekleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu doğrultuda araştırma bulgusunun ilgili alanyazına ışık tuttuğu düşünülmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin madde kullanımı ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 17)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile madde kullanımı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle madde kullanan ve kullanmayan bireylerin öz yeterlik düzeyleri benzerlik göstermektedir. Buna rağmen madde kullanmayan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin kullananlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. İlgili alanyazında da öz yeterlik inancının gelişmesi riskli davranışların başında gelen madde kullanımı, sigara ve alkol tüketiminin azalmasına yol açmaktadır (Li, Pentz, & Chou, 2002; Carpenter, & Howard, 2009). Araştırma bulgusunun ilgili alanyazın ile farklılık göstermesi araştırmaya katılan bireylerin tamamına yakınının madde kullanmamasından dolayı sağlıklı bir karşılaştırma yapılamamasından kaynaklanmaktadır. Bu doğrultuda sonraki çalışmalarda madde kullanımı ile ilgili değişkenin homojen olarak belirlenmesi sağlıklı bir karşılaştırma yapılmasını sağlayacaktır.

Araştırmaya katılan bireylerin madde kullanımı ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile madde kullanımı arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır (Çizelge 17). Bir diğer ifadeyle madde kullanan ve kullanmayan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri benzerlik göstermektedir. Tekin (2008) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeyleri ile alkolü kötüye kullanma ilişkisinin belirlenmesi çalışmasında öğrencilerin sosyal kaygı düzeyleri ile alkolü kötüye kullanma düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmektedir. Bayraktutan (2014) tarafından yapılan sosyal kaygı bozukluğu olan hastaların empati, aleksitimi, depresyon ve genel kaygı düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında ise sosyal kaygı bozukluğuna sahip olan hastaların büyük çoğunluğunun madde kullanmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde sosyal kaygı ve madde kullanımı ile ilgili olarak farklı görüşlerin olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan araştırmalardaki örneklemelerin homojen belirlenmemesinden dolayı bu farklılığın yaşandığı düşünülmektedir. Araştırma bulgusunun da bu doğrultuda ilgili alanyazın

tarafından kısmen desteklendiği düşünölmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin anne ve baba eğitim düzeyleri ile öz yeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 18-19)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile anne ve baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve annesi ve babası okuryazar olmayan bireylerin en az ilkokul mezunu olan bireylere göre öz yeterlik düzeylerinin daha düşük olduğu anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle anne ve babanın eğitim durumu arttıkça bireylerin özyeterlilik düzeyleri de artmaktadır. Coleman ve Karraker (2000) tarafından yapılan okul çağındaki çocukların annelerin ebeveyn özyeterlilik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında annelerin eğitim düzeyi arttıkça genel özyeterlilik düzeylerinin arttığđı görölmektedir. Benzer şekilde Kotil (2010) tarafından yapılan okul öncesi eğitime yeni başlayan çocukların sosyal uyum düzeyleri üzerinde annelerin ebeveyn öz yeterlik düzeylerinin etkisinin belirlenmesi çalışmasında da eğitim düzeyi lisans olan annelerin öz yeterlik düzeylerinin eğitim durumu okuma-yazma bilmeyen ve ilkokul mezunu olan annelere göre daha yüksek olduğu görölmektedir. Özdemir (2019) tarafından yapılan 3-6 yaşları arasında çocuğa sahip olan 110 annenin öz yeterlik düzeylerinin belirlenmesi çalışmasında anne eğitim düzeyi arttıkça bireylerin öz yeterlik düzeylerinin de arttığđı görölmektedir. Yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde ebeveynlerin eğitim durumunun artması genel özyeterlilik düzeyinin de arttığđını göstermektedir. Ailelerin çocuk gelişimine ilişkin bilgi ve becerilerinin artmasından dolayı ebeveyn olma konusunda kendilerini daha yeterli görmeleri bu durumun nedenini açıklamaktadır (Bandura, 1995). Araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile paralellik gösterdiğinden ilgili alanyazın tarafından desteklendiği düşünölmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin anne ve baba eğitim düzeyleri ile sosyal kaygđı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygđı düzeyleri ile anne ve baba eğitim düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve annesi ve babası okuryazar olmayan bireylerin en az ilkokul mezunu olan bireylere göre sosyal kaygđı düzeylerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır (Çizelge 18-19). Bir diğer ifadeyle anne ve babanın eğitim durumu azaldıkça bireylerin sosyal kaygđı düzeyleri de artmaktadır. Ak ve Kılıç (2016) tarafından yapılan tıp fakölteesi son sınıf öğrencilerinin sosyal kaygđı düzeylerinin belirlenmesinde cinsiyet ve anksiyete duyarlılığının etkisi çalışmasında anne eğitim

düzeyle ile sosyal kaygı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve anne eğitim düzeyle arttıkça sosyal kaygının azaldığı görölmektedir. İlgili alanyazın incelendiğinde ebeveynlerin eğitim düzeyle artmasının bireylerin sosyal kaygılarına yönelik koruyucu bir etkisi olduğu görölmektedir (Demir vd., 2013; Cheng, Zhang, & Ding, 2015). Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile benzerlik göstermektedir. Dolayısıyla araştırma bulgusunun ilgili alanyazın tarafından desteklendiğı düşünölmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin kaldıkları yer ile özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde (Çizelge 20)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin özyeterlilik düzeyleri ile kaldıkları yerleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve kendi evinde kalan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin diğerlerine göre daha yüksek olduğu, ayrıca aile evinde kalanların da kirada kalanlara göre öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Kendi konfor alanında kalan ve kendisini daha rahat hisseden bireylerin öz yeterliklerinin daha yüksek olacağı düşünöldüğünden araştırma bulgusunun da bu öngörüyü destekler nitelikte olduğu görölmektedir. Ancak ilgili alanyazında araştırma bulgusunu destekleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmadığından bu bulgusunun ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

Araştırmaya katılan bireylerin kaldıkları yer ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki incelendiğinde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile kaldıkları yerleri arasında anlamlı bir farklılık olduğu ve kirada oturanların sosyal kaygı düzeylerinin kendi evinde oturanlara göre daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır (Çizelge 20). Bireylerin kendi evinde oturması rahatlamalarını sağladığından kaygı düzeylerinin azalmasına yol açmaktadır. Buna rağmen ilgili alanyazında araştırma bulgusunu destekleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmadığından bu bulgusunun ilgili alanyazına katkı sağlayacağı düşünölmektedir.

2. Ölçekler arasındaki ilişkiye ait bulguların tartışılması

Araştırmaya katılan bireylerin öz yeterlik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasındaki incelendiğinde (Çizelge 21)'de denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile öz yeterlik düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle bireylerin öz yeterlik düzeylerinin artması sosyal kaygı düzeylerinin azalmasına yol açmaktadır. Alemdağ (2013) tarafından

yapılan öğretmen adaylarının sosyal öz yeterlik düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı ve fiziksel aktiviteye katılım düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında sosyal özyeterlilik ile sosyal görünüş kaygısı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Kılıç (2019) tarafından yapılan ortaokul öğrencilerinin öz yeterlik düzeyleri ile kaygı ve depresyon düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında da öğrencilerin genel öz yeterlik düzeyleri ile sosyal kaygı düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu ve öz yeterlik düzeyi arttıkça sosyal kaygı düzeyinin azaldığı görülmektedir. Benzer şekilde denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin genel özyeterlilik düzeyleri ile kaygı ve kaçınma alt boyutları arasında da negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu anlaşılmaktadır. Denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin özyeterlilik düzeyinin artması kaygı ve kaçınma düzeylerini azaltmaktadır. Arslan (2019) tarafından 871 sağlık meslek yüksekokulu öğrencisinin sosyal kaygı ve özyeterlilik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında da öğrencilerin genel öz yeterlik düzeyleri ile kaygı ve kaçınma alt boyutları arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Yapılan çalışmaların gerekçesi olarak sosyal kaygı yaşayanların kendilerine güvenme konusunda problem yaşamaları, kendilerini sürekli gergin ve mutsuz hissetmeleri ve sosyal çevrelerinde yer edinememeleri gösterilmektedir. Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazın ile paralellik göstermektedir. Dolayısıyla araştırma bulgusu ilgili alanyazın tarafından desteklenmektedir.

Araştırmaya katılan denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinin özyeterlilik düzeyleri üzerindeki etkisinin belirlenmesi amacıyla yapılan regresyon analizi (Çizelge 22)'de sosyal kaygı düzeylerinin genel özyeterlilik düzeyleri üzerinde negatif yönlü anlamlı bir etkisi olduğu ve bu etki gücünün %7,9 olduğu anlaşılmaktadır. Bir diğer ifadeyle denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeylerinde artış genel öz yeterlik düzeylerinde %7,9 oranında azalmaya yol açmaktadır. Palancı (2004) tarafından yapılan üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı problemleri ile baş edebilmelerinde gerçeklik terapisinin etkisinin belirlenmesi çalışmasında da öğrencilerin sosyal kaygı düzeylerinin artmasının öz yeterlik inançlarının azalmasına neden olduğu görülmektedir. Bireylerin sosyal kaygı yaşamaları toplum tarafından olumsuz değerlendirme korkusu yaşamalarından da kaynaklanabilmektedir. Kılınc (2017) tarafından yapılan 217 üniversite öğrencisinin öz yeterlik ve etkileşim düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi çalışmasında sosyal kaygının kişilerarası ilişkilerde problemlere neden olduğu ve öğrencilerin

özyeterlik düzeylerini olumsuz etkilediği görülmektedir. Yapılan çalışmalar genel olarak değerlendirildiğinde sosyal etkileşimi olumsuz etkileyen sosyal kaygının bireylerin öz yeterlik düzeylerini de olumsuz etkilediği ve sosyal kaygının artmasının bireylerin özyeterlik düzeylerini azalttığı görülmektedir. Nitekim araştırma bulgusu da ilgili alanyazınla paralellik göstermektedir. Bu hususta araştırma bulgusunun ilgili alanyazınla benzerlik gösterdiği düşünülmektedir.

B. Sonuç ve Öneriler

Araştırmanın sonuçlarına göre denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin sosyal kaygı düzeyleri ile öz yeterlik düzeyleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bireylerin demografik özelliklerine göre eğitim düzeylerinin öz yeterlik düzeyleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sosyal kaygı düzeyleri üzerinde ise olumsuz bir etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Aynı şekilde gelir durumunun da öz yeterlik düzeyleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu sosyal kaygı düzeyleri üzerinde ise olumsuz bir etkiye sahip olduğu anlaşılmıştır. Çalışma durumunun yalnızca öz yeterlik düzeyleri üzerinde etkisi olduğu ve bu etkinin çalışan bireylerin lehine olduğu anlaşılmıştır. Çalışmayanların öz yeterlik düzeylerinin düşük olduğu ancak işçi olarak çalışanların da sosyal kaygı düzeylerinin daha düşük olduğu anlaşılmıştır. Sosyal güvencenin yalnızca katılımcıların öz yeterlik düzeyleri üzerinde olumlu bir etkisi olduğu anlaşılmıştır. Çocuk sahibi olmanın katılımcıların öz yeterlik düzeylerini ve sosyal kaygı düzeyini arttırdığı belirlenmiştir. Ancak çok çocuk sahibi olmanın öz yeterlik düzeylerini olumsuz etkilediği ve hiç çocuğu olmayanlara göre öz yeterliklerinin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Annesi ve babası okuma yazma bilmeyen katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin daha düşük olduğu görülürken sosyal kaygı düzeylerinin ise daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların kendi evinde kalmasının öz yeterlik düzeyleri üzerinde arttırıcı bir etkisi olduğu belirlenmişken sosyal kaygı düzeylerinde ise azaltıcı bir etkisi olduğu belirlenmiştir.

Genel olarak değerlendirildiğinde ise denetimli serbestlik uygulamasına tabi olan bireylerin denetimli tedbirlik sonrası topluma uyum sağlarken yaşadıkları sosyal kaygı düzeyinin artmasının özyeterliklerini olumsuz etkilediği anlaşılmaktadır. Denetimli serbestliğin hüküm giyen bireylerin topluma yeniden kazandırılması ve hem kendisine hem sosyal çevresine hem de topluma verebilecekleri zararların önlenmesi amacıyla uygulanan bir madde olmasından dolayı yeniden topluma kazandırılacak bireylerin

kaygı ve özyeterlik düzeylerini belirlenmesi oldukça önem arz etmektedir. İlgili alanyazında madde kullanımına bağlı denetimli serbestlik uygulamasına tabi olan bireyler ile ilgili yapılan çalışmalar olsa da bireylerin topluma uyumlarını etkileyen kaygı ve özyeterlik düzeyleri ile herhangi bir çalışmaya rastlanmamaktadır. Bu hususta madde kullanımına bağlı olarak denetimli serbestlik uygulamasına tabi olan bireylerin kaygı ve özyeterlik düzeylerin belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmanın ilgili alanyazındaki boşluğu dolduracağı öngörülmektedir.

Elde edilen bulgular ışığında araştırmacılara ve uygulayıcılara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

- Araştırmanın örnekleme yalnızca İstanbul ili Bakırköy ilçesinde denetimli serbestliğe tabi olan 18-65 yaşları arasındaki bireylerle sınırlandırılmıştır. Araştırmanın evreni temsil gücünün artırılması ve genellenebilmesi için araştırmanın farklı bölgelerde tekrarlanması gerektiği düşünülmektedir.
- Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumları arttıkça öz yeterlik düzeylerinin arttığı ve sosyal kaygı düzeylerinin azaldığı görülmektedir. Bu doğrultuda denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin yeniden suça karışmaması için bilinçlendirilmeleri gerekmektedir. Eğitim seviyesinin artması bireylerin bilinçlenmesi açısından oldukça elverişlidir. Bu hususta bireylerin eğitim seviyesinin artırılması konusunda teşvik edici uygulamalar, kurslar, eğitimler planlanabilir.
- Araştırmaya katılan bireylerin öz yeterlik düzeylerinin artması sosyal kaygı düzeylerinin azalmasına yol açacaktır. Bu hususta denetimli serbestliğe tabi olan bireylerin yeterliklerinin artırılması için gerekli olan eğitsel, sosyal faaliyetlerin yapılması sosyal kaygı düzeyinin azaltılmasını sağlayabilir.

VIII. KAYNAKÇA

KİTAPLAR

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ, **DSM-5: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı**, 2013.

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ, **DSM-IV Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı**, Çev. E. Köroğlu, 4. Baskı, Ankara, Hekimler Yayın Birliği, 1994.

AMERİKAN PSİKİYATRİ BİRLİĞİ, **Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci Baskı (DSM-5), Tanı Ölçütleri Başvuru Elkitabı'ndan**, Çev. E. Köroğlu, Hekimler Yayın Birliği, Ankara, 2013.

ANTONY, M.M. & SWINSON, R.P., **The Shyness and Social Anxiety Workbook. Oakland**, New Harbinger Publications, Inc, 2010.

BANDURA, A., **Exercise of Personal and Collective in Changing Societies**. Ed. A. Bandura, Self-Efficacy in Changing Societies (pp 1-45). Cambridge, Cambridge University Press, 1995.

BANDURA, A., **Self-Efficacy in Changing Societies**, Cambridge: The Press Syndicate of the University of Cambridge, 1999.

BANDURA, A., **Self-efficacy in Changing Societies**, New York, Cambridge University Publish, 1995.

BANDURA, A., **Self-efficacy. Encyclopedia of Human Behavior**, Ed. VS Ramachauran, Academic Pres, New York, 1994.

BANDURA, A., **Self-Efficacy: The Exercise of Control**, New York, W.H. Freeman and Company, 1997.

BANDURA, A., **Socialfoundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory**, EnglewoodCliffs, NJ: Prentice-Hall, 1977.

BROWN, N.W., **Psikolojik Danışmanlar İçin Psiko-Eğitsel Gruplar Hazırlama ve Uygulama Rehberi**, Çev V. Yorğun, 1. Baskı, Anı Yayıncılık, Ankara, 2013.

- BURGER, J.M., **Kişilik**, Çev. İ. Deniz ve E. Sarıoğlu, İstanbul, Kaknüs Yayınları, 2016.
- BÜYÜKÖZTÜRK, Ş., **Veri Analizi El Kitabı**. Ankara, Pegem Akademi, 2011.
- CRAIN, W., **Theories of Development: Concepts and Applications**, New Jersey, Prentice Hall, 2000.
- ÇAKIR, M.A., **Sosyal Bilişsel Öğrenme Kuramı**. Alim Kaya (Ed.). Eğitim Psikolojisi (341-354). Ankara, Pegem Akademi, 2001.
- DEMEZ, G., KART, E., TİMURTURKAN, M., ERTAN, C., CANKURTARAN, S. & AKTİN, S., **Denetimli Serbestlikte Yeniden Sosyalleşme: Suç ve Dezavantajlılığın Sosyolojisi**, 1.Basım, İstanbul, Bağlam Yayınları, 2017.
- HAYRAN, M. & HAYRAN, M. **Sağlık Araştırmaları İçin Temel İstatistik**, Birinci Basım, Ankara, Omega Araştırma, 2011.
- IŞIK, E., **Nevrozlar**, Kent Matbaası, Ankara, 1996.
- KAMER, V.K., **Denetimli Serbestlik Kararlarının İnfazı**, Adalet Yayınevi, Ankara, 2007.
- KARASAR, N., **Bilimsel Araştırma Yöntemi**, Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul, 2007.
- KARASAR, N., **Bilimsel Araştırma Yöntemi**, Nobel Yayın Dağıtım, Ankara, 2011
- KARTOPU, S., **Öz yeterlilik Kimlik Duygusu & Dindarlık Eğilimi**, Gümüşhane, Gümüşhane Üniversitesi Yayınları, 2015.
- KAYA, A., BAŞ, A.U., ÇAKIR, M.A., ÇIRAK, Y., ÇİFTÇİ, N., DUY, B., ..., YONDEM, Z.D., **Eğitim Psikolojisi**, Ankara, Pegem A Yayıncılık, 2007.
- KORKMAZ, İ., "Sosyal Öğrenme Kuramı", Yeşilyaprak, B (Ed), **Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretim** (ss.218-238), Ankara, Pegem Akademi, 2009.
- KÖKNEL, Ö., **Kaygıdan Mutluluğa Kişilik**, 17. Basım, Altın Kitaplar, İstanbul, 2005.
- ÖGEL, K. & DOĞMUŞ, D., **Alkol ve Madde Bağımlılığında Kısa Girişimler**, HYB Yayınları, Ankara, 2008.

- ÖZGÜVEN, İ.E., **Psikolojik testler**, Ankara, Yeni Doğu Matbaası, Ankara, 1994.
- PAJARES, F., “Current Directions in Self-efficacy Research”, In M. Maehr and P. R. Pintrich (Eds.). **Advances in Motivation and Achievement**, pp.1-49, 2nd Edition, Greenwich, JAI Press, 2007.
- SCHUNK, H.D., **Learning Theories: An Educational Perspective**, Ohio, Pearson Merrill Prentice Hall, 2004.
- SELÇUK, Z., **Eğitim Psikolojisi**, Ankara, Nobel Akademik Yayıncılık, 2018.
- SENEMOĞLU, N., **Gelişim, Öğrenme ve Öğretim Kuramdan Uygulamaya**, Ankara, Yargı Yayınevi, 2013.
- URAL, A. & KILIÇ, İ., **Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi**, Genişletilmiş İkinci Baskı, Ankara, Detay Yayıncılık, 2006.

MAKALELER

- ABBASI, M.S., TARHINI, A., ELYAS, T. & SHAH, F., "Impact of Individualism and Collectivism Over The Individual's Technology Acceptance Behaviour: A Multi-Group Analysis Between Pakistan and Turkey", **Journal of Enterprise Information Management**, cilt 28, sayı 6, ss. 747-768, 2015.
- ARSLAN, A., “Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Kaygıları ve Genel Özyeterlik Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”. **International e-Journal of Educational Studies (IEJES)**, cilt 3, sayı 6, ss. 78-96, 2019.
- AŞKAR, P. & UMay, A., “İlköğretim Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Bilgisayarla İlgili Öz Yeterlik Algısı”, **Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi**, cilt 21, sayı 21, ss.1-8, 2001.
- BANDURA, A., "Self-Efficacy Mechanism In Human Agency”, **Amerikan Psikolog**, cilt 37, sayı 2, ss.122-147, 1982.
- BANDURA, A., “Self-Efficacy: Toward A Unifying Theory of Behavioral Change”, **Psychological Review**, vol 84, no 2, pp.191-215, 1977.
- BAYRAMKAYA, E., TOROS, F., & ÖZGE, C., “Ergenlerde Sosyal Fobi ile Depresyon, Öz Kavram ve Sigara Alışkanlığı Arasındaki İlişki”, **Klinik Psikofarmakoloji Bülteni**, cilt 15, sayı 4, ss.165-173, 2005.

- BECK, A.T., “The Evolution of the Cognitive Model of Depression and Its Neurobiological Correlates”, **American Journal of Psychiatry**, vol 165, no 8, pp.969–977, 2008.
- BÖGELS, S.M., VAN OOSTEN, A., MURIS, P., & SMULDERS, D., “Familial correlates of social anxiety in children and adolescents”, **Behaviour Research and Therapy**, vol 39, no 3, pp.273–287, 2001.
- CAFFERY, T. & ERDMAN, P., “Conceptualizing Parent-Adolescent Conflict: Applications from Systems and Attachment Theories”, **The Family Journal**, vol 8, no 1, pp.14–22, 2000.
- CARPENTER, C.M. & HOWARD, D., “Development of a Drug Use Resistance Self-Efficacy (DURSE) Scale”, **American Journal of Health Behavior**, vol 33, no 2, pp. 147-157, 2009.
- CASSIDY, S. & EACHUS, P., “Developing The Computer Self-Efficacy (CSE) Scale: Investigating The Relationship Between CSE, Gender And Experience With Computers”, **Journal of Educational Computing Research**, vol 26, pp.133-153, 2002.
- CHEN, G., GULLY, S.M. & EDEN, D., “Validation of a new general self-efficacy scale”, **Organizational Research Methods**, vol 4, p.62, 2001.
- CHENG, G., ZHANG, D. & DING, F., “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**, vol 61, no 6, pp. 569-576, 2005.
- COLEMAN, K.P. & KARRAKER, H.K., “Self-Efficacy and Parenting Quality: Findings and Future Applications”, **Developmental Review**, vol 18, pp. 47-85, 1997.
- COLEMAN, P.K. & KARRAKER, K.H., “Parenting Self-Efficacy Among Mothers of Schoolage Children: Conceptualization, Measurement and Correlates”, **Family Relations**, vol 49, no 1, pp. 13-24, 2000.
- ÇAM, S., SEVİMLİ, D. & YERLİKAYA, E., “Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Ölçeğine (ODKÖ) İlişkin Bir Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması”, **Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, 19 (1), 132-140, 2010.

- DEMİR, A., “Hükümlülerin Psikiyatrik Belirtiler Yönünden Değerlendirilmesi”, **Türk Psikolojisi Dergisi**, cilt 13, sayı 41, ss. 35-44, 1998.
- DEMİR, Ö.G., “Sosyal Fobinin Etiyolojisinin İncelenmesi Amacıyla Gerçekleştirilen Araştırmalara Genel Bir Bakış”, **Akademik İncelemeler**, cil 4, sayı 1, 102, 2009.
- DEMİR, T., ERALP DEMİR, D., TÜRKSOY, N., ÖZMEN, E. & UYSAL, Ö., “Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirliği”. **Düşünen Adam Dergisi**, cilt 13, sayı 1, ss.42–48, 2000.
- DEMİR, T., KARACETİN, G., DEMİR, D.E. & UYSAL, O., “Prevalance and Some Psychosocial Characteristics of Social Anxiety Disorder in an Urban Population of Turkish Children and Adolescent”, **European Psychiatry**, cilt 28, sayı 1, ss. 64-69, 2013.
- DİLBAZ, N., "Sosyal fobi", **Psikiyatri Dünyası**, cilt 1, sayı 1, 1997.
- DURMAZ, Ş. & ÖREN, K., “Özyeterlilik ve Özgüvenin İşgücü ve İstihdama Etkisine Bir Bakış”, **Aksaray Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, cilt 9, sayı 1, ss. 109-120, 2017.
- ERBAŞ, C., “Tarihi Gelişim İçinde Gözetimle Erteleme (Denetimli SerbestlikSursis Avec Mise À L'epreuve) ve Fransa'daki Uygulaması ile Konuya İlişkin Türk Ceza Kanunu Öntasarı Metinleri”, **I. Yargıtay Dergisi**, cilt 22, sayı 18, s.51, 1996.
- ERDAMAR, G. & KURUPINAR, A., “Ortaöğretim Öğrencilerinde Görülen Madde Bağımlılığı Alışkanlığı ve Yaygınlığı: Bartın İli Örneği”, **Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 16, sayı 1, s. 65-84, 2014.
- EREN-GÜMÜŞ, A., “Sosyal Kaygının Benlik Saygısına ve işlevsel Olmayan Tutumlara Göre Yordanması”, **Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi**, cilt 64, 2006.
- ERKAN, Z., “Sosyal Kaygı Düzeyi Yüksek ve Düşük Ergenlerin Ana Baba Tutumlarına İlişkin Nitel Bir Çalışma”, **ME. Üniversitesi Eğitim Fakültesi**, ss.120–133, 2002.

- EYİTMİŞ, A.M., YILDIZ, C. & DURMUŞ, A., “Özyeterlik ve Çalışma Yaşam Kalitesinin Motivasyon Üzerine Etkisi”, **Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi**, cilt 10, sayı 2, ss. 103-114, 2020.
- GENÇ, R.E., ŞENOL, S. & KAVAKLI, K., “Hemofili Hastası Adölesanların Özyeterlik Durumlarının İncelenmesi”, **Ege Pediatri Bülteni**, cilt 13, sayı 1, ss. 21-28, 2006.
- GIBSON, S.K., Social Learning (Cognitive) Theory and Implications for Human Resource Development. **Advances in Developing Human Resources**, vol 6, no 2, pp. 192-210, 2004.
- GÖZÜM, S. & AKSAYAN, S., “Öz-Etkililik-Yeterlik Ölçeği'nin Türkçe Formunun Güvenilirlik ve Geçerliliği”, **Atatürk Üniversitesi HYO Dergisi**, cilt 2, no 1, ss.21-34, 1999.
- HEIMBERG, R., LIEBOWITZ, M., JUSTER, H.R., SCHNEIER, F.R. & HORNER, K.J., “Psychometric properties of the Liebowitz Social Anxiety Scale”, **Psychological Medicine**, vol 29, 1999.
- HELVACI ÇELİK, F. & HOCAOĞLU, Ç., “Majör Depresif Bozukluk Tanımı, Etiyolojisi ve Epidemiyolojisi: Bir Gözden Geçirme”, **Journal Of Contemporary Medicine**, vol 6, no 1, pp. 51–66, 2016.
- HIGNETT, E. & CARTWITH-HATTON, S., “Observer Perspective in Adolescence: The Relationship with Social Anxiety and Age”, **Behavioral and Cognitive Psychotherapy**, pp.437–447, 2008.
- HOFMANN, S.G., HEINRICH, N. & MOSCOVITCH, D.A., “The Nature And Expression Of Social Phobia: Toward A New Classification”, **Clinical Psychology Review**, vol 24, no 7, pp.769–797, 2004.
- HUDSON, J.L. & RAPEE, R.M., “The Origins of Social Phobia”, **Behavior Modification**, vol 24, no 1, pp.102-130, 2000.
- İŞIKTAÇ, Y., “Ceza Adaleti Açısından Hapis Cezası ve Rehabilitasyon İlişkisi”, **İstanbul Üniversitesi Hukuk Fakültesi Mecmuası**, cilt LXXI, s.630, 2013.

- JAZAIERI, H., MORRISON, A.S., GOLDIN, P.R. & GROSS, J.J., “The Role of Emotion and Emotion Regulation in Social Anxiety Disorder”, **Curr Psychiatry Rep**, vol 46, 2015.
- KILINÇ, M., “Psikolojik İyi Oluşun Yordayıcıları Olarak Öz-Yeterlik ve Etkileşim Kaygısı”. **Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi**, sayı 13, ss. 207-216, 2017.
- KAMER, V.K., “Madde Bağımlılarının Rehabilitasyonunda Yeni Dönem Denetimli Serbestlik”, **Sesleniş Dergisi**, sayı 83, ss. 15-20, 2010.
- KOÇAK, O. & ALTUN, S., “Ceza İnfaz Kurumundaki Mesleki Eğitim Faaliyetlerinin Hükümlü İstihdamına Katkıları”, **Çalışma İlişkileri Dergisi**, cilt 1, sayı 1, s. 103, 2010.
- KUL, S., “Uygun İstatistiksel Test Seçim Kılavuzu/Guideline for Suitable Statistical Test Selection”, **Plevra Bülteni**, cilt 8, sayı 2, ss. 26-29, 2014.
- KULAKÇI, H., AYYILDIZ, K.T., EMİROĞLU, O.N. & KÖROĞLU, E., “Huzurevinde Yaşayan Yaşlıların Öz Yeterlilik Algılarının ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışlarının Değerlendirilmesi”, **Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksek Okulu Elektronik Dergisi**, cilt 5, sayı 2, ss. 53-64, 2012.
- KURBANOĞLU, S., “Öz Yeterlilik İnancı ve Bilgi Profesyonelleri İçin Önemi”, **Bilgi Dünyası**, cilt 5, sayı 2, ss.137-152, 2004.
- KURBANOĞLU, S., “Self-efficacy: A concept closely linked to information literacy and lifelong learning”, **Journal of Documentation**, vol 59, pp. 635-646, 2003.
- LENT, R.W. & HACKETT, G., “Career self-efficacy: Empirical status and future directions”, **Journal of Vocational Behavior**, vol 30, no 3, pp.347–382, 1987.
- LEVENT, B.A., UĞUZ, Ş., & AYDIN, H., “Sosyal Fobi: Etiyoloji, Klinik Gidiş, Komorbidite ve Tedavisi”, **Türkiye Klinikleri Dahili Tıp Bilimleri Dergisi Psikiyatri**, cilt 2, no 12, ss.26–29, 2006.
- LI, C., PENTZ, M.A. & CHOU, C.P., “Parental Substance Use as a Modifier of Adolescent Substance Use Risk”, **Addiction**, vol 97, no 12, pp. 1537-1550, 2002.

- MOLLAOĞLU, M. & BAĞ, E., “Hemodiyaliz Uygulanan Hastalarda Öz Yeterlilik ve Etkileyen Faktörler”, **Journal of İstanbul Faculty of Medicine**, cilt 72, sayı 2, ss. 37-42, 2009.
- MOROWATISHARIFABAD, M.A., GHOFRANIPOUR, F., HEIDARNIA, A., RUCHI, G.B. & EHRAMPOUSH, M.H., “Selfefficacy and Health Promotion Behaviors of Older Adults in Iran”, **Social Behavior and Personality**, vol 34, no 7, pp. 759-768, 2006.
- NEAL, J. & EDELMAN, R.J., “The Etiology of Social Phobia: Toward a Developmental Profile”. **Clinical Psychology Review**, no 23, pp. 761–786, 2003.
- ÖLMEZ, S., ÖLMEZ, E.Z., KETEN, H.S., KARDAŞ, S., SUCAKLI, M.H. & ÇELİK, M., “Vücut Kitle İndeksi Zayıf Olarak Tanımlanan Bireylerde Sosyal Kaygı”, **Mustafa Kemal Üniversitesi Tıp Dergisi**, cilt 7, sayı 27, ss. 33-44, 2016.
- ÖZEL, İ., “Mahkûmların Dindarlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi: Samsun Örneği”, **Akademik Araştırmalar Dergisi**, cilt 14, sayı 54, ss. 163-192, 2012.
- PAJARES, F., “Self-efficacy Beliefs in Academic Settings”, **Review of Educational Research**, vol 66, no 4, pp.543-578, 1996.
- PAJARES, F., “Self-Efficacy Beliefs, Motivation, and Achievement in Writing: A Review of The Literature”, **Reading and Writing Quarterly: Overcoming Learning Difficulties**, vol 19, pp. 139-58, 2003.
- PARLAR, H. & YAZICI, S.G., “Evli ve Bekar Yetişkinlerin Genel Öz Yeterlilik ve Benlik Saygılarının İncelenmesi”, **İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi**, cilt 16, sayı, 31, ss. 207-247, 2017.
- SERGEK, E. & SERTBAŞ, G., “SSK Hastanesinde Çalışan Hemşirelerin Sosyodemografik Özellikleri ve Öz-Etkililik, Yeterlilik Düzeyleri”, **Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi**, cilt 9, sayı 1, ss. 41-48, 2006.
- SHERER, M. & ADAMS, C., “Construct Validation Of The Self Efficacy Scale”, **Psychological Report**, vol 53, pp.899-902, 1983.

- SOHNG, K.Y., SOHNG, S. & YEOM, H.A., “Healthpromoting Behaviors of Elderly Korean Immigrants in the United States”, **Public Health Nursing**, cilt 19, sayı 4, ss. 294-300, 2002.
- SOYKAN, Ç., ÖZGÜVEN, H. & GENÇÖZ, T., “Liebowitz Social Anxiety Scale: The Turkish Version”. **Psychological Reports**, cilt 93, 2003.
- SUNGUR, M., “Fobik Bozukluklar”, **Psikiyatri Dünyası**, 1, 5–11, 1997.
- SÜBAŞI, G., “Üniversite Öğrencilerinde Sosyal Kaygıyı Yordayıcı Bazı Değişkenler”, **Eğitim ve Bilim**, cilt 32, sayı 144, ss. 3-15, 2007.
- TİMURTURKAN, M., DEMEZ, G., KART, E., ERTAN, C., CANKURTARAN, S. & AKTİN, S., "Hükümlü Olmanın Sosyal Tezahürleri: Sosyal Dışlanma, Damga ve Suç", **Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi**, cilt 9, sayı 20, ss.138-157, 2017.
- TURHAN, E., İNANDI, T., ÖZER, C. & AKOĞLU, S., “Üniversite Öğrencilerinde Madde Kullanımı, Şiddet ve Bazı Psikolojik Özellikler”, **Türkiye Halk Sağlığı Dergisi**, cilt 9, sayı 1, ss. 33-44, 2011.
- TÜRKÇAPAR, M.H., “Sosyal Fobinin Psikolojik Kuramı”, **Klinik Psikiyatri**, ss.247-253, 1999.
- USTA, İ. & ÖZTÜRK, H., “Denetimli Serbestlik”, **Ceza Hukuku Dergisi**, ss.2-5, 2010.
- VAN DINTHER, M., DOCHY, F. & SEGERS, M., “Factors Affecting Students’ Self-Efficacy In Higher Education”, **Educational Research Review**, vol 6, no 2, pp.95–108.
- WILLIAMS, D.M., “Outcome Expectancy and Self-Efficacy: Theoretical Implications of an Unresolved Contradiction”, **Personality and Social Psychology Review**, vol 14, no 4, pp.417–425.
- YAVUZ, H.A., “Denetimli Serbestliğin Türk Ceza Adalet Sistemindeki Tarihsel Gelişim Süreci”, **Türkiye Barolar Birliği Dergisi**, ss.317-342, 2012.
- YILDIRIM, F. & İLHAN, İ.Ö., “Genel Öz Yeterlilik Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması”, **Türk Psikiyatri Dergisi**, cilt 21, sayı 4, ss.301–308.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

DENETİMLİ SERBESTLİK VE YARDIM MERKEZLERİ İLE KORUMA KURULLARI KANUNU, (Erişim), <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2005/07/20050720-1.htm>, 29.10.2021

<https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.5237.pdf>, 02.11.2021.

PAJARES, F., “Overview of social cognitive theory and of self-efficacy”, 2002, (Erişim), <http://www.emory.edu/EDUCATION/MFP/eff.html>, 05 Mayıs 2021.

SCHWARZER, R. & FUCHS, R., Self-efficacy and health behaviors. To appear in: Conner M, Norman P. Predicting Health Behavior: Research and Practice with Social Cognition Models. Buckingham, Open University Press, 1995, (Erişim), trochim.human.cornell.edu/gallery/walkley/selfeff.htm-20k-, 05 Mayıs 2021.

TEZLER

AKTAŞ, M., “Obez Bireylerde Sosyal Kaygı Düzeyi ve Sosyal Kaygıyı Etkileyen Etmenler”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, 2019.

AKTAŞ, S., “Genel Özyeterlilik İle Benliğin Ayrışması ve Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, 2020.

ALEMDAĞ, S., “Öğretmen Adaylarında Fiziksel Aktiviteye Katılım, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Sosyal Öz Yeterlilik İlişkisinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi, 2013.

ALTIN, B., “Denetimli Serbestlikten Yararlanan Kişilerin İş ve Meslek İhtiyaçlarının İncelenmesi: Yalova İli Örneği”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yalova Üniversitesi, 2019.

BAYRAKTAR, B., “Denetimli Serbestlik Sistemi ve Bu Kavramın Ceza Adalet Sistemine Getirdiği Yenilikler”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, 2007.

- BAYRAKTUTAN, M., “Sosyal Anksiyete Bozukluğu Olan Hastalarda Empati Becerisi, Aleksitimi, Depresyon, Anksiyete Düzeyleri İle Sempatik Deri Yanıtı İlişkisi ve Tıbbi Tedavinin Etkileri”, (Yayımlanmamış tıpta uzmanlık tezi), Tıp Fakültesi, Pamukkale Üniversitesi, 2014.
- BIYIKLI, İ., “Yetişkin Bireylerde Depresyon ve Sosyal Kaygı Düzeyi ile İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Gelişim Üniversitesi, 2019
- ÇELİKASLAN, Z., “Cinsiyet Farklılıklarının Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Üzerine Etkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, 2018.
- DAĞDELEN, G., “Ankara İlinde Denetimli Serbestlik Yükümlülerinde Suç Tekrarı”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, 2017.
- DEMİRBAŞ, M., “Fen Bilgisi Öğretiminde Sosyal Öğrenme Teorisinin Öğrenme Ürünlerine Etkisinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gazi Üniversitesi, 2005.
- DIZMAN, Z.Ş., “Denetimli Serbestlik Altındaki Gençlerin Aile Yapıları ve Suça Yönelimleri Konusunda Nitel Bir Araştırma: İstanbul, Hasanpaşa Örneği”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, 2019.
- DUMAN, N., “Hakkında Denetimli Serbestlik Tedbiri Verilmiş Olan Uyuşturucu Madde Kullanan Hükümlülerde Psikosomatik Düşünce Biçiminin Rorschach Testi ile İncelenmesi”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, 2009.
- GÖKER, M., “Denetimli Serbestlik Tedbiri Altındaki Suça Sürüklenen Çocuk ve Gençlerin Sosyal Destek Algısı Ankara Denetimli Serbestlik Genel Müdürlüğü Örneği”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, 2015.
- GÖNÜL, E., Kimlik Statülerinin 22-30 Yaşlar Arasındaki Genç Yetişkinlerin Yaşadığı Kaygı Düzeyi ile İlişkisi, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, 2008.

- GÜLLE, T., “Benlik Saygısının, Algılanan Stres Durumu Üzerindeki Etkisi ve Sosyal Kaygı ve Kaçınmayla İlişkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Üsküdar Üniversitesi, 2018.
- GÜRPINAR, A., “Okul Yöneticilerinin Öz yeterliliklerine İlişkin Algılarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Fırat Üniversitesi, 2018.
- HUZ, S., “Hemşirelerin Özyeterlik Algısı, Bireycilik ve Toplumculuk Değerlerinin Yenilikçi Davranışlarına Etkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, 2019.
- ISRAEL, E., “Özdüzenleme Eğitimi, Fen Başarısı ve Öz Yeterlilik”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Dokuz Eylül Üniversitesi, 2007.
- İLGÜN, C., “Türk Hukukunda Denetimli Serbestlik ve Uygulamaları”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Güvenlik Bilimleri Enstitüsü, Polis Akademisi, 2010.
- KAHVECİ DÜZTAŞ, S., “Madde Kullanım Suçu ile Denetimli Serbestlik Kurumuna Yönlendirilen Kişilerin Profil Özellikleri ve Bağımlılık Şiddetlerinin Ölçülmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, 2011.
- KALE, M., “Türkiye’de Denetimli Serbestlik Sistemi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Cumhuriyet Üniversitesi, 2009.
- KALELİ, F., Öz yeterlilik ile Akademik Başarıya Güdülenme Arasındaki İlişki Ortaokul Öğrencileri Örneği. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Nişantaşı Üniversitesi, 2016.
- KARA, T., “Eski Hükümlülerin İstihdamında Yaşanılan Güçlükler ve İşkur’un Bu Konudaki Rolü”, (Yayımlanmamış uzmanlık tezi), Türkiye İş Kurumu Genel Müdürlüğü, 2014.
- KARAKAŞ, B., “20-65 Yaş Arası Kadınlarda Denetim Odağı ve Öz-Yeterlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, 2015.

- KELEŞ, D.Ö., “Yasa Dışı Madde Kullanımı Nedeniyle Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Erkek Ergen ve Yetişkin Bireylerin Kaygı ve Depresyon Durumlarının Değerlendirilmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Madde Bağımlılığı, Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü, Ege Üniversitesi, 2013.
- KESGİN, E., “Okul Öncesi Eğitim Öğretmenlerinin Öz Yeterlilik Düzeyleri ile Problem Çözme Yaklaşımlarını Kullanma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Pamukkale Üniversitesi, 2006.
- KIVANÇ, R., “24-36 Aylık Çocuğu Olan Annelerin Özyeterlilik Algıları ve Çocuk Yetiştirme Tutumları İle Çocuğun Motor Gelişimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, 2020.
- KOTİL, Ç., “Okul Öncesi Eğitim Kurumuna Yeni Başlayan 5 Yaş Çocukların Sosyal Duygusal Uyum Düzeylerine Annenin Ebeveyn Öz Yeterlilik Algısı ile Okul Beklentilerine Uyum Düzeyinin Etkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, 2010.
- KÖK, O., “Yetişkin Bireylerde Stresle Başa Çıkma Düzeyleri ile Öz Yeterlilik Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Haliç Üniversitesi, 2016.
- MÜFTÜOĞLU, D., “Denetimli Serbestlik Sürecindeki Hükümlülerin Uyumsal Süreçlerinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Maltepe Üniversitesi, İstanbul, 2009.
- ÖZDEMİR, G., “Annelerin 3-6 Yaş Çocuklarına Sağladıkları Ev Ortamının Uyarıcılığı ile Ebeveyn Öz Yeterlilik Düzeyi Arasındaki İlişki”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hacettepe Üniversitesi, 2019.
- ÖZDEMİR, M., “Denetimli Serbestliğe Tabii Hükümlülerin İş Sağlığı Vegüvenliği Kültürünün Yerleşikliğinin İstatistiksel Analizi: Gaziantep Örneği”, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Hasan Kalyoncu Üniversitesi, 2020.

- ÖZDEMİR, M., “Denetimli Serbestlik Tedbiri Olan Hükümün Açıklanmasının Geri Bırakılması ve Uygulaması”, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, 2011.
- ÖZERKAN, E., “Öğretmenlerin Öz-Yeterlik Algıları ile Öğrencilerin Sosyal Bilgiler Benlik Kavramları Arasındaki İlişki”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trakya Üniversitesi, 2007.
- ÖZKAPI, M., “Yetişkinlerde Sosyal Medya Kullanımının Depresyon ve Sosyal Kaygı Düzeyleri ile İlişkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul Kent Üniversitesi, 2021.
- PALANCI, M., “Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Problemlerini Açıklama Ve Gidermeye Yönelik Gerçeklik Terapisi Oryantasyonlu Bir Yardım Modelinin Geliştirilmesi”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon, 2004.
- SAHRANÇ, Ü., “Stres Kontrolü, Genel Öz-Yeterlik, Durumsal Kaygı ve Yaşam Doyumuyla İlişkili Bir Akış Modeli”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, 2007.
- SAVAŞ, A., “Adli Vergi Cezalarında Denetimli Serbestlik Sistemi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, AfyonKocatepe Üniversitesi 2011.
- SAY, M., “Fen Bilgisi Öğretmenlerinin Öz-Yeterlilik İnanışları”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Marmara Üniversitesi, 2005.
- ŞİMŞEK, Z.D., “Yetişkin Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Arel Üniversitesi, 2019.
- TEKİN, M., “Üniversite Öğrencilerinde Bilişsel Model Çerçevesinde Sosyal Anksiyete Bozukluğu ve Alkol Kötüye Kullanımı İlişkisi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, 2008.
- TEMİZEL, S., “Üniversite Öğrencilerinden Sosyal Kaygıyı Yordayan Ailesel ve Bilişsel Faktörler”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ege Üniversitesi, 2014.

- TURAN, A.F., “Üniversite Öğrencilerinin İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalarını Yordamada Yalnızlık, Benlik Saygısı, Yaş, Cinsiyet ve Romantik İlişki Yaşama Durumunun Rolü”, (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Anadolu Üniversitesi, 2010.
- UZEL, A., “Öğretmen ve Okul Yöneticilerinin Yabancı Dile Yönelik Öz yeterlilik Algılarının ve Öğrenme ihtiyaçlarının Belirlenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yeditepe Üniversitesi, 2009.
- UZUN, S., “Lise Öğrencilerinin Madde Bağımlılığı Profilleri, Madde Bağımlılığından Korunma Konusundaki Öz Yeterlikleri ve Önleme Konusundaki Görüşleri”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, 2017.
- YAVAŞ, T., “Ortaöğretim Okul Yöneticileri ve Öğretmenlerinin Öğrenilmiş Çaresizlik, Tükenmişlik ve Öz-Yeterlik Algılarının Örgütsel Öğrenme Düzeylerine Etkileri”, (Yayımlanmamış doktora tezi), Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Fırat Üniversitesi, 2012.
- YAZICI, S.G., “Evli ve Bekar Yetişkinlerin Genel Öz Yeterlik ve Benlik Saygılarının İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Ticaret Üniversitesi, 2015.
- YILMAZ, R., “Kişilerarası Şema, Kişilerarası Tarz ve Duygu İfade Etme Açısından Sosyal Kaygının İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, 2020.
- YURTSEVEN, S., “30.12.2005–15.06.2007 Tarihleri Arasında İstanbul Kadıköy Denetimli Serbestlik ve Yardım Merkezi Şube Müdürlüğünde İşlem Gören Dosyaların Retrospektif İncelenmesi”, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul Üniversitesi, 2008.

DİĞER KAYNAKLAR

- AÇIK CEZA İNFAZ KURUMLARINA AYRILMA YÖNETMELİĞİNDE DEĞİŞİKLİK YAPILDIĞINA DAİR YÖNETMELİK, Resmî Gazete, 22.02.2017.

ADALET BAKANLIğI CEZA VE TEVKİFEVLERİ GENEL MÜDÜRLÜğÜ
DENETİMLİ SERBESTLİK VE YARDIM HİZMETLERİNDEN
SORUMLU DAİRE BAŞKANLIğI: “Türk Denetimli Serbestlik
Hizmetlerinde Çocuklar ve Mağdurlarla İlgili Çalışmaların Geliştirilmesi AB
Eşleştirme Projesi” Kapanış Töreni, Ankara, 2010.

CEZA VE GÜVENLİK TEDBİRLERİNİN İNFAZI HAKKINDA KANUN, Resmî
Gazete, 5275, 29.12.2004.

DENETİMLİ SERBESTLİK HİZMETLERİ KANUNU, T. C. Resmî Gazete, 25881,
2005.

DENETİMLİ SERBESTLİK HİZMETLERİ YÖNETMELİğİ, T.C. Resmî Gazete,
28578, 2013.

DENETİMLİ SERBESTLİK HİZMETLERİ YÖNETMELİğİ, T. C. Resmî Gazete,
31655, 2021.

DENETİMLİ SERBESTLİK VE YARDIM MERKEZLERİ İLE KORUMA
KURULLARI YÖNETMELİğİ, T. C. Resmî Gazete, 26029, 2005.

DENETİMLİ SERBESTLİK VE YARDIM MERKEZLERİ İLE KORUMA
KURULLARI YÖNETMELİğİ, T. C. Resmî Gazete, 26497, 2007.

EKLER

Ek 1 Etik Kurul İzni

Ek 2 Araştırma Uygulama İzni

Ek 3 Sosyo-Demografik Özellikler Formu

Ek 4 Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Ek 5 Öz Etkililik- Yeterlilik Ölçeği

Ek 6 Ölçek İzinleri

Ek 7 Yayın İzin Dilekçesi

Ek 8 Etik Onay Formu

Ek 1 Etik Kurul İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 27.05.2021-12875



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-88083623-020-12875
Konu : Figen KARAKAYA'nın Anket Onayı
hk. (Elden Takip)

27.05.2021

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Enstitümüz Y1995.273007 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Figen KARAKAYA'nın "Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve Özyeterlilik Algısının İncelenmesi: İstanbul-Bakırköy İlçesi Örneği" adlı tez çalışması gereği anket sorularını uygulamak istemektedir. İlgili öğrencinin anket uygulaması hususunda T.C. Adalet Bakanlığı Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürlüğünden gerekli iznin sağlanması hususunda gereğini arz ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Alper FİDAN
Müdür Yardımcısı

- Ek:
1- Figen KARAKAYA'nın Etik Kurul İzni Hk. (24 sayfa)
2- 2021_5 Etik Kurul Kararı (7 sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BSEDMYMUZ Pin Kodu : 91113 Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-uni/veritabi-ebys/>
Adres : Bayındır Mah. İnönü Cad. No:38 Şişliköy , 34295 Kağıtöğrence / İSTANBUL Bilgi için : Tuğba SUNBEETCI
Telefon : 444 1 428 Uzmanı : Yarı İşleri Uzmanı
Web : <http://www.aydin.edu.tr/> Tal No : 31002
Kap Adresi : aa.yazisleri@iaa.ba03.kap.tr





T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : E-88083623-020-10497
Konu : Figen KARAKAYA'nın Etik Kurul İzni
Hk.

27.05.2021

SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU BAŞKANLIĞINA
Sayın Dr. Öğr. Üyesi Gülşah DURMUŞ

Enstitümüz Y1995.273007 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Figen KARAKAYA'nın "Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve Özyeterlilik Algısının İncelenmesi: İstanbul-Bakırköy İlçesi Örneği" adlı tez çalışması gereği anket sorularını uygulamak istemektedir. İlgili öğrencinin anketinin etik kurul iznin sağlanması hususunda gereğini arz/rica ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Alper FİDAN
Müdür Yardımcısı

Ek: FİGEN KARAKAYA ANKET (23 sayfa)



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Personel Daire Başkanlığı

Sayı : E-54167746-044-13206
Konu : Figen KARAKAYA'nın Anket Onayı
hk. (Elden Takip)

02.06.2021

T.C. ADALET BAKANLIĞI
Ceza ve Tevkif Evleri Genel Müdürlüğü
Hacı Bayram Mahallesi Ağah Efendi Caddesi No:70/1 Altındağ/ ANKARA

İlgi : 27.05.2021 tarihli ve 12875 sayılı yazı.

Enstitümüz Y1995.273007 numaralı Psikoloji Anabilim Dalı Psikoloji tezli yüksek lisans programı öğrencilerinden Figen KARAKAYA'nın "Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve Özyeterlilik Algısının İncelenmesi: İstanbul-Bakırköy İlçesi Örneği" adlı tez çalışması gereği, Üniversitemiz Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Komisyon onayı alınmış anket sorularını Bakanlığımıza bağlı ekte sunulan Anket uygulama İzin Formunda yer alan kuruma uygulamak istemektedir.

Adı geçen yüksek lisans öğrencisine yapacağı anket çalışmaları için gerekli iznin verilmesini saygı ile rica ederim.

Prof. Dr. Yadigar İZMİRLİ
Rektör

Ek:ilgi yazı örneği (32 sayfa)

Ek 2 Araştırma Uygulama İzni

T.C.
ADALET BAKANLIĞI
Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü

Sayı : 46985942-789/E.186/74085
Konu : Tez İzin Talebi

06.08.2021

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi :03.08.2021 tarihli dilekçe.

İlgi dilekçe ve eki ile; İstanbul Aydın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Öğrencisi olan Figen KARAKAYA'nın Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER'in danışmanlığında yürüttüğü "Denetimli Serbestlik Tedbirine Tabi Tutulan Kişilerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ve Özyeterlilik Algısının İncelenmesi İstanbul Bakırköy İlçesi Örneği" başlıklı yüksek lisans tezi çalışması kapsamında 20 Ağustos-20 Eylül 2021 tarihleri arasında Bakırköy Denetimli Serbestlik Müdürlüğünde denetimli serbestlik tedbiri uygulanan 410(dörtüzyüz) yükümlüye ilgi dilekçe ekinde gönderilen anket ve ölçeklerin uygulanabilmesi için izin talebinde bulunulmuştur.

Söz konusu yazı ve ekleri incelenmiş olup, Figen KARAKAYA'nın Dr. Öğr. Üyesi Engin EKER'in danışmanlığında ses kaydı ve görüntü alınmaması, kimlik bilgilerinin gizli tutulması ve bilgilerin basınla paylaşılmaması, çalışma esnasında müdürlüğün işlerinin aksatılmaması, anketlerin uzaktan erişim yoluyla uygulanması, bu durumun mümkün olmaması halinde pandemi ve güvenlik tedbirleri çerçevesinde çalışmanın gerçekleştirilmesi, tez çalışmasının jüriye sunulmadan Ceza ve Tevkifevleri Genel Müdürlüğü'ne gönderilmesi ve Genel Müdürlükten onay alınmadan çalışmanın hiçbir şekilde kullanılmaması ve yayınlanmaması koşullarıyla Bakırköy Denetimli Serbestlik Müdürlüğüne bağlı olan 410 (dörtüzyüz) yükümlüye söz konusu form ve ölçeklerin uygulanması uygun bulunmuştur.

Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Aiçeren ÖZTÜRK
Hâkim
Bakan a.
Daire Başkan

Gereği:
Bakırköy Denetimli Serbestlik Müdürlüğü

Bilgi İçin:
İstanbul Aydın Üniversitesi Rektörlüğü

Bu belge, güvenli elektronik imza ile korulanmıştır.

Denetimli Serbestlik Daire Başkanlığı
Koruma Kurulunca ve Mağdur Destek Hizmetleri Şube Müdürlüğü
Hacı Beyazıt Mah. , Ağaç Elineği Sok. No:70/1 06050 Altındağ-ANKARA
Telefon: (0312) 507 04 54 Faks: (0312) 225 97 44 e-posta: da.kkkndham@adalet.gov.tr Elektronik Ağ: www.cts.adalet.gov.tr
Ayrıntılı bilgi için irihab: Zilbeyde CANLI

UYAP R24qin: Sitenizdeki bu dokümana http://vatanada.uyap.gov.tr adresinden V5C181s - /ixQ1om - 6N1K34W - Hr8AI4= ile erişebilirsiniz.

Ek 3 Sosyo-Demografik Özellikler Formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket formu İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Yüksek Lisans Programı kapsamında gerçekleştirilen tez çalışmasına veri sağlamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu çalışmada sizden herhangi bir kimlik bilgisi alınmayacaktır. Vermiş olduğunuz yanıtlar sadece bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Soruları dikkatlice okuyup size en uygun cevabı işaretleyiniz.

Katılımınız için teşekkür ederim.

1. Yaşınız:
2. Cinsiyetiniz: a) Kadın b) Erkek
3. Medeni Haliniz: a) Evli b) Bekâr
4. Eğitim Düzeyiniz: a) İlköğretim b) Ortaöğretim c) Yükseköğretim
5. Gelir durumunuzu nasıl değerlendiriyorsunuz?
a) İyi b) Orta c) Kötü
6. Çalışma durumunuz nedir? a) Çalışıyor b) Çalışmıyor
7. Mesleğiniz nedir?
a) Ev Hanımı b) İşçi c) Memur d) Emekli
e) İşsiz f) Diğer (açıklayınız):
8. Sosyal güvencesiniz var mı? a)Var b) Yok
9. Çocuğunuz var mı? Kaç çocuğunuz var?
10. Madde kullanıyor musunuz? a) Evet b) Hayır
11. Madde kullanıyorsanız ne kadar süredir tedavi sürecine başladınız?
12. Şu anda kullandığınız herhangi bir ilaç var mı? a) Evet b) Hayır
13. Evet ise hangileri olduğunu belirtiniz:
14. Anne Eğitim Durumu:
15. Baba Eğitim Durumu:
Şuanda nerede yaşıyorsunuz? a) Ev b) Yurt c) Diğer

Ek 4 Liebowitz Sosyal Kaygı Ölçeği

Lütfen aşağıdaki formu dikkatle okuyun.

Sol kolundaki durumlarda duyduğunuz kaygının şiddetine göre, 1 ile 4 arasında puan verin. Sağ kolunda aynı durumlar tekrar sıralanmıştır. Bu defa bu durumlardan kaçınıyorsanız, kaçınmanın şiddetine göre yine 1 ile 4 arasında puan verin. Puanlamayı aşağıdaki tariflere göre yapın.

Kaygı

- 1: Yok ya da çok hafif
- 2: Hafif
- 3: Orta derecede
- 4: Şiddetli

Kaçınma

- 1: Kaçınma yok ya ender
- 2: Zaman zaman kaçınıyorum
- 3: Çoğunlukla kaçınıyorum
- 4: Her zaman kaçınıyorum

Kaygı	Puan	Kaçınma	Puan
1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak.		1. Önceden hazırlanmaksızın bir toplantıda kalkıp konuşmak.	
2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak.		2. Seyirci önünde hareket, gösteri ya da konuşma yapmak.	
3. Dikkatleri üzerinde toplamak.		3. Dikkatleri üzerinde toplamak.	
4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak.		4. Romantik veya cinsel bir ilişki kurmak amacıyla birisiyle tanışmaya çalışmak.	
5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak.		5. Bir gruba önceden hazırlanmış sözlü bilgi sunmak.	
6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek.		6. Başkaları içerdeyken bir odaya girmek.	
7. Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak.		7. Kendisinden daha yetkili biriyle konuşmak.	
8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek.		8. Satın aldığı bir malı ödediği parayı geri almak üzere mağazaya iade etmek.	
9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi.		9. Çok iyi tanımadığı birisine fikir ayrılığı veya hoşnutsuzluğun ifade edilmesi.	
10. Gözlendiği sırada çalışmak.		10. Gözlendiği sırada çalışmak.	
11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak.		11. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle yüz yüze konuşmak.	
12. Bir eğlenceye gitmek.		12. Bir eğlenceye gitmek.	
13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak.		13. Çok iyi tanımadığı birisinin gözlerinin içine doğrudan bakmak.	
14. Umumi yerlerde yemek yemek.		14. Umumi yerlerde yemek yemek.	
15. Gözlendiği sırada yazı yazmak.		15. Gözlendiği sırada yazı yazmak.	
16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak.		16. Çok iyi tanımadığı bir kişiyle telefonla konuşmak.	
17. Umumi yerlerde yemek yemek.		17. Umumi yerlerde yemek yemek.	
18. Evde misafir ağırlamak.		18. Evde misafir ağırlamak.	
19. Küçük bir grup faaliyetine katılmak.		19. Küçük bir grup faaliyetine katılmak.	
20. Umumi yerlerde bir şeyler içmek.		20. Umumi yerlerde bir şeyler içmek.	
21. Umumi telefonları kullanmak.		21. Umumi telefonları kullanmak.	
22. Yabancılarla konuşmak.		22. Yabancılarla konuşmak.	
23. Satış elemanlarının yoğun baskısına karşı koymak.		23. Satış elemanlarının yoğun baskısına karşı koymak.	
24. Umumi tuvalete idrar yapmak.		24. Umumi tuvalete idrar yapmak.	

Ek 5 Öz Etkililik- Yeterlilik Ölçeği

Aşağıda herhangi bir durumda insanların nasıl davranacaklarını ve düşüneceklerini anlatan 23 ifade vardır. Lütfen her bir maddeyi dikkatle okuyarak o maddede yer alan ifadenin size ne derece uygun olduğuna karar veriniz. Verdiğiniz karara göre aşağıdaki ölçeği dikkate alarak yandaki rakamlardan uygun olanı yuvarlak içine alınız.

No	Maddeler	Beni Hiç Tanımlamıyor (1)	Beni biraz tanımlıyor (2)	Kararsızım (3)	Beni İyi Tanımlıyor (4)	Beni Çok İyi Tanımlıyor (5)
1	Yaptığım planları, gerçekleştireceğimden eminim.					
2	Yapmam gereken bir işe girişememe gibi bir problemim vardır.					
3	Bir işi bir seferde yapamıyorsam, yapıncaya kadar devam ederim.					
4	Kendim için önemli hedefler koyduğumda, nadiren başarırım.					
5	İşleri yapıp sonuçlandırmadan yapmaktan vazgeçerim.					
6	Zorluklarla karşılaşmaktan kaçınırım.					
7	Bazı işler çok karışık görünüyorsa yapmak için sıkıntıya girmem.					
8	Hoşlanmadığım ancak yapmam gereken işler varsa bitirinceye kadar devam ederim.					
9	Bir şeyi yapmaya karar verdiğimde onun üzerinde çalışmaya devam ederim.					
10	Yeni bir şeyler öğrenmeye çalıştığımında, başlangıçta başarılı olamazsam hemen vazgeçerim.					
11	Beklenmedik problemler çıktığında üzerinde fazla durmam.					
12	Benim için zor göründüklerinde, yeni şeyler öğrenmek için çaba göstermekten kaçınırım.					
13	Başarısızlık beni daha çok teşvik eder.					
14	Bir şeyleri yapabilme konusunda kendime fazla güvenmem.					
15	Ben kendime güvenen bir insanım.					
16	Kolaylıkla vazgeçerim.					
17	Hayatta ortaya çıkan problemlerin üstesinden gelme yeteneğini kendimde bulamam.					
18	Yeni arkadaş edinmek benim için zordur.					
19	Tanışmak istediğim birisini görürsem, onun bana gelmesini beklemek yerine ben giderim.					
20	Arkadaşlık kurulması güç, ilginç biriyle tanışırsam, o kişiyle arkadaş olmaktan hemen vazgeçerim.					
21	Bana ilgi göstermeyen birisiyle arkadaş olmaya çalıştığımında kolaylıkla vazgeçmem.					
22	Sosyal toplantılarda kendimi rahat hissetmem.					
23	Arkadaşlarımla, arkadaş edinmede kişisel yeteneklerimi kullanırım.					

Ek 6 Ölçek İzinleri

Ek 7 Yayın İzin Dilekçesi

T.C.
ADALET BAKANLIĞI
Ceza ve Tevkifevleri Genel M¼d¼rl¼Đ¼

Sayı :E-46985942-204.04-72/28979
Konu :Tez Yayın İzin Talebi

01.03.2022

Sayın Figen KARAKAYA

Ek 8 Etik Onay Formu

Evrak Tarih ve Sayısı: 24.05.2021-12386



T.C.
İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı :E-88083623-020-12386
Konu : Etik Onayı Hk.

24.05.2021

Sayın Figen KARAKAYA

Tez çalışmanızda kullanmak üzere yapmayı talep ettiğiniz anketiniz İstanbul Aydın Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 04.05.2021 tarihli ve 2021/05 sayılı kararıyla uygun bulunmuştur.
Bilgilerinize rica ederim.

Dr. Öğr. Üyesi Alper FİDAN
Müdür Yardımcısı

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu : BSU3MZ1MLZ Pin Kodu : 70103

Belge Takip Adresi : <https://www.turkiye.gov.tr/istanbul-aydin-universitesi-ebys?>

Adres : Beşyol Mah. İnönü Cad. No:38 Sefaköy , 34295 Küçükçekmece / İSTANBUL

Telefon : 444 1 428

Web : <http://www.aydin.edu.tr/>

Keş Adresi : iau.yazisleri@iau.hs03.kep.tr

Bilgi için : Tuğba SUNNETCI

Unvanı : Yazı İşleri Uzmanı

Tel No : 31002



ÖZGEÇMİŞ

Ad-Soyad: Figen Karakaya

ÖĞRENİM DURUMU:

- **Lisans :** 20, İstanbul Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji
: 20 İstanbul Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Felsefe Grubu
Öğretmenliği
: 20 Yıldız Teknik Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, Aile
Danışmanlığı
- **Yükseklisans :** 2022, İstanbul Aydın Üniversitesi, Psikoloji Anabilim Dalı,
Psikoloji Programı

MESLEKİ DENEYİM VE ÖDÜLLER:

2022, İstanbul Sağlık Müdürlüğü Eğitim Şubesi