

ERGENLERİN SOSYAL GÖRÜNÜŞ KAYGISI DÜZEYLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Kübra ÖZSAT, Serdal İŞIKTAŞ, Figen YAMAN LESINGER



Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin Yalnızlık Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi

<https://doi.org/10.55107/turksosbilder.1106924>

Kübra ÖZSAT
kubra.ozsat@kstu.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0002-2237-771X>

Serdal İŞIKTAŞ
serdal.isiktas@kstu.edu.tr
<https://orcid.org/0000-0001-7678-0494>

Figen YAMAN LESINGER
figen.yaman@kstu.edu.tr

<https://orcid.org/0000-0002-9556-4305>

Öz

Bu çalışma ergenlerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin yalnızlık düzeylerine etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Günümüzde konu ile ilgili yapılan birçok çalışma mevcut olmakla birlikte sosyal görünüş kaygısı ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılacak olması tespitlerin yapılması açısından önem arz etmektedir. Bu bağlamda lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyecek olan bu çalışmanın ilgili literatüre sağlayacağı katkı ve elde edilecek sonuçlar çerçevesinde alınabilecek bireysel ve toplumsal önlemler açısından da yol gösterici olma özelliği açısından önem arz ettiği açıktır. Çalışmanın evrenini Türkiye Cumhuriyeti'nin Uşak ilinde MEB'e bağlı liselerde öğrenim gören bireyler oluşturmaktadır. Çalışmaya amaca yönelik örnekleme ile seçilen 370 lise öğrencisi alınmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) ve UCLA Yalnızlık Ölçeği (UYÖ) kullanılmıştır. Araştırma kapsamında non-parametrik testlerden ikili gruplar için Mann-Whitney U, üç veya daha fazla grup için ise Kruskal-Wallis H analizinden yararlanılmıştır. Bu çalışmada elde edilen bulguların bazılarının araştırma hipotezlerinde bulunan varsayımları desteklediği görülmektedir. Çalışma sonucunda; sosyal görünüş kaygısı düzeyinin yaş, sınıf düzeyi, ebeveyn tutumları ve fiziksel görünümünden memnun olma durumu değişkenleri ile ilişkisi incelendiğinde yaş ve öğrenim görülen sınıf düzeyi arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığı; fiziksel görünümünden memnun olan ve ihmalkar ve ilgisiz ebeveyn tutumlarına sahip bireylerin ise sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin arttığı ortaya çıkarılmıştır. Çalışmada son olarak; sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyi arasında düşük seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Çalışmada elde edilen sonuçlar çerçevesinde bu alanda çalışan uzmanların genç bir nüfusa sahip olan ülkemiz gibi ülkelerde genç bireylerin sosyal görünüşlerinin ve beraberinde yaşadıkları yalnızlık duygularının genç nüfus arasında oldukça ciddi bir problem alanı olduğu gerçeğinden hareketle hem bireysel hem aile hem de toplumsal çalışmaların bireylerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyeceğini ve gelecek yaşamlarında hem ruhsal hem de sosyal olarak daha sağlıklı bireyler olmalarına zemin hazırlayacaklarının bilincinde olarak psikolojik danışma süreçlerini planlamaları gerekliliği ortaya çıkarılmıştır.

Anahtar kelimeler: Ergen, ergenlik dönemi, sosyal görünüş kaygısı, yalnızlık

ABSTRACT
INVESTIGATION OF THE EFFECTS OF ADOLESCENTS' SOCIAL APPEARANCE ANXIETY LEVELS ON LONELINESS LEVELS

This study aims to examine the effect of adolescent social appearance anxiety levels on loneliness levels. Although there are many studies on this subject today, it is important to decipher the relationship between social appearance anxiety and loneliness levels. In this context, levels of social appearance anxiety and loneliness to examine the relationship between high school students, this study's contribution to the relevant literature and the results to be obtained within the framework of individual and social measures that can be taken in terms of property ownership, it is clear that is important in terms of guiding. The population group of the study consists of individuals studying in high schools affiliated to the Ministry of National Education in the province of Uşak in the Republic of Turkey. 370 high school students selected by sampling were included in the study. Personal Information Form, Social Appearance Anxiety Scale (SAAS) and UCLA Loneliness Scale (ULS) were used as data collection tools in the study. Within the scope of the research, Mann-Whitney U analysis was used for paired groups and Kruskal-Wallis H analysis was used for three or more groups. As a result of the study, it was found that social appearance anxiety levels decreased as age and learning increased as the level of class observed increased, while people who were satisfied with physical appearance and had negligent and unrelated parental attitudes increased their level of social appearance anxiety. Finally, in the study; A low level positive and significant relationship was found between social appearance anxiety and loneliness level. Within the framework of the results obtained in the study, considering the fact that the social appearance of young individuals and the feelings of loneliness they experience are a very serious problem area among the young population in countries such as our country, which has a young population, both individual, family and social studies positively affect the mental health of individuals. It has been revealed that they need to plan their psychological counseling processes, knowing that it will affect them and that they will prepare the ground for them to be healthier individuals both mentally and socially in their future lives.

Keywords: Adolescent, adolescence, social appearance anxiety, loneliness

GİRİŞ

İnsanlık tarihi boyunca dış görünüş bireylerin yaşamında önemli bir yer tutmuştur. İlgi çekici, güzel ya da yakışıklı olmaya atfedilen önem genel olarak herkeste beğenilir olma isteğini ortaya çıkarmıştır. Yaşamın her döneminde var olan bu istek gelişim dönemlerinden biri olan ergenlik döneminde ise daha belirleyici olabilmektedir (Yaman, Koşu ve Tel, 2008; Yaşartürk, Çalık, Kul, Türkmen ve Akyüz, 2016). Hem biyolojik hem psikolojik hem de sosyal değişimlerle karakterize olan ergenlik dönemi bireyin kimlik duygusunu, bağımsızlığı, bireyselleşmeyi ve sosyal üretkenliği kazanmaya başladığı çocukluktan yetişkinliğe geçiş dönemidir (Atalay, 2014).

Ergenlik döneminde birey bir taraftan yaşadığı değişimlere ayak uydurmaya çalışırken diğer taraftan ise kendi gelişim sürecini anlamlandırmaya çalışmaktadır. Kendi gelişimini anlamlandırmaya çalıştığı bu süreçte de çevrenin hem kendisi hem de bedeni ile ilgili düşünceleri kişi için belirleyici olabilmektedir (Brys, 2013.). Çevresi tarafından beğenilmeyeceğini, onaylanmayacağını ve kabul görmeyeceğini düşünen birey beden yapısına ve fiziksel görünüşüne yönelik olumsuz düşüncelerin ve değerlendirmelerin sonucunda sosyal görünüş kaygısı yaşayabilmektedir. Sosyal görünüş kaygısı fiziksel yapıdan kaynaklanan bir kaygı türü olmakla birlikte sadece bununla sınırlı değildir. Bireyin boyunun uzunluğu, vücut ağırlığı, yüzünün şekli gibi sebeplerle ortaya çıkan kaygıları da ifade eden bütüncül bir kaygı türüdür. Ergenlik döneminde sosyal görünüş kaygısı yaşayan birey sosyal ortamlara dâhil olmaktan keyif almak yerine küçük düşme, sevilmeme, onaylanmama, yanlış anlaşılma korkusu gibi birçok olumsuz duygu yaşayabilmektedir.

Sosyal görünüş kaygısı başta çevresel faktörler olmak üzere birçok faktör nedeniyle ortaya çıkabilmektedir. Günümüz dünyasında kaydedilen teknolojik gelişmeler, sosyal medya kullanımının günden güne artması, tüm dünya tarafından kabul edilen standart bir güzellik anlayışının hâkim olması özellikle de ergenlik döneminde hoş ve güzel algılanmayı daha da önemli kılmaktadır. Fiziksel olarak hoş görünüyormayı tüm yaşamın en önemli gayesiymiş gibi bir algı yaratan günümüz medya araçları kendilerini bu anlamda yetersiz hisseden bireyleri daha da olumsuz etkilemekte ve başarılı olabilecekleri diğer yaşam alanlarında başarısızlıklar ve tatminsizlikler elde etmelerine neden olmaktadır (Webb ve Zimmer, 2014). Bireye eşlik eden tüm bu olumsuz duygular süreç içerisinde bireyin sosyal olarak izole olmasına zemin hazırlayabilmektedir. Sosyal izolasyon ise süreç içerisinde sosyal yalnızlık duygusunu ortaya çıkarabilmektedir. Bir bireyin sosyal ilişki ağından yoksun olması ile oluşan bir yalnızlık türü olan sosyal yalnızlık kavramının görünüş kaygısı ile ilişkili olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkarılmıştır. (Otrar, Dönmez ve Uzel, 2018). Sosyal görünüş kaygısı ve sosyal yalnızlık ergenlik dönemindeki bireyler için büyük bir sorun olmakla birlikte yaşanan bu sorunların yetişkinlik dönemine taşınarak kalıcı hale gelmesi ise bireyin tüm yaşam alanlarında sorun yaşamasına neden olacaktır. Bu bağlamda bu çalışmada ergenlerin sosyal görünüş kaygısının yalnızlık düzeylerine etkisinin incelenmesi, sosyal görünüş kaygısı ile

yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin ne olduğu ve ulaşılabacak nedenlerin alt boyutlarını araştırmak amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmanın evrenini Türkiye Cumhuriyeti'nin Uşak ilinde Milli Eğitim Bakanlığı (MEB)' e bağlı liselerde öğrenim gören bireyler oluşturmaktadır. Çalışmaya amaca yönelik örnekleme ile seçilen 370 lise öğrencisi alınmıştır. Veriler Mart- Nisan 2021 tarihlerinde toplanmıştır. Araştırma verileri toplanmadan önce Uşak Milli Eğitim Müdürlüğü'nden ve Kıbrıs Sağlık ve Toplum Bilimleri Üniversitesi Etik Kurulu'ndan etik onay alınmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) ve Ucla Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Verilerin sosyodemografik tanımlayıcı istatistikleri yapıldıktan sonra bireylerden alınan anket sonuçlarının normal dağılım olup olmadığı kontrol edilmiştir. Normal dağılım varsayımı sağlanmadığı durumlarda non-parametrik testler (Kruskal Wallis ve Mann Whitney U) kullanılmıştır. Anketlerin birbiri ile ilişkisinin ölçülmesinde ise Spearmen Korelasyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1

Katılımcıların Demografik Özelliklere Göre Dağılımı

		F	%
Yaş	13-15	162	43,9
	16-18	207	56,1
Cinsiyet	Kadın	222	60,2
	Erkek	147	39,8
Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi	Lise bir	147	39,8
	Lise iki	120	32,5
	Lise üç	64	17,3
	Lise dört	38	10,3
Halen kimlerle yaşıyorsunuz?	Ebeveynlerimle	359	97,3
	Yakınlarımla	9	2,4
	Arkadaşlarımla	1	0,3
Kardeş sayınız	Kardeşim yok	33	8,9
	Bir kardeşim var	232	62,9
	İki kardeşim var	81	22,0
	Üç kardeşim var	9	2,4
	Dört ve üzeri kardeşim var	14	3,8
Yaşadığınız hanenin aylık gelir düzeyi	Düşük	16	4,3
	Orta	316	85,6
	Yüksek	37	10,0
Ebeveynlerinizin size karşı tutumlarını nasıl değerlendirirsiniz?	Değişken ve tutarsız	36	9,8
	Demokratik ve ilgili	125	33,9
	Koruyucu ve kollayıcı	204	55,3
	İlgisiz ve ihmalkar	4	1,1
Yakın arkadaşınız var mı?	Evet	35	9,5
	Hayır	334	90,5
Fiziksel görünümünüzden memnun musunuz?	Evet	53	14,4
	Hayır	196	53,1
	Kararsızım	120	32,5
Toplam		369	100

Araştırmaya katılan katılımcıların %43,9'u 13-15 yaş, %56,1'i 16-18 yaş arası, %60,2'si Kadın, %39,8'i erkek oldukları belirlenmiştir. Katılımcıların %39,8'i lise bir, %32,5'i Lise iki, %17,3'i Lise üç ve %10,3'u lise son sınıf öğrencisidir. Araştırmaya gönüllü olarak katılan katılımcıların %97,3'u ebeveynleriyle, %2,4'u yakınlarıyla, %0,3'u arkadaşlarıyla birlikte yaşadıklarından bahsetmişlerdir. Ayrıca %8,9'unun kardeşi olmadığını, %62,9'unun bir kardeşe sahip olduğunu, %22,0'inin iki kardeşi olduğunu, %2,4'unun üç kardeşi ve %3,8'inin dört ve üzeri kardeşi olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların %4,3'unun düşük, %85,6'sinin orta ve %10'unun yaşadıkları hanedenin aylık gelirinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Katılımcılardan ebeveynlerinin kendilerine karşı tutumları ile ilgili soruya %9,8'inin Değişken ve tutarsız, %33,9'unun Demokratik ve ilgili, %55,3'unun Koruyucu ve kollayıcı, %1,1'inin İlgisiz ve ihmalkâr tutum sergiledikleri ortaya çıkmıştır. Buna ek

olarak, katılımcıların 9,5'inin yakın arkadaşınız var mı sorusuna evet, %9,5'inin Hayır olarak belirttikleri belirlenmiştir. Son olarak demografik bilgiler kapsamında, katılımcıların %14,4'u Fiziksel görünümünüzden memnun musunuz sorusuna Evet, %53,1'u Hayır ve %32,5'I Kararsiz olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2

Bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyet, yaş ve yakın arkadaşı olma değişkenleri açısından elde edilen bulgular

Ölçek	Değişken	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	Z	p	Fark	
UCLA Ölçeği	Cinsiyet	Kadın	222	183.94	40834.50			0.18	
SGKO Ölçeği		Erkek	147	186.60	27430.50	16081.500	-235		
UCLA Ölçeği	Yaş	Kadın	222	193.38	42929.50	14457.500	-1.855	0.06	
SGKO Ölçeği		Erkek	147	172.35	25335.50				
UCLA Ölçeği	Yakın Arkadaşı Olma	13-15	162	188.55	30545.00	16192.000	-567	0.57	
SGKO Ölçeği		16-18	207	182.22	37720.00				
UCLA Ölçeği		13-15	162	200.83	32534.50	14202.500	-2.523	0.01*	1>2
SGKO Ölçeği	Yakın Arkadaşı Olma	16-18	207	172.61	35730.50				
UCLA Ölçeği		Evet	35	131.21	4592.50	3962.500	-3.142	0.00*	2>1
SGKO Ölçeği	Yakın Arkadaşı Olma	Hayır	334	190.64	63672.50				
UCLA Ölçeği		Evet	35	171.79	6012.50	5382.500	-771	0.44	
SGKO Ölçeği	Yakın Arkadaşı Olma	Hayır	334	186.38	62252.50				

Araştırmaya katılan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Withney U testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır ($p>0,05$). Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde yaş grupları açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Withney U testi sonucunda bireylerin yalnızlık düzeylerinde yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p<0,05$). Araştırmaya katılan bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde yaş grupları açısından ortaya çıkan farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı istatistik yapılmıştır. Yaşı 13-15 aralığında olanların sosyal görünüş kaygısı puanları ($2,36 \pm 0,70$), yaşı 16-18 aralığında olanların sosyal görünüş kaygısı puanlarından ($2,18 \pm 0,62$) yüksek bulunmuştur. Tablo 2'ye göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Mann Whitney U Testi sonucunda Bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde yakın arkadaşı olma değişkenine göre yalnızlık puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilirken sosyal görünüş kaygısı puanlarına göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p<0,05$). Araştırmaya katılan bireylerin yalnızlık düzeylerinde yakın arkadaşı olma değişkenine göre farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı istatistik post-hoc analizi yapılmıştır. İlgili soruda evet aralığında olanların yalnızlık puanlarının ($2,76 \pm 0,28$), hayır aralığında olanların yalnızlık puanlarından ($2,59 \pm 0,32$) yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3

Bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri, gelir düzeyleri ve fiziksel görünümünden memnun olma değişkenleri açısından elde edilen bulgular

	Değişken	N	Sıra Ort.	Ki kare	Df	p	Fark
UCLA Ölçeği	Lise bir	147	185.66				
	Lise iki	120	183.30				
	Lise üç	64	195.46	1.390		0.70	
	Lise dört	38	170.18				
SGKO Ölçeği	Lise bir	147	206.95		3		
	Lise iki	120	176.75				
	Lise üç	64	170.99	12.220		0.00*	1>4
	Lise dört	38	149.71				
UCLA Ölçeği	Düşük	16	206.50	.695	2	0.70	
	Orta	316	183.80				
	Yüksek	37	185.92				
SGKO Ölçeği	Düşük	16	228.25	4.038		0.13	
	Orta	316	185.24				
	Yüksek	37	164.24				
UCLA Ölçeği	Evet	53	187.73	.055	2	0.97	
	Hayır	196	183.98				
	Kararsızım	120	185.46				
SGKO Ölçeği	Evet	53	225.03	21.213		0.00*	1>3
	Hayır	196	161.70				3>2
	Kararsızım	120	205.37				

Tablo 3'e göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Kruskal Wallis Testi sonucunda bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde sınıf düzeyleri değişkenine göre yalnızlık düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmazken, sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($p<0,05$). Tablo 3'e göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Kruskal Wallis Testi sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde sınıf düzeyleri değişkenine göre Lise bir ($2,40\pm 0,71$), SGKO puanları Lise iki ($2,20\pm 0,60$), Lise üç ($2,18\pm 0,66$), Lise dört SGKO puanlarından ($2,04\pm 0,59$) literatüre de uyumlu bir şekilde yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Kruskal Wallis Testi testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Tablo 3'e göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Kruskal Wallis Testi sonucunda katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde fiziksel görünümünden memnun olma değişkenine göre yalnızlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmazken sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde fiziksel görünümünden memnun olma değişkenine göre farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla post-hoc analizi yapılmıştır. İlgili soruda evet aralığında olanların SGKO puanları ($2,54\pm 0,76$), hayır aralığında olanlardan ($2,13\pm 0,66$) yüksek bulunmuştur.

Tablo 4

Bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde kardeş sayısı, yaşanan kişi ve ebeveyn tutumları değişkenleri açısından elde edilen bulgular

	Değişken	n	Sıra Ort.	Ki kare	Df	p	Fark
UCLA Ölçeği	Kardeşim yok	33	210.44	3.241	4	0.51	
	Bir kardeşim var	232	181.31				
	İki kardeşim var	81	190.67				
	Üç kardeşim var	9	157.22				
	Dört ve üzeri kardeşim var	14	171.18				
SGKO Ölçeği	Kardeş Sayısı			8.680		0.07	
	Kardeşim yok	33	226.76				
	Bir kardeşim var	232	180.72				
	İki kardeşim var	81	189.73				
	Üç kardeşim var	9	176.83				
UCLA Ölçeği	Yaşanılan kişi			7.869		0.02*	3>1 1>2
	Ebeveynlerimle	359	187.00				
	Yakınlarımla	9	93.06				
SGKO Ölçeği	Ebeveynlerimle	359	183.85		2		
	Yakınlarımla	9	224.22	1.582		0.45	
	Arkadaşlarımla	1	245.50				
UCLA Ölçeği	Ebeveynlerin Tutumu			4.056	3	0.25	
	Değişken ve tutarsız	36	170.00				
	Demokratik ve ilgili	125	197.32				
	Koruyucu ve kollayıcı	204	181.35				
SGKO Ölçeği	İlgisiz ve ihmalkar	4	121.38				
	Değişken ve tutarsız	36	209.83	8.312		0.04*	4>1 1>2 2>3
	Demokratik ve ilgili	125	196.18				
	Koruyucu ve kollayıcı	204	172.26				
	İlgisiz ve ihmalkar	4	261.75				

Araştırmaya katılan bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde kardeş sayıları değişkeni açısından anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek üzere yapılan Mann Withney U testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Tablo 4'e göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Kruskal Wallis Testi sonucunda bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde birlikte yaşanılan kişi değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmazken, yalnızlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir ($p<0,05$). Araştırmaya katılan bireylerin yalnızlık düzeylerinde birlikte yaşanılan kişiler açısından ortaya çıkan farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı Post Hoc Analizi yapılmıştır. Arkadaşlarımla seçeneğinin yalnızlık puanları ile ebeveynlerimle ve yakınları ile yaşayanların puanlarından yüksek bulunmuştur. Tablo 4'e göre yapılan parametrik olmayan ölçümler için Kruskal Wallis Testi sonucunda bireylerin sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinde ebeveyn tutumları incelenmiş ve yalnızlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmazken sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde ebeveynlerin tutumları değişkenine göre farklılıkların kaynaklarını belirlemek amacıyla tamamlayıcı istatistik post-hoc analizi yapılmıştır. İlgisiz ve ihmalkar aralığında olanların SGKO puanlarının ($2,70\pm 0,64$), koruyucu ve kollayıcı aralığında olanların SGKO puanlarından ($2,20\pm 0,68$) yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 5

Bireylerin sosyal görünüş kaygısı puanlarının yalnızlık düzeylerine göre dağılımı

	X	Sd	N
UCLA	2.75	0.29	369
SGKO	2.26	0.66	369

Katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeyi ölçeği ($x=2,26$ ve $Sd=0,66$) ve UCLA yalnızlık düzeyi ölçeği ($x=2,75$ ve $Sd=0,29$) skorları arasındaki ilişki Spearman Korelasyonu ile ölçülmüştür. Bu değişkenler arasında düşük (22) seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r(367)=.213$, $p<0,01$).

Tartışma

Bu çalışmada bireylerin cinsiyet ve yaşlarının yalnızlık düzeyleri üzerinde etkili olmadığı ancak yakın arkadaşına sahip olma durumunun ise bireylerin yalnızlık düzeylerini etkilediği tespit edilmiştir. Bununla birlikte katılımcıların cinsiyet ve yakın arkadaşına sahip olma durumlarının sosyal görünüş kaygısı düzeylerini etkilemediği bulguların katılımcıların yaş düzeylerinin ise sosyal görünüş kaygısı üzerinde etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyet değişkeninin sosyal görünüş kaygısı ile ilişkisinin incelendiği çalışmalarda bu çalışmaların bulguları destekler nitelikte bulgular olduğu görülmektedir. Çakmak ve Sakarya (2020) tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada araştırmaya katılan erkek öğrencilerin kız öğrencilerine göre sosyal görünüş kaygısı puanlarının daha yüksek olduğu ancak elde edilen puanların anlamlı bir farklılık yaratmadığı ortaya çıkarılmıştır. Yapılan bir diğer çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiş ve kadınların sosyal görünüş kaygısı düzeyleri ile erkeklerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde farklılık olmadığı bulgulanmıştır (Çetinkaya, Gülaçtı ve Çiftçi, 2019). Cinsiyet ve yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda ise farklı sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Mckinnon, Fairchild ve Fritz (2010), yaptıkları çalışmada katılımcıların yalnızlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılaşmadığını bulguların bu araştırmalara karşın cinsiyet değişkeninin yalnızlık düzeyinde üzerinde anlamlı bir farklılık yarattığı sonucuna ulaşan çalışmalar olduğu da görülmektedir (Sezer, 2018; Stansbury, 2011; Sistek-Chandler, 2012; Veletsianos, 2010). Cinsiyet ile yalnızlık düzeyi arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların farklı sonuçlara ulaşmış olmasının nedeninin örneklem gruplarının farklı özellikler taşımaları olduğu düşünülmektedir. Yaş, bireylerin yaşadıkları kişiler ile yalnızlık ve sosyal görünüş kaygısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda bu çalışmada elde ettiğimiz sonuçlara benzer sonuçlar olduğu görülmüştür. Umeh (2013), tarafından yapılan çalışmada bireylerin anksiyete, yalnızlık ve psikolojik iyi oluş düzeylerinin demografik özellikler ile ilişkisi incelenmiş ve yalnızlık ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır. Benzer çalışmalarda da bu bulguyu destekler nitelikte sonuçlar elde edildiği görülmektedir (Crespo ve ark., 2010; Dixit ve Luqman, 2018; Ebem, 2019). Soylu, Atik ve Öcalan (2017), tarafından yapılan çalışmada katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılaştığı ve yaş arttıkça sosyal görünüş kaygısı düzeyinin azaldığı ortaya çıkarılmıştır.. Yapılan başka bir çalışmada ise benzer bir sonuca ulaşılmış ve 15 yaş grubu öğrencilerin 17 yaş grubu öğrencilerine göre ve 16 yaş grubunda olan öğrencilerin de 17 yaş grubundaki öğrencilere göre sosyal görünüş kaygı puanların anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Seki ve Dilmaç, 2015). Erözkan ve Deniz (2016), lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerini incelemiş ve çalışma sonucunda sosyal çevre ve yakın arkadaşına sahip olma durumunun yalnızlık düzeyini etkilediği ancak sosyal görünüş kaygısı üzerinde etkili olmadığını bulgulanmıştır.

Çalışmada katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri, gelir düzeyleri ve fiziksel görünümlelerinden memnun olma durumlarının yalnızlık düzeylerinde etkili olmadığı bulgulanmıştır. Çalışmada bununla birlikte bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde gelir düzeylerinin etkili olmadığı sonucuna ulaşılmışken sınıf düzeylerinin ve fiziksel görünümlelerinden memnun olma durumlarının sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde etkili olduğu gözlenmiştir. Bu sonuca göre katılımcıların öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri arttıkça sosyal görünüş kaygısı düzeyleri azalmakta; fiziksel görünümlelerinden memnun olan katılımcıların ise sosyal görünüş kaygısı artmaktadır. Bireylerin yalnızlık ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin gelir düzeyi ile ilişkisinin ele alındığı çalışmalar incelendiğinde farklı sonuçlar elde edilen çalışmalar olduğu görülmektedir. Bu çalışmalarda sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyinin bireylerin gelir düzeylerine göre farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Çetinkaya, Gülaçtı ve Çiftçi, 2019; Çakmak, 2018; Dinç Altun, 2016; Telli ve Ünal, 2016). Bu çalışmaların yanı sıra bu bulgulardan farklı bulgular elde edilen çalışmalar da olduğu görülmektedir. Amil ve Bozgeyikli (2015), Arslan (2019) ve Alımcı (2018), tarafından yapılan çalışmalarda bireylerin gelir düzeylerinin sosyal görünüş kaygısı düzeylerini etkilediği ve gelir düzeyleri yüksek olan bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin düşük olduğu saptanmıştır. Konu ile ilgili yapılan çalışmaların farklı sonuçlara ulaşma nedeninin çalışmaya dahil edilen katılımcıların yaş, medeni durum, yaşanılan bölge gibi farklı demografik değişkenlere sahip olması ve bu demografik değişkenlerden ortaya çıkan farklılıkların ise bireylerin psikolojik yapılarını farklı biçimlerde etkilemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyinin öğrenim görülen sınıf düzeyi ile ilişkisini ele alan çalışmalar incelendiğinde benzer sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Fried ve

Wechsler (2016), tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinin sosyal kaygı, yalnızlık ve sosyal medya bağımlılık düzeyleri incelenmiş ve çalışma sonucunda 9.sınıfta okuyan öğrencilerin 11.ve 12. sınıfta okuyan öğrencilere göre ve 10.sınıfta okuyan öğrencilerin de 11. sınıfta okuyan öğrencilere göre sosyal kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Gül (2016) ise yaptığı çalışmada öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı puanları arasında orta düzeyde anlamlı ve negatif yönde korelasyon olduğunu ortaya çıkarmıştır. Katılımcıların fiziksel görünümünü değerlendirme biçimlerini etkileyen faktörlerin incelendiği çalışmalarda bu çalışmadan daha farklı sonuçlar elde edilen çalışmalar olduğu görülmüştür. Bu çalışmadan elde edilen bulguların aksine yapılan çalışmalar fiziksel görünümünden memnun olan bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin fiziksel görünümünden memnun olmayan katılımcılara nazaran daha düşük olduğunu göstermektedir (Levinson ve Rodebaugh, 2017; Doğan, 2010; Işıkol-Özge, 2013). Bunun nedeninin bu çalışmanın örneklem grubunun sınırlılığından kaynaklandığı, yapılan diğer çalışmaların ise daha geniş örneklem grubu üzerinde yapıldığı ve bu nedenle farklı sonuçlar elde edildiği düşünülmektedir.

Çalışmada katılımcıların kardeş sayısı ve ebeveyn tutumlarının yalnızlık düzeylerini etkilemediği ancak yaşadıkları kişilerin yalnızlık düzeyi üzerinde etkili olduğu; literatürden farklı olarak arkadaşlarıyla yaşayan katılımcıların yakınları ve ebeveynleriyle yaşayanlara göre yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bununla birlikte katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde kardeş sayılarının ve yaşadıkları kişilerin etkili olmadığı sonucuna ulaşılrken ebeveyn tutumlarının ise sosyal görünüş kaygısı üzerinde etkili olduğu ve ilgisiz ve ihmalkâr ebeveyn tutumuna maruz kalan bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin diğer bireylere göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Konu ile ilgili ilgili alan yazın incelendiğinde benzer sonuçlar elde edildiği görülmüştür. Swami ve ark., (2019), tarafından lise öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada katılımcıların kardeş sayısı ile sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Titchener ve Wong (2015), yaptıkları çalışmada katılımcıların sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeylerinin kardeş sayısı doğrultusunda farklılık yaratıp yaratmadığı incelemek adına UCLA Yalnızlık Envanteri uygulamış ve çalışma sonuçlarına göre puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı bulgulanmıştır. Lise öğrencilerinin yalnızlık ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerini bazı değişkenlere göre araştıran bir çalışmada anne baba tutumlarının katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde etkili olduğu ortaya çıkarılırken yalnızlık düzeyi üzerinde etkili olmadığı sonucuna varılmıştır (Skorek, Song ve Dunham, 2018). Üniversite öğrencilerinin dahil edildiği başka bir çalışmada da benzer bir sonuç elde edilmiş ve bireylerin yalnızlık düzeylerinin ebeveyn tutumlarından ziyade sosyal çevre ile ilişkili olduğu ancak sosyal görünüş kaygısının ebeveyn tutumları ile ilişkili olduğu bulgulanmıştır (Rosa ve ark., 2019). Tıp fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin dahil edildiği bir çalışmada ilgisiz ve ihmalkâr ebeveyn tutumlarına maruz kalan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin koruyucu ve ilgili ebeveyn tutumları ile karşı karşıya kalan katılımcılara nazaran daha yüksek olduğu saptanmıştır (Yüceant, 2013). Katılımcıların birlikte yaşadıkları kişiler ile yalnızlık ve sosyal görünüş kaygısını konu alan çalışmalar incelenmiş ve benzer bulgulara ulaşıldığı tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin demografik değişkenlerle ilişkisi incelenmiş ve çalışma sonucunda katılımcıların yaşadıkları yer ve kişilerin sosyal görünüş kaygısı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı ortaya çıkarılmıştır (Yousefi, Hassani ve Shokri, 2019). Erol (2017), konu ile ilgili yaptığı çalışmaya katılan öğrencilerin yaşanan kişiler değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ölçeğinden elde edilen puanlar arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmiştir. Ebeveynleri ile yaşayan katılımcıların sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin akrabaları ile yaşayan katılımcılara nazaran daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Çalışmada bireylerin sosyal görünüş kaygısı düzeyi yalnızlık düzeyleri arasında düşük seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır. İlgili alan yazın incelendiğinde bu çalışmanın bulgularını destekler nitelikte sonuçlar elde edildiği görülmektedir. Tuğral (2020), ergenler üzerinde yaptığı çalışmada sosyal görünüş kaygısı ile yalnızlık düzeyi arasında ilişki olduğunu; sosyal görünüş kaygısı düzeyi arttıkça yalnızlık düzeyinin de arttığını ortaya çıkarmıştır. Yapılan başka bir çalışmada da bireylerin dış görünümüne yönelik yapılan yorumları içselleştirdikleri ve kalabalıktan uzaklaşıp yalnızlığı tercih ettiği dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı yüksek olan bireylerin yalnızlık düzeylerinin de yükseldiği belirtilmektedir (Cash ve Fleming, 2012). Alentola (2017), tarafından yapılan çalışmada üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerini etkileyen değişkenler incelenmiş ve çalışma sonucunda sosyal görünüş kaygısının bireylerin yalnızlık düzeyleri üzerinde etkili olduğu; sosyal görünüş kaygısı yaşamadığını belirten katılımcıların yalnızlık düzeylerinin sosyal görünüş kaygısı yaşadığını belirten katılımcılara nazaran daha düşük olduğu ortaya çıkarılmıştır. Siracusano (2017), tarafından ABD’ de modeller üzerinde yapılan bir çalışmada da benzer sonuçlar elde edilmiş ve yalnızlık puanları yüksek olan modellerin yalnızlık puanları düşük olan modellere göre sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç ve Öneriler

Ergenlik dönemindeki bireyler çocukluktan yetişkinliğe doğru adım atarken hem fiziksel hem duygusal hem de sosyal gelişimlerinde değişiklikler meydana gelmektedir. Yaşanan değişimlere ayak uydurma çabası, diğer bireylerde etkileyici izlenim bırakma isteği ve fiziksel görünümünü ön plana çıkarmak için sarf edilen çaba bireylerde zaman zaman sosyal görünüşleriyle ilgili kaygıya neden olabilmektedir. Sosyal görünüş kaygısı her yaş grubunda ortaya çıkmakla birlikte akran grubunun birey için en önemli olduğu lise yıllarında daha belirgin olduğu düşünülmektedir. Bu yaş gruplarında yaşanan sosyal görünüş kaygısının ise bireyi başta yalnızlık olmak üzere birçok açıdan etkilediği bilinmektedir. Bu bağlamda yapılan bu çalışma sonucunda; sosyal görünüş kaygısı düzeyinin yaş, sınıf düzeyi, ebeveyn tutumları ve fiziksel görünümünden memnun olma durumu değişkenleri ile ilişkisi incelendiğinde yaş ve öğrenim görülen sınıf düzeyi arttıkça sosyal görünüş kaygısının azaldığı; fiziksel görünümünden memnun olan ve ihmalkar ve ilgisiz ebeveyn tutumlarına sahip bireylerin ise sosyal görünüş kaygısı düzeylerinin arttığı ortaya çıkarılmıştır. Çalışmada son olarak; sosyal görünüş kaygısı ve yalnızlık düzeyi arasında düşük seviyede pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu alanda çalışan uzmanların genç bir nüfusa sahip olan ülkemiz gibi ülkelerde genç bireylerin sosyal görünüşlerinin ve beraberinde yaşadıkları yalnızlık duygularının genç nüfus arasında oldukça ciddi bir problem alanı olduğu gerçeğinden hareketle hem bireysel hem aile hem de toplumsal çalışmaların bireylerin ruh sağlığını olumlu yönde etkileyeceğinin bilincinde olarak danışmanlık süreçlerini planlamaları gerektiği düşüncesindeyiz. Bu doğrultuda konu ile ilgili yapılacak sonraki çalışmaların daha kapsamlı örneklem grupları üzerinde yapılması yerinde olacaktır.

Kaynakça

- Ahmadi, M., & Bagheri, M. (2014). Mediating role of cognitive distortions in the relationship of adolescents' body image with social anxiety. *International Journal of Behavioral Sciences*, 7(4), 321-329.
- Alentola, A. E. (2017). *Changing the narratives of marginalised bodies - a study about body positivism*. Master Thesis, Stockholm University, Department of Media Studies, Stockholm.
- Alımcı, D. (2018). *Ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığı ve sosyal görünüş kaygıları ile kendine saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Amil, O. ve Bozgeyikli, H. (2015). Investigating the relationship between social appearance anxiety and loneliness of Turkish university youth. *Journal of Studies in Social Sciences*, 11(1), 68-96.
- Atalay, R. 2014. *Lise öğrencilerinin sosyal medyaya ilişkin tutumları ile algıladıkları sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişki (Bahçelievler ilçesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Brys, S. 2013. *Internet addiction treatment programs on the rise*. <https://www.psychcongress.com/article/internet-addiction-treatment-programs-rise> (Erişim Tarihi: 02.05.2021).
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2012). The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *International Journal of Eating Disorders*, 31(4), 455-460.
- Crespo, C., Kielpikowski, M., Jose, P. E. ve Pryor, J. (2010). Relationships between family connectedness and body satisfaction: A longitudinal study of adolescent girls and boys. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(12), 1392-1401.
- Çakmak, E. (2018). *Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım düzeyleri ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkinin farklı değişkenler açısından değerlendirilmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Çetinkaya, B. , Gülaçtı, F. & Çiftci, Z. (2019). Lise Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi . *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10 (17) , 904-922 . DOI: 10.26466/opus.523444
- Dixit, S. S. ve Luqman, N. (2018). Body image, social anxiety and psychological distress among young adults. *Journal of Psychology and Clinical Psychiatry*, 9(1), 149-152
- Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39(39), 151-159.
- Elhai, J. D., Hall, B. J., Erwin, M. C. 2018. Emotion regulation's relationships with depression, anxiety and stress due to imagined smartphone and social media loss. *Psychiatry Research*; 261: 28-34.
- Erol, M. (2017). Genç yetişkinliğin öncesinde olan ergenlerin yaşam doyumu: Utangaçlık ve öz yeterlik algısının rolü. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 28(2), 95-103. doi: 10.5080/u13563
- Erözkan, A. ve Deniz, S. (2016). The influence of social self-efficacy and learned resourcefulness on loneliness. *Journal of Counseling and Education*, 1(2), 57-74.
- Hagger, S. Martin ve Stevenson, Andy (2010). Social physique anxiety and physical self-esteem: Gender and age effects. *Psychol and Health*, 25, No.1, (89-110).
- Işıkol-Özge, F. (2013). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Üsküdar ilçesi örneği)*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Yeditepe Üniversitesi, İstanbul.

- Levinson CA, Rodebaugh TL. (2017). *Validation of the Social Appearance Anxiety Scale: Factor, Convergent and Divergent Validity, Assessment*, 18, 350–356.
- Mckinnon, D. P., Fairchild, A. J. ve Fritz, M. S. (2010). “Mediation Analysis”. *Annual Review of Psychology*, 59, 593-614.
- Otrar, M., Dönmez, D. ve Uzel, B. (2018). Orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin benlik algılarının mükemmeliyetçilik düzeylerini yordama gücü. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), 235- 254.
- Rosa, V., Tomai, M., Lauriola, M., & Martino, G. (2019). Body mass index, personality traits, and body image in Italian pre-adolescents: An opportunity for overweight prevention. *Psihologija*, 52(4), 379-393.
- Seki, T. ve Dilmaç, B. (2015). Ergenlerin sahip oldukları değerler ile öznel iyi oluş ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri arasındaki yordayıcı ilişkiler: Bir model önerisi. *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 40(179), 57- 67. doi: 10.15390/EB.2015.3663
- Sezer, F. (2018). Psikolojik İyi Olma Durumu Üzerine Etkili Faktörler. *E Journal Of New World Of Science Academy, Nwsa Educational Sciences*, 8(4):489-504.
- Siracusano, A. (2017). Loneliness: A New Psychopathological Dimension? *Journal of Psychopathology*. 23:1-3.
- Sistek-Chandler, C. (2012). Connecting the digital dots with social media and Web 2.0 technologies, *Journal of Research in Innovative Teaching*, 5(1), 78-87.
- Skorek, M., Song, A. V., & Dunham, Y. (2018). *Self-esteem as a mediator between personality traits and body esteem: path analyses across gender and race/ethnicity*. PloS one, 9(11), e112086.
- Soylu, Y. , Atik, F. & Oçalan, M. (2017). Ergenlerin Sosyal Görünüş Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi (Kırıkkale İli Örneği) . *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, Özel Sayı 1 , 38-45 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbsebd/issue/33388/371488>
- Stansbury, M. (2011). *Ten ways schools are using social media effectively*. eSchool News. <http://www.eschoolnews.com/2011/10/21/ten-ways-schools-are-using-social-media-effectively/3/>, Retrieved on June, 6, 2021.
- Swami, V., Tran, U. S., Brooks, L. H., Kanaan, L., Luesse, E. M., Nader, I. W., ... & Voracek, M. (2019). Body image and personality: Associations between the Big Five Personality Factors, actual- ideal weight discrepancy, and body appreciation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54(2), 146-151.
- Tagay, Ö., Önen, Ü. Ö., & Canpolat, İ. (2018). Ergenlerin Sosyal Kaygı Düzeyleri ile Güvengenlik ve Özsaygıları Arasındaki İlişki. *Afyon Kocatepe University Journal of Social Sciences*, 20(2).
- Talu, E. (2020). Ergenlerde Beden İmajı Algısının Kimlik Gelişimi Sürecine Etkisi. *Inonu University Journal of the Faculty of Education (INUJFE)*, 21(2).
- Telli, E. ve Ünal, Z. (2016). Üniversite öğrencilerinin sosyo-demografik özelliklerine göre sosyal görünüş kaygısı: Bir alan araştırması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 134-146.
- Titchener, K., & Wong, Q. J. (2015). A weighty issue: Explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety. *Eating behaviors*, 16, 13-16.
- Tuğral, R.(2020). *Ergenlerde Yalnızlık, Psikolojik Sağlık, Algılanan Sosyal Destek ve Sosyal Görünüş Kaygısı*, Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Psikoloji Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: 31-35.
- Umeh, O. J. (2013). Factors influencing critical care nurses' perception of their overall job satisfaction: an empirical study. *J Nurs Adm. Apr*; 43(4): 201-7.
- Veletsianos, G. (2010). *A definition of emerging technologies for education*. G. Veletsianos (Ed.), *Emerging technologies in distance education içinde* (s. 3-22). Edmonton, AB, Canada: Athabasca University Press.
- Webb, H. J. ve Zimmer- Gembeck, M. J. (2014). The role of friends and peers in adolescent body dissatisfaction: A review and critique of 15 years of research. *Journal of Research on Adolescence*, 24(4), 564-590.
- Yaman, C., Koşu, S., Tel, M., Teşneli, Ö., Yalvaracı, N., & Gelen, N. (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslar Arası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5-2.
- Yaşartürk, F. , Çalık, F. , Kul, M. , Türkmen, M. & Akyüz, H. (2016). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Sosyal Fiziki Kaygı Durumlarının İncelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, Cilt 2 (Özel Sayı 1) , 863-869 . DOI: 10.14486/IJSCS161
- Yorulmaz, M. & Kurutçu, Ş. (2019). Vücut Algısı Ve Sosyal Görünüş Kaygısı İlişkinin İncelenmesi. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 195-208. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/asead/issue/43544/522888>
- Yousefi, B., Hassani, Z. ve Shokri, O. (2009). Reliability and factor validity of the 7- Item Social Physique Anxiety Scale (SPAS-7) among university students in Iran. *World Journal of Sport Sciences* 2, Number. 3, 201-204.
- Yüceant, M. (2013). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygılarının farklı değişkenler açısından incelenmesi*. [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Aksaray Üniversitesi, Aksaray.
- Zheng, Y., & Asbury, K. (2019). Genetic and environmental influences on adolescent emotional inertia in daily life. *Journal of youth and adolescence*, 48(9), 1849-1860.

EXAMINATION OF THE EFFECT OF SOCIAL APPEARANCE ANXIETY LEVELS OF ADOLESCENTS ON THEIR LONELINESS LEVELS

Although it is known that social appearance is important for all age groups in today's world, it is clear that it is more important for individuals in adolescence. As individuals in adolescence take a step from childhood to adulthood, changes occur in both their physical, emotional and social developments. The effort to keep up with the changes experienced, the desire to leave an impressive impression on other individuals, and the effort to highlight their physical appearance can cause anxiety about their social appearance from time to time. Although social appearance anxiety occurs in all age groups, it is thought to be more prominent in high school years when the peer group is the most important for the individual. It is known that social appearance anxiety in these age groups affects the individual in many ways, especially loneliness. In this study, it was aimed to examine the effect of social appearance anxiety levels of adolescents on their loneliness levels. The population of the study consists of individuals studying in high schools affiliated with the Ministry of National Education in the province of Uşak in Turkey. 370 high school students selected by purposeful sampling were included in the study. Data were collected between March and April 2021. Ethical approval was obtained from the Uşak Directorate of National Education and the Ethics Committee of Cyprus Health and Social Sciences University before the research data were collected. Personal Information Form, Social Appearance Anxiety Scale, and UCLA Loneliness Scale were used as data collection tools in the research. The collection of research data was done with a questionnaire consisting of 3 parts. In the first part the Personal Information Form was used which determines the personal information of the participants, the Social Appearance Anxiety Scale was used in the second part, which determines the social appearance anxiety levels of the participants, and finally, the UCLA Loneliness Scale was used in the third part which determines the loneliness levels of the participants. SPSS 25 package program was used in the statistical analysis of the study. After the sociodemographic descriptive statistics of the data were made, it was checked whether the survey results obtained from the individuals were normally distributed. Non-parametric tests (Kruskal Wallis and Mann Whitney U) were used when the assumption of normal distribution was not provided. Spearman correlation analysis was used to measure the relationship between the questionnaires. As a result of the study, it was determined that there is a positive and significant relationship between the social appearance anxiety of individuals and their loneliness levels. When the relationship between social appearance anxiety level and age, class level, parental attitudes, and satisfaction with physical appearance variables is examined; social appearance anxiety decreased as age and grade level increased; and also it has been revealed that individuals who are satisfied with their physical appearance and have negligent and indifferent parental attitudes have an increased level of social appearance anxiety. In the study, it was also revealed that variables such as gender, the person living with, the monthly income level of the family, number of siblings, and having close friends did not affect the level of social appearance anxiety. Finally, in this study, it was determined that the loneliness levels of the individuals were not related to the variables of gender, age, class level, monthly income level of the family, the number of siblings, parental attitudes, or physical appearance however it has been found that individuals living with their parents have higher levels of loneliness than those living with their relatives.