

Body Image and Self-Esteem as Predictor Variables of Social-Phobia *

Namık Kemal HASPOLAT**, Mücahit KAĞAN****

Received date:19.06.2017

Accepted date:12.07.2017

Abstract

The current study was conducted to investigate the body image and self-esteem as predictor variables of social-phobia in university students. The study was designed with a descriptive research method in relational screening model as it aimed to determine the degree of joint variation or existence between two or more variants. The participants consisted of 750 undergraduate students, 267 males (35,6%) and 483 females (64,4%), studying at Faculty of Education, Erzincan University in the 2015-2016 academic years and this sample group was chosen with cluster sampling method. The mean age was 21.44 for all participants. As data collection materials, Body Image Scale, Social Anxiety Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale and Personal Information Form were used. The Independent Samples t-test, Analysis of Variance and Multiple Regression Analysis were performed in order to examine the data. According to the study findings, it was concluded that self-esteem and body image were significant predictor variables of social phobia .29.

Keywords: Body Image, Self-Esteem, Social-Phobia

* The data of the present study were obtained from master's thesis of the first author and it was also presented as a summary research paper at the 1 st INES International Academic Research Congress .

** Erzincan University, Faculty of Education, Department of Psychological Counselling and Guidance, R. A, Erzincan/Turkey. e-mail: nhaspolat@erzincan.edu.tr

*** Erzincan University, Faculty of Education, Department of Psychological Counselling and Guidance, Assoc. Prof, Erzincan/Turkey. e-mail: mkagan@erzincan.edu.tr

Sosyal Fobinin Yordayıcıları Olarak Beden İmajı ve Benlik Saygısı[†]

Doi numarası: 10.17556/erziefd.322327

Namık Kemal HASPOLAT , Mücahit KAĞAN*****

Geliş tarihi:19.06.2017

Kabul tarihi:12.07.2017

Öz

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yordayıcıları olarak, beden imajı ve benlik saygısının incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma, iki ya da daha fazla değişken arasındaki değişimin varlığını ya da var olan durumunu belirlemeye yönelik olduğundan, ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırma olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesinde 2015-2016 eğitim öğretim yılında öğrenim görmekte olan öğrenciler arasından küme örnekleme yöntemiyle belirlenen 267'si erkek (%35,6) ve 483'ü kız (%64,4) toplam 750 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma grubunun yaş ortalaması 21.44'dür. Araştırmada veri toplama araçları olarak Vücut Algısı Ölçeği, Sosyal Kaygı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler Korelasyon ve Çoklu Regresyon yöntemi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda benlik saygısı ve beden imajının, sosyal fobinin .29 düzeyinde anlamlı birer yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Beden İmajı, Benlik Saygısı, Sosyal Fobi

* Bu çalışmanın verileri birinci yazarın yüksek lisans tezinden alınmış ve özet bildiri olarak 1. Uluslararası INES Akademik Araştırmalar Kongresi 'nde sunulmuştur.

** Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Öğretim Elemanı, Erzincan/Türkiye. E-mail: nhaspolat@erzincan.edu.tr

*** Erzincan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, PDR Anabilim Dalı, Öğretim Üyesi, Erzincan/Türkiye. E-mail: mkagan@erzincan.edu.tr

1. Giriş

İnsanlar ilk çağlardan itibaren dış görünüşlerine önem vermişlerdir. Bunun için bitki köklerini, yosunları ve hayvan tüylerini kullanmışlardır. Bunun yanı sıra doğadaki diğer materyallerden yararlanarak çeşitli boyaları, kıyafetleri ve güzellik malzemelerini kullanarak daha estetik ve alımlı görünmeye çalışmışlardır. Bu süreç, günümüzde teknoloji ve tıp biliminin gelişmesi ve ilerlemesi ile birlikte daha farklı bir boyut almıştır. Günümüzde insanlar beğenmedikleri uzuvlarını cerrahi yöntemler ile değiştirebiliyor ve kimyasal maddeler kullanarak kaş, göz, saç vb. uzuvlarını normalde olduğundan daha güzel gösterebilmektedir. Son yıllarda özellikle de medyanın etkisi ile insanların dış görünüşlerine daha da fazla önem vermeye başladıkları düşünülmektedir. Yapılan araba reklamlarından dizilere, kozmetik ürünlerinden dondurma reklamlarına kadar birçok platformda kadın ve erkeklerin ideal vücut ölçülerinde olduğu ve bunun da gençler üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Bu konuda ASAPS'in (The American Society for Aesthetic Plastic Surgery) 2013 yılında yayınladığı veriler bu düşünceye temel teşkil edebilir. ASAPS'in verilerine göre plastik cerrahide son 15 yılda %44'lük bir artış meydana gelmiştir.

İnsanlardaki olumlu beden algısının, onların özgüvenini ve sosyalliklerini arttırdığı, toplum karşısında konuşurken ya da performans sergilerken kendilerini daha rahat hissetmelerini sağladığı, arkadaş gruplarına sahip olmalarında etkili olduğu yapılan çalışmalarda ortaya konulmuştur (Erdoğan ve Tütüncü, 2015; Yılmaz, 2015; Matera ve ark.,2013; Kalafat, 2006, Clark ve Tiggemann, 2006; Tarhan, 1995).

Beden imajı, kendi bedenimizin zihnimizde oluşan bir resmidir; aslında, bedenimizin bize nasıl görüldüğüdür (Schilder, 1935). Gardner (1996) ise; beden imajının, kişinin bedeninin görünümüyle ilgili zihninde çizdiği resim olarak tanımlanacağını ifade etmiştir. Gündoğan (2006)'a göre, beden imajı bireyin kendi bedeninin parçalarını değerlendirmesi ve bu parçaların fonksiyonlarıyla ilgili olumlu ya da olumsuz bir tutuma sahip olmasıdır. Bireyin bedenle ilgili duygu ve düşüncelerinin akıldaki şemasıdır. Özet olarak, beden imajı çok boyutlu ve öznel bir yapıya sahip olmasının yanında bireyin kendi bedenine dair duyguları, düşünceleri ve algılarını içeren bir kavramdır.

Beden imajının, kişinin yaşına, cinsiyetine, vücut ağırlığına, sağlığına, zamana ya da içinde yaşadığı topluma göre değişiklik gösterebileceği gerçeği dikkate alınarak kişinin sadece estetik özellikleriyle sınırlı tutulmamalıdır (Neagu, 2015). Beden memnuniyeti aynı zamanda benlik saygısı ile ilişkilidir. Çünkü bedenini beğenen insanlar olumlu benlik saygısına sahip olurken aynı zamanda kendilerini sosyal hayat içerisinde daha rahat hissedebilirler (Antony ve Swinson, 2008; Köknel, 1999).

Benlik kişisel özelliklerimizi nasıl değerlendirdiğimiz yani bir insan olarak kendimizi nasıl gördüğümüzdür. Benlik saygısı ise benliği nasıl değerlendirdiğimize bağlı olarak ortaya çıkmaktadır (Burger, 2006). Benlik saygısı kavramı denilince akla ilk gelen isimlerden biri Rosenberg'dir. Rosenberg benlik saygısını kişinin kendisine atfettiği olumlu ya da olumsuz tutumlar olarak tanımlamıştır (Rosenberg, 1965). Pişkin (2000) benlik saygısı yerine özsaygı kavramını kullanarak, özsaygıyı bireyin gerçek benliği ile ideal benliği arasındaki farkı değerlendirmesi olarak ifade etmektedir. Yapılan birçok tanıtımda yazarların, benlik saygısı ile ilgili olarak bireyin kendisine yönelik olumlu ya da olumsuz değerlendirmeleri, algıları, kendini kabulü gibi kavramları sıkça kullandıkları görülmektedir. Bunun yanı sıra, benlik saygısını kişinin kendisini onaylaması ya da onaylamamasının bir belirleyicisi olarak

değerlendirilebilirken ayrıca kişinin kendisini yetenekli, başarılı kabul edip etmediği ve hayatının anlamlı, değerli olup olmadığını ölçen bir araç olarak da tanımlanabilir (Coopersmith, 1967). Ülkelerin kalkınma planlarında, yetenekli, akademik başarısı yüksek bireylerin ihtiyaç duyulan alanlara yönlendirilerek nitelikli insan gücü yetiştirilmesi kayda değer bir konudur (Gür, 2013). Dolayısıyla yüksek benlik saygısına sahip bireylerin belirlenebilmesi nitelikli insan gücü yetiştirme sürecine ve ülke açısından ihtiyaç duyulan alanlara yönlendirme de katkı sağlayabilir.

Son yıllarda benlik saygısı üzerine yapılan araştırmalarda demografik değişkenler (yaş, cinsiyet, yaşamın çoğunun geçirildiği yer, kardeş sırası ve sayısı vs.) ile birlikte sosyal destek algıları, beden imajı, sosyal fobi, iyi oluş, yeme tutumları, obezite, sünnetli olma gibi farklı değişkenlerin de benlik saygısını etkileyen faktörler içerisinde incelendiği görülmektedir (Sel, 2016; Çetin, 2015; Saric ve Sakic, 2013; Berg ve ark. 2010; Hamarta, 2009; Kalkan ve ark., 2010; Türe, 2009; Tarhan, 1995). Bu ve benzeri birçok çalışmadan yola çıkarak benlik saygısının gelişen ve değişen süreç içerisinde farklı birçok değişkenden etkilenebileceği söylenebilir. Çalışmamızın başka bir boyutu olan sosyal fobinin ise benlik saygısı ile ilişkili olduğu ve yapılan çalışmalarda benlik saygısının sosyal fobinin güçlü bir yordayıcısı olduğu yönündedir (Sübaşı, 2007; Sel, 2016).

Sosyal fobi DSM-V'de (2014) bireyin, başkalarınınca değerlendirilebilecek olduğu bir ya da birden çok toplumsal durumda belirgin bir kaygı ya da korku duyması şeklinde ifade edilmiştir. Bu tanıma benzer bir tanımda ICD-10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems) ölçütlerinde mevcuttur. Sosyal fobi dikkat odağı olmaktan veya utanılacak ya da aşağılanacak şekilde davranmaktan korku duymak ve belirgin bir şekilde kaçınmak olarak belirtilmiştir.

Köknel (1999) sosyal fobinin genel olarak gençlik çağında başladığını ileri sürmüştür. Sosyal fobinin gerçek dışı ve mantıksız bir kaygı ve korku durumu olarak değerlendirmiştir. Bu korku ve kaygılar topluluk içinde bulunmak, konuşmak, karşı cinsle birlikte olmak gibi ortamlarda ortaya çıkar. Sosyal fobi yaşayan bireyler sosyal ortamlara girdikleri zaman kaygı düzeyleri yükseldiği için bu ortamlardan uzaklaşmak belirgin bir davranış biçimi olarak görülür. İlaveten eleştirilme korkusu yaşadıkları için benlik saygıları düşer. Benlik saygısında meydana gelen bu düşüş yüzünden kendilerini başkalarının yanında değersiz olarak algılayarak toplum içinde hatalı, kötü davranacağı düşüncesi ile sosyal ortamlara dahil olmaktan kaçınırlar. Kring ve ark.(2015) ise sosyal fobiyi başkalarının gözünün üzerinde olabileceği sosyal ortamlarda olma ya da sadece tanıdık olmayan insanlarla karşılaşıldığında yaşanan mantıklı olmayan, ısrarlı bir korku şeklinde tanımlamışlar ve özellikle ergenlik çağında başladığını, sosyalleşmeyi etkilediği ileri sürmüşlerdir. Benzer bir tanımda ise Butcher ve ark.(2013) sosyal fobiyi sosyal ortamlarda kişiyi yetersiz kılan korkular şeklinde ifade etmişler ve genellikle ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde başladığını belirtmişlerdir.

Sosyal fobi yaşayan bireylerde görülen belirtiler içerisinde en sık olanları, toplum içinde konuşmak (%89,4), başkalarının bulunduğu bir yere girmek (%63,1), yabancılarla birlikte olma (%47,3) şeklinde sıralanmıştır (Sevinçok, 2000). Bunun yanında sosyal fobi oldukça inatçıdır, 12 yıllık bir çalışmada kendiliğinden iyileşme oranı sadece %37 olduğu görülmüştür (Bruce ve ark., 2005; akt.,Butcher ve ark., 2013).

Günümüzde ergenlerin ve genç yetişkinlerin giderek dış görünüşlerine daha fazla önem verdikleri ve olumsuz beden algısına sahip olan bireylerin psikolojik sorunlar yaşadıkları, bu sorunlar yüzünden giderek içlerine kapandıkları ve sosyal hayattan uzaklaştıkları bir problem

olarak görülebilmektedir. Bu durum beraberinde sosyal fobinin oluşmasına sebep olabilmektedir. Özellikle de ergenlik ve genç yetişkinlik dönemi sosyal fobinin ortaya çıktığı yaşlar olması nedeniyle birey açısından kritik bir dönem olduğu kabul edilmektedir (Kring ve ark.,2015).

Ülkemizde sosyal fobinin yaygınlığı ile ilgili olarak İzgiç, Akyüz, Doğan ve Kuğu (2000) tarafından yapılan araştırma sonucunda, sosyal fobinin kadınlarda daha fazla olduğu tespit edilmiş olup kadınlarda yaşam boyu yaygınlığı % 9,8 erkeklerde ise % 9,4 olarak bulgulanmıştır. Yapılan araştırma sonuçlarına bakıldığında sosyal fobinin ergenlerde ve genç yetişkinlerde daha sık rastlanan bir sorun olduğu göz önünde bulundurularak bu konunun araştırılması önemli görülmüştür. Bu çalışmada beden imajı, benlik saygısı ve sosyal fobi arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılmıştır. Bu çalışma sonuçları sosyal fobinin oluşumunun önlenmesi ile sağlıklı benlik algısı ve olumlu beden imajı algısı oluşumunda geliştirilecek önleyici rehberlik programlarına temel teşkil edebilir. Üniversiteler bünyesinde bulunan psikolojik danışma merkezlerinde yapılan uygulamalara ve bu merkezde çalışan psikolog veya psikolojik danışmanlara kaynak teşkil edebilir. Ayrıca bu çalışma ile bu üç değişkenin kendi aralarındaki ilişki ve farklı değişkenler açısından ele alınmasıyla problem durumunun aydınlatılması ve gelecekte yapılacak çalışmalara kaynak olması bakımından önemli olduğu düşünülmektedir.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma sosyal fobinin yordayıcıları olarak, beden imajı ve benlik saygısının yordama gücünü belirlemeye yönelik ilişkisel tarama modelinde bir çalışmadır. İlişkisel tarama modeli, "iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını ve/ya da derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir" (Karasar, 2009).

2.2. Evren-Örneklem/Çalışma Grubu/ İncelenen Dokümanlar

Bu çalışmanın araştırma grubunu, 2015-2016 akademik yılında Erzincan Üniversitesi öğrenim görmekte olan 3682 öğrenci içerisinde seçilen 750 eğitim fakültesi öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların yaş ortalaması 21,44, yaş aralığı ise 18-32 arasında değişmektedir. Araştırma grubuna ait diğer betimsel istatistikler ise Tablo-1 ve Tablo-2'de verilmiştir.

Bu çalışmada araştırma grubu, küme örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Küme örnekleme; evren ya da çalışma evreni, çoğu zaman içinde çeşitli elemanları olan, benzer amaçlı (işlevli) kümelerden oluşur. Araştırma, evrenden seçilerek kümeler üzerinde yapılabilir. Evrendeki tüm kümelerin tek tek (bütün elemanları ile birlikte) eşit seçilme şansına sahip oldukları durumda yapılan örnekleme küme örnekleme denir (Karasar, 2012).

Kullanılan küme örnekleme yöntemi ile farklı bölümlerde okuyan öğrenciler, üniversite yerleştirme puanlarına göre dört farklı kümede toplanmıştır. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Anabilim Dalı öğrencileriyle Okul Öncesi Öğretmenliği Anabilim Dalı öğrencileri eşit ağırlık kümesini, Matematik ve Fen bilgisi Öğretmenliği Anabilim Dalı sayısal kümeyi, Türkçe Öğretmenliği ve Sosyal Bilgiler Öğretmenliği Anabilim Dalı sözel kümeyi, Müzik Öğretmenliği Anabilim Dalı ve Beden Eğitimi Bölümü Öğretmenliği öğrencileri ise özel yetenek ile öğrenci alan kümeyi oluşturmaktadır.

Tablo1: Bölümlere Göre Öğrenci Dağılımı

Puan türü	Bölüm	f	%	Σf	Σ%
Eşit Ağırlık	<i>PDR</i>	149	19.8	235	31.4
	<i>Okul Öncesi Ögt.</i>	86	11.5		
Sözel	<i>Sosyal Bilgiler Ögt.</i>	71	9.5	195	26
	<i>Türkçe Ögt.</i>	124	16.5		
	<i>Fen Bilgisi Ögt.</i>	48	6.4		
Sayısal	<i>Matematik Ögt.</i>	125	16.6	173	23
	<i>Beden Eğitimi Ögt.</i>	56	7.5		
Özel Yetenek	<i>Müzik Ögt.</i>	91	12.1	147	19.6
	<i>Toplam</i>	750	100		

Tablo2: Öğrenci Sayılarının Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	N	%
<i>Erkek</i>	267	35,6
<i>Kız</i>	483	64,4
Toplam	750	100

2.3. Verilerin Toplanması

Uygulama öncesinde ilgili etik kuruldan gerekli izinler alınmıştır. Araştırmada kullanılan veri toplama araçları üniversite öğrencilerine araştırmacı tarafından gruplar halinde uygulanmıştır. Veri toplama araçları gruplara uygulanmadan önce araştırmacının amacı hakkında gruplara bilgi verilmiştir. Verilerin toplanmasında her bir grupta yaklaşık olarak 45-50 dakika sürmüştür. Verilerin bir kısmı, veri analizini etkileyecek düzeyde uç değerlere sahip olmalarından dolayı, doldurulan içerikler incelenmiş ve bu ölçeklerin içtenlikle yanıtlanma varsayımını karşılamadığı görülmüştür, bir kısmı da hatalı ve eksik doldurulmasından dolayı toplamda 32 kişiye ait veriler veri setinden çıkarılmıştır.

2.3. Veri toplama araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlana kişisel bilgi formu, Hovardaoğlu (1992) tarafından Türkçe'ye uyarlaması yapılan Vücut Algısı Ölçeği, Özbay-Palancı (2001) tarafından geliştirilen Sosyal Kaygı (anksiyete) Ölçeği (SKÖ) ve Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen ve Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) veri toplama aracı olarak kullanılmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada öğrencilere ilişkin demografik bilgileri toplamak amacıyla bu araştırma kapsamında geliştirilmiştir. Etik kurallar ve gerçekçi cevaplar alabilmek amacıyla araştırma sırasında katılımcılara kimlik bilgilerini içeren sorular yöneltilmemiştir.

2.3.2. Vücut Algısı Ölçeği

Orijinal adı Body-Cathexis Scale (BCS) olan ölçek, 1953 yılında Secard ve Jurard tarafından geliştirilmiş, Kişinin 40 ayrı vücut bölümünden ya da işlevinden memnuniyetini belirleyen bir ölçektir. Secard ve Jourard, kişinin bedeninden sağladığı doyumun benlik kavramı ile ilişkili

olduğu düşüncesinden hareketle geliştirdikleri hipotezlerin test edilmesi sonucunda, ölçeklerini iki bölümden oluşturmuşlardır. Orijinal ölçeğin ilk bölümü beden bölümleri ve işlevlerini içeren 46 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin ikinci bölümü benlik ile ilgilidir ve benliğin çeşitli yönlerini (kişilik, kendine güven, ahlak vb.) içeren 55 madde içermektedir (Uğur,1996). Ölçeğin ülkemizde kullanılan formu, 40 maddeden oluşan beş dereceli Likert tipi bir ölçme aracıdır (1= Oldukça beğeniyorum, 2= Oldukça beğeniyorum, 3= Kararsızım, 4= Pek beğenmiyorum, 5= Hiç beğenmiyorum). En olumlu ifade 1 puan, en olumsuz ifade ise 5 puan almaktadır. Buna göre, alınabilecek en düşük toplam puan 40, en yüksek toplam puan 200'dür. Ölçekten alınan toplam puanın artması, kişinin vücut bölümlerinden ya da işlevinden duyduğu memnuniyetin azalmasını, puanın azalması ise memnuniyetin artmasını belirtmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları, 56 kız ve 70 erkek üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Güvenirlik çalışmasında; beden bölümleri ve işlevlerini ile benliğe ilişkin bölümlerden elde edilen puanlar arasındaki korelasyon kızlar için $r=.66$, erkekler için $r=.58$ olarak bulunmuştur. Testin iki yarım güvenilirliği beden doyumunu için $r=.81$, benlik için $r=.90$ olarak elde edilmiştir. Geçerlik çalışması sonucunda; Maslow Psikolojik Güvenlik – Güvensizlik Testi ile beden doyumunu korelasyonu $r=-.32$, benlik puanları ile korelasyonu $r=-.52$ olarak belirlenmiştir. Böylece, düşük doyum puanlarının güvensizlikle birleştiği belirlenmiştir (Uğur,1996). Ölçek, 1986 yılında Hovardaoğlu tarafından Türkçe'ye çevrilmiş ve üniversite öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada iki yarım güvenilirliği $.75$, madde test korelasyonları $r=.45$ ile $r=.89$ arasında ve Cronbach Alfa katsayısı $r=.91$ olarak belirlenmiştir (Hovardaoğlu, 1992). Testin bu çalışmada uygulanması sonucu Cronbach Alfa iç tutarlık katsayısı $.93$ olarak bulunmuştur.

2.3.3. Sosyal Kaygı (anksiyete) Ölçeği (SKÖ)

Ölçek Özbay-Palancı (2001), tarafından üniversite öğrencilerinin yaşadığı “sosyal kaygı” içerikli sorunları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Üniversite öğrenci popülasyonuna yönelik kullanılabilirliğe sahip olacak şekilde geliştirilen ölçek, üniversite öğrencilerinin sosyal durumlara uygun becerilerini ve bu durumlarda oluşabilecek kaygılarını ölçebilecek yapıda hazırlanmıştır. Test kriter ve yapı geçerliliğine tabi tutulmuştur. Kriter geçerliliği için SCL-90 (Belirti tarama listesi) ölçeğinin ilgili dört alt ölçeği ve MMPI(Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri) sosyal içedönüklük (Si) alt testi kullanılmıştır. Yapı geçerliliğine yönelik faktör analizi sonucunda 30 maddelik üç faktörlü bir test yapısı oluşmuştur. Faktör analizi SPSS 10.0 ile gerçekleştirilmiştir. Yapılan faktör analizinde faktörlenebilirlik değişik yöntemlerle incelenmiştir. İlk olarak bütün maddeler arasındaki korelasyon matrisleri incelenmiş ve uygunluk aranmıştır. Örneklem uygunluğu ve Sphericity testleri gerçekleştirilmiştir. KMO örneklem uygunluk katsayısı $.90$, Barlett Küresellik testi χ^2 değeri 3644.58 ile $p<.001$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Yapılan ilk faktör analizinde döngüsel metot kullanılarak faktör çözümlemesinin birden büyük öz değerleri grafikleme yöntemiyle (scree test) maksimum manidar faktör sayısı incelenmiştir. Uygunluk gösteren ve açıklanabilir faktör sayısının üç olduğu belirlenmiştir. Varimax rotasyon faktör çözümlemesinin sonuçlarıyla elde edilen bu üç faktör (1) sosyal kaçınma, (2) kritize edilme kaygısı ve (3) bireysel değersizlik duygusu olarak adlandırılmıştır. Üç faktörün açıkladığı toplam varyans orijinal varyansın % 32,9'udur. Testin kriter geçerliliği için kullanılan MMPI Si alt testi ile $r=.43$, $p<.001$, SCL alt testlerinden kişiler arası ilişkilerde duyarlılık alt testi ile, $r=.51$, $p<.001$, kaygı testi ile, $r=.25$, $p<.01$, fobik anksiyete alt testi ile $r=.36$, $p<.001$, depresyon alt testi ile $r=.40$, $p<.001$ düzeyinde kuramsal açıklamaya uygun pozitif lineer ilişkilerin bulunduğu görülmüştür. Güvenirlik hesaplamaları ile dağılıma ilişkin uygunluğun elverişliliği analiz edilmiştir. Yapılan varyans analizi sonucunda $F=68.58$, $P<.001$ düzeyinde sonuç anlamlı bulunmuştur. Güvenirlik hesaplamaları için test içi tutarlılık yöntemi ile hesaplanan Cronbah Alfa değeri $.89$ 'dur. Test likert tipi 0-4 aralığında beşli derecelendirmeye sahiptir. Alınan puanların yükselmesi sosyal

kaygı (sosyal fobi) düzeyinin yükseldiğini göstermektedir (Özbay ve Palancı, 2001).Palancı (2004) tarafından toplanan 650 öğrenciye ait sosyal kaygı (anksiyete) ölçeği verileri üzerinde ölçeğin güvenilirlik puanı, test iç tutarlılık yöntemiyle yeniden hesaplanmış, ölçek geliştirildikten yaklaşık üç yıl sonra başka bir örneklem üzerinde gerçekleştirilen işlem sonucunda Cronbah Alfa değeri .88 olarak hesaplanmıştır. Testin bu araştırmada uygulanması sonucu Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .92 olarak bulunmuştur.

2.3.4. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) kişinin benlik saygısını belirlemede en yaygın kullanıma sahip ölçektir. Dörtlü likert tipi ölçüm yapan ölçek 10 maddeden oluşmaktadır. Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş olan ve 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeği vardır. Bu araştırmada benlik saygısını ölçen benlik saygısı alt ölçeği kullanılmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşan dört dereceli Likert türü ölçüm yapmaktadır (1: hiç katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: katılıyorum, 4: tamamen katılıyorum) ve sorulardan beşi ters kodlanmaktadır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçe'ye uyarlanan ölçeğin test tekrar test güvenilirliği 0.89, geçerliği ise 0.71'dir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması Tuğrul (1994) tarafından da yapılmış ve psikiyatrik görüşme sonuçlarıyla ölçek arasındaki korelasyonun 0.71 olduğu belirtilmiştir. Dereboy ve arkadaşlarının (1994) ergenler üzerinde gerçekleştirdikleri geçerlik ve güvenilirlik çalışması da ölçeğin Türkçe formunun iç geçerliğinin yüksek olduğunu göstermektedir. Sümer ve Güngör (1999) ölçeğin cronbach alfa değerinin .85 olduğunu belirtmişlerdir. Testin bu araştırmada uygulanması sonucu Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

2.4. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analiz öncesinde parametrik ya da non-parametrik istatistikler için uygun olup olmadığına (normallik dağılımına, çarpıklık-basıklık, ortalama, ortanca, mod, saçılım ve histogram grafiklerine) ve grupların varyans eşitliğine (Levene F Testi) bakılarak veri analizine başlanmıştır. Yapılan değerlendirme sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği ve grup varyanslarının eşit olduğu görülmüş ve veri setinin parametrik istatistikler için uygun olduğu belirlenmiştir. Veriler öncelikle korelasyon analizine tabi tutulmuş ve daha sonra çoklu doğrusal regresyon analizi modeli uygulanmıştır. Sonuçlar p.05 anlamlılık düzeyinde test edilmiştir.

3. Bulgular

Öğrencilerde beden imajı ve benlik saygısının, sosyal fobinin anlamlı düzeyde birer yordayıcıları olup olmadığı çoklu doğrusal regresyon analizinden adımsal (stepwise) regresyon analizi yöntemi ile incelenmiştir. Bu bağlamda ilk olarak değişkenler arasındaki ilişki korelasyon analizi ile incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar Tablo 3.1' de sunulmuştur.

Tablo 3.1.Sosyal Fobi, Beden İmajı ve Benlik Saygısı arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Katsayıları

	Sosyal Fobi	Benlik Saygısı	Beden İmajı
Sosyal Fobi	1		
Benlik Saygısı	-.517**	1	
Beden imajı	-.349**	.444**	1

**P<.01

Tablo3.1. incelendiğinde sosyal fobi ile beden imajı ve benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir. Başka bir ifadeyle öğrencilerin sosyal fobi düzeyleri arttıkça beden imajı ve benlik saygısı düzeyleri azalmaktadır.

Adımsal (stepwise) regresyon analizine ilişkin yordayıcı değişkenlerin yordanan değişkenle ilişkisini ve dolayısı ile yordanan değişkendeki değişimi açıklama derecesinin anlamlılığını test eden ANOVA tablosu incelendiğinde, açıklanan varyansın ya da regresyon modelinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($F_{1/748}=273.35$; $F_{2/747}=149.26$; $p<.01$). Buna göre yordayan değişkenler model üzerinde yordama işlemini başarı ile yerine getirmiştir. Bundan sonraki aşamada sosyal fobinin yordanmasına ilişkin adımsal çoklu regresyon analizi uygulanmış, sonuçlar tablo 3.2’de sunulmuştur.

Tablo 3.2. Sosyal Fobinin Yordanmasına İlişkin Adımsal Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Model	Standardize Edilmemiş Katsayılar		Std. Edilmiş Kat.Say.		T	İkili r	Kıs. r	R	R ²	F
	B	Std. Hata	Beta							
1.(Sabit)	115.6	4.26			27.11**			.517 ^a	.26	273.35**
	8								8	
B.S.	-2.25	.136	-.517		-16.53**	-.517	-.517			
2.(Sabit)	126.9	4.95			25.61**			.534 ^b	.28	149.26**
	4								6	
B.S.	-1.96	.150	-.451		-13.07**	-.517	-.431			
B.İ.	-.136	.032	-.149		-4.32**	-.349	-.156			

****P<.01 B.S. =(Benlik Saygısı), B.İ. =(Beden İmajı)**

Tablo 3.2. incelendiğinde adımsal regresyon analizi sosyal fobiyi anlamlı düzeyde yordadığı için benlik saygısı ve beden imajı değişkenlerinin adımsal regresyon analiz sürecinde işlem gördüğü belirlenmiştir. Hem beta değerleri ve hem de kısmi ve ikili korelasyon katsayıları incelendiğinde sosyal fobi ile benlik saygısı ve beden imajı değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı düzeyde ilişkilerin olduğu belirlenmiştir. Benlik saygısı ve beden imajı değişkenlerinin birlikte üniversite öğrencilerinde sosyal fobiye ilişkin toplam varyansın yaklaşık % 29’nu açıklamaktadır ($R=.534$; $R^2=.286$; $P<.01$).

Adımsal regresyon analizinin birinci adımında incelenen benlik saygısı değişkeninin üniversite öğrencilerinin sosyal fobiyi yordamada Beta katsayısı $-.517$ ’dir. Beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t=-16.53$; $P<.01$). Tek başına benlik saygısı değişkeni üniversite öğrencilerinde sosyal fobinin yaklaşık % 27’sini açıklamaktadır ($R=.517$; $R^2=.268$).

Adımsal regresyon analizinin ikinci adımında modele benlik saygısı değişkenine beden imajı değişkeni de eklenmiştir. Sosyal fobiyi etkileyen diğer değişkenler sabit tutulduğunda benlik saygısı ve beden imajı değişkenleri birlikte sosyal fobinin yaklaşık % 29’sini açıklamaktadır ($R=.534$; $R^2=.286$). Modeldeki diğer değişkenler sabit tutulduğunda benlik saygısı değişkeninin Beta katsayısı $-.451$; beden imajı değişkeninin Beta katsayısı $-.149$ ’dır. Beta katsayısının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçları anlamlı bulunmuştur ($t_{B.S.}=-13.07$; $P<.01$ / $t_{B.İ.}=-4.32$; $P<.01$).

İkinci adımda modele giren değişkenlerin beta katsayıları ve beta katsayılarının anlamlılığına ilişkin t testi sonuçlarına göre benlik saygısı ve beden imajı değişkenlerinin sosyal fobiyi anlamlı

düzye yordadığı belirlenmiştir. Modeldeki değişkenlere ilişkin Beta değerleri dikkate alındığında üniversite öğrencilerinin sosyal fobilerini birinci sırada benlik saygısı ikinci sırada beden imajı değişkenlerinin anlamlı düzye yordadığı belirlenmiştir. Başka bir ifadeyle yordayıcı değişkenlerin sosyal fobi üzerindeki göreli önemi sırasıyla benlik saygısı ve beden imajıdır.

4. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada beden imajı ve benlik saygısının, sosyal fobinin anlamlı düzye birer yordayıcısı olup olmadığı incelenmiştir. Elde edilen bulgular doğrultusunda üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve beden imajı değişkenlerinin, sosyal fobinin anlamlı düzye birer yordayıcıları olduğu görülmüştür. İlgili alanyazın incelendiğinde bu üç değişkenin birlikte ele alındığı başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan çalışmalarda benlik saygısının sosyal fobinin anlamlı bir yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Gümüş Eren, 2006; Sübaşı, 2007; Eriş, 2013; Sel, 2016). Başka bir çalışmada Aldan (2013) benlik saygısı ve bedene yatırım ilişkisini incelemiş ve benlik saygısının bedene yatırımı yordadığını sonucuna ulaşmıştır. Oktan (2012) ise beden imajının, öznel iyi oluşun yordayıcısı olduğunu bulgulamıştır. Sosyal fobinin yordanmasına ilişkin farklı çalışmalarda ise romantik ilişkiler ve arkadaşlık ilişkilerinin sosyal fobinin yordayıcıları olduğu tespit edilmiştir (La Greca ve Harrison, 2005; Clark ve Tiggemann, 2006).

İlgili alanyazın incelendiğinde benzer konularda farklı çalışmaların yapıldığı da görülmektedir. Kalafat (2006), Matera ve ark.(2013) tarafında yapılan çalışmalarda sosyal beceri düzeyleri ve arkadaş etkisi değişkenleri incelenmiş, bu değişkenler ile beden memnuniyeti arasında manidar bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Arkadaş grubuna sahip olma, yakın arkadaşlıklar kurma ve arkadaşlarından bedenine yönelik olumlu geribildirim alma, bireylerin benden memnuniyetini arttıran faktörler olarak tespit edilmiştir.

Beden imajına yönelik olumlu algıya sahip olan bireylerin, olumsuz algıya sahip olan bireylerden anlamlı düzye farklılaşma gösterdiği, bu farklılaşmanın da yakın ilişki kuran ve arkadaşa sahip olanların lehine olduğu görülmektedir (La Greca ve Harrison,2005; Clark ve Tiggemann, 2006; Erdoğan ve Tütüncü, 2015). Yılmaz'ın (2015) obez ve obez olmayan bireyler üzerinde yaptığı çalışmasında düşük beden algısının, benlik saygısını olumsuz olarak etkilediği yönünde bulgulara ulaşmıştır. Psikoloji ve psikiyatri, eğitim gibi farklı alanlarda yapılan bu çalışmaların sonuçlarından yola çıkarak, farklı nedenlerle (arkadaş grubu, sosyal destek, aile tutumları, sosyal beceri, iyi oluş ve bazı demografik değişkenler) oluşan düşük benlik saygısı ve beden algısının sosyal fobiyi tetikleyici bir unsur olabileceği düşünülebilir.

Düşük benlik saygısında insanların özgüven eksikliği yaşayabilecekleri dikkate alındığında (Avşaroğlu, 2012), bu duruma bağlı olarak bu insanların da tıpkı olumsuz beden algısına sahip olan bireyler gibi sosyal ortamlarda eleştirilme, küçük düşürölme gibi kaygılardan dolayı sosyal ortamlara girmekte isteksizlik yaşayabileceği söylenebilir (Pişkin,2000). Bu nedenle beden imajı ve benlik saygısının sosyal fobinin yordayıcıları olması muhtemel bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Beden imajı ve benlik saygısının birbirleri ile bağlantılı kavramlar oldukları ve bu iki kavramın sosyal fobi ile de negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğu bu araştırma sonucunda görülmüştür. Bu sonuçtan hareketle beden imajı ve benlik saygısı yükseldikçe sosyal fobinin azaldığı, öğrencilerin sosyal fobi yaşamalarını önlemenin bir yolunun da onların benlik saygısı ve beden imajı algılarını yükseltmek için yapılacak çalışmalardan geçtiği söylenebilir.

Okul ve rehabilitasyon merkezleri gibi kurumlarda beden kabulüne yönelik önleyici rehberlik çalışmaları yapılabilir. Ayrıca diş bozukluğu, yaralar ve yanıklar, aşırı kilo vb. sağlık durumlarında genç bireylerin beden imajlarının etkilenmemesi, benlik saygılarının azalmaması

için zamanında müdahalenin önemi veli ve idarecilere aktarılabilir. Bu bağlamda Sağlık Bakanlığının okullarda yaptıkları çalışmalara ek olarak bu farkındalığın kazandırılması eklenebilir. Okullarda ve üniversitelerde öğrenci kulüpleri, dernekler, vakıflar, okul aile birlikleri gibi olanaklar etkin olarak kullanılarak öğrencilerin sosyalleşmesi, kendilerine olan güvenlerinin artırılması, iletişim becerileri kazanmaları ve dolaylı olarak da benlik saygılarını geliştirmeleri sağlanabilir. Beden imajı ve benlik saygısının yükseltilmesi için bireyler, sosyal gelişimine katkı sağlayacak takımsal sportif faaliyetlere yönlendirilebilir. Araştırmacılara öneriler bağlamında beden imajı, benlik saygısı ve sosyal fobi konuları ile ilgili olarak yapılan çalışmalarda genellikle ilişkisel tarama ve yordama çalışmalarının yapıldığı görülmektedir. Bu kavramların oluşumunda ve gelişiminde etkili olan faktörler kesitsel ve boylamsal yöntemlerle çalışılabilir.

Kaynaklar

- Aldan, D. (2013). *Üniversite öğrencilerinde beden imajı ve ilişkili değişkenlerin üçlü etki modeli kapsamında incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- (2014). *Amerikan psikiyatri birliği, ruhsal bozuklukların tanınal ve sayımsal elkitabı* (DSM-5-5.baskı), Tanı ölçütleri Başvuru Elkitabı'ndan, çev. Köroğlu, E., Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Antony, M. M. ve Swinson. R. P. (2008). *The Shyness Social Anxiety Workbook, Accessible Publishing Systems Pty*, 2.bs.
- Avşaroğlu, S. (2012). *İnsan ilişkileri ve etkili iletişim* (4. Baskı, Editör; Alim Kaya). Ankara: Pegem Akademi
- Van Den Berg, P. A., Mond, J., Eisenberg, M., Ackard. D. & Neumark-Sztainer, D. (2010). *The link between body dissatisfaction and self-esteem in adolescents: Similarities across gender, age, weight status, race/ethnicity, and socioeconomic status*, Journal of Adolescent Health, S.47 C.3, s.290-296
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik*, Kaknüs Yayınları
- Butcher, J. N., Mineka, S., Hooley, J. M. (2013). *Abnormal psychology*. New York: Pearson.
- Clark, L. & Tiggemann, M. (2006). *Appearance culture in nine- to 12-year-old girls: media and peer influences on body dissatisfaction*, Social Development, S.15, C.4, , s.628-643
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman WH
- Çetin, B. (2015). *Kentte ve kırsalda yetişmiş ortaokul öğrencilerinin benlik saygısı ile saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi) Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Erdoğan, Ö. ve Tütüncü, İ. (2015). *Üniversite öğrencilerinin beden algısı, yeme tutumu ve yakın ilişki kurma düzeyleri arasındaki ilişki*, SSTB International Refereed Academic Journal of Sports, Health & Medical Sciences, S.17,s.89-115.
- Eriş, Y. (2013). *Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Gardner, R. M. (1996). *Methodological issues in assessment of the perceptual component of body image disturbance*. British Journal of Psychology, s.327-337.
- Gümüş Eren, A. (2006). *Sosyal kaygının benlik saygısına ve işlevsel olmayan tutumlara göre yordanması*, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, S.3, C.26s.63-75.

- Gündoğan, F.(2006). *Sirozlu hastaların beden imajı ve benlik saygılarının değerlendirilmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Gür, R. (2013). *TÜBİTAK bursiyerlerinin akademik başarılarının bursiyer belirleme puanları ve alan türlerine göre incelenmesi*, (Yüksek lisans tezi) Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Hamarta, E. ve Demirbaş, E.(2009). *Lise öğrencilerinin utangaçlık ve benlik saygılarının fonksiyonel olmayan tutumlar açısından incelenmesi*, *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 21;239-247.
- <https://s3.amazonaws.com/asaps/assets/stats/2013/ASAPS-2013-Stats.pdf>. (15.11.2011)
- İzgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O. ve Kuğu, N.(200). *Üniversite öğrencilerinde sosyal fobi yaygınlığı*. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, S.1, C.4, s.207–214.
- Kalafat, T.(2006). *Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, (Yüksek Lisans Tezi), Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
- Kalkan, M., Sahin, C., Toraman, R.A. ve Turkan, S.(2010). *Yirmi yaş sonrası sünnetsizlerin benlik algısı ve benlik saygısı özelliklerinin çocukluk çağında sünnet olan erişkinlerle karşılaştırılması*, *Türk Üroloji Dergisi-Turkish Journal of Urology*, S.36, C.4,s.411-417.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınevi
- Köknel, Ö. (1999). *Günlük hayatta ruh sağlığı*, İstanbul: Alfa Yayıncılık
- Kring, A.M., Davison, G.C, Neale, J.M. & Johnson, S. (2015). *Anormal psikolojisi*, çev. Mustafa Şahin, 12. bs, Ankara: Nobel Akademi.
- La Greca, A. M. & Harrison, H. M. (2005). *Adolescent peer relations, friendships, and romantic relationships: Do they predict social anxiety and depression?*. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 34(1), 49-61.
- Matera, C., Nerini, A. & Stefanile, C. (2013). *The role of peer influence on girls' body dissatisfaction and dieting*. *Revue Européenne De Psychologie Appliquée/european Review of Applied Psychology*, 63(2), 67-74.
- Neagu, A. (2015). *Body image: a theoretical framework*.
- Oktan, V.(2012). *Beden imajı ve reddedilme duyarlılığının öznel iyi oluşu yordama gücü: eğitim bilimleri ve uygulama*, S.11,C. 22 , s. 119-134 .
- Pişkin, M.(2010). *Özsaygı geliştirme eğitimi. içinde, ilköğretimde rehberlik* Ankara: Nobel Yayınları
- Raboteg-Saric, Z. & Sakic, M. (2014). *Relations of parenting styles and friendship quality to self-esteem, life satisfaction and happiness in adolescents*. *Applied Research in Quality of Life*, 9(3), 749-765.
- Rosenberg, Morris. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, New Jersey: *Princeton University Press*.
- Sevinçok, L. (2000). *Sosyal fobi ve çekingen kişilik bozukluğu arasındaki tanısal güçlükler*. *Psikiyatri Dünyası*, S.4, s.3-6.
- Schilder, Paul.(1935). *The image and appearance of the human body*, *Studies in the Constructive Energies of the Psyche*.
- Sübaşı, G. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayıcı bazı değişkenler*, *Eğitim ve Bilim*, S.32, C.144,s. 3-15.

- Tarhan, S. (1995). *Lise öğrencilerinin beden imajlarından hoşnut olma düzeylerinin özsaygıları ve akademik başarıları üzerindeki etkisi*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi) Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Türe, H. (2009). *Celal bayar üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde sosyal kaygı düzeyini etkileyen faktörler*,(Uzmanlık tezi), Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Manisa.
- World Health Organization. (1993). *The ICD-10 classification of mental and behavioural disorders: diagnostic criteria for research* (Vol. 2). World Health Organization.
- Yılmaz, N. (2015). *Obez bireylerde benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı ve vücut algısı*, Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir.

Extended Summary

1. Introduction

Body image is a picture of our body in our mind. In fact, the body image is how we see ourselves in the mirror. Gündoğan (2006) believes that body image is an evaluation of somebody's his/her own body parts and a positive or negative perception about these parts' functions. Body satisfaction is also associated with self-esteem. The reason is that people with positive body image develop positive self-esteem and feel confident in their social life as well (Antony ve Swinson, 2008; Köknel, 1999). In our day, teenagers and young adults gradually become more aware of how they look and the ones who feel uncomfortable or awkward in their body have psychological problems. Because of these problems, they become introverted and estrange themselves from social life and moreover this fact is regarded as a big problem. On the other hand, this situation can bring about social-phobia. Especially, adolescence period, in which social-phobia may emerge, is viewed as a critical stage for the individual (Kring et al., 2015). In Turkey, a research study related to the prevalence of social-phobia was conducted by İzgiç, Akyüz, Doğan and Kuğu (2000). The findings show that social-phobia was higher among the females (9,8 %) than the males (9,4) for their whole lives. As the research results are taken into account, that social-phobia in teenagers and young adults is more frequently confronted issue is a fact. Therefore, it is really important to conduct a study on this topic. The present study aimed to investigate the relationships between body image, self-esteem and social-phobia and also to find an answer for the question of whether the body image and self-esteem are the predictor variables of social-phobia or not.

2. Method

The study was designed in relational screening model to determine the predictive power of body image and self-esteem as predictor variables of social-phobia. The participants consisted of 750 undergraduate students chosen among 3682 students, 267 males (35,6%) and 483 females (64,4%), studying at Faculty of Education, Erzincan University in the 2015-2016 academic years. The mean age was 21,44 and age range was 18 to 32 years. As data collection materials, Body Image Scale, Social Anxiety Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale and Personal Information Form were performed.

3. Findings, Discussion and Results

Results of the study indicated that there was a significant negative correlation between body image, self-esteem and social phobia. That is to say, the level of body image and self-esteem reduce as long as the level of social phobia increases. The self-esteem variable was examined in the first step of stepwise regression analysis in predicting university students' social phobia and the coefficient of determination was -.517. The t-test for significance of beta coefficient was significant ($t=-16.53$; $P<.01$). The variable of self-esteem predicted approximately 27% of the variance in university students' social phobia ($R=.517$; $R^2=.268$). In the second step, the variable of body image was added to self-esteem variable in the model. When the other variables affecting social-phobia remained unchanged, both of body image and self-esteem variables were able to predict 29% of social phobia in students.

According to the findings obtained in the research, university students' body image and self-esteem were found to be significant predictors of their social phobia. Considering the related literature, there is no other study that is examining all of these three variables (self-esteem, body image and social phobia) in one context. In the concerning studies, it was reported that self-esteem was a significant predictor of social phobia (Gümüş Eren, 2006; Sübaşı, 2007; Eriş, 2013; Sel, 2016). In another study, Aldan (2013) investigated the relationship between self-esteem and body investment and concluded the fact of that self-esteem was a predictor of body investment. Oktan (2012), on the other hand, asserted that body image was a predictor of subjective well-being. In regard to the prediction of social phobia, various studies demonstrated the relationships of friend and romantic were important predictors of social phobia (La Greca and Harrison, 2005; Clark and Tiggemann, 2006).

When the related literature is analysed, it is observed that different studies in similar topics have been carried out. According to the studies by Kalafat (2006), Matera et al. (2013), there was a significant relationship between body satisfaction and the variables of social skill levels and friend influence. Having a group of friends, establishing close friendships and receiving positive feedback from friends were identified as factors that increased the body satisfaction of individuals.

In the present study, it was observed that body image and self-esteem were related to each other and that these two concepts had a negative relation with social phobia. In consonance with these results, it could be accepted that social phobia decreased as the body image and self-esteem increased and that one of the ways of preventing social phobia of the students is to take them into the studies to increase their self esteem and body image perceptions.