



Araştırma Makalesi • Research Article

Special Issue on *International Conference on Science, Technology, Engineering, Mathematics and Educational Sciences, STEMES'18, 3-5May 2018, Muş, Turkey*

Üniversite Öğrencilerinin Ana Baba Bağlanma Düzeyleri ve Sosyal Görünüş Kaygılarının Sahte Benlik Algılarını Yordayıcılığı

The Predictability of False Self-perceptions of Parental Bonding Levels and Social Appearance Anxiety of University Students

Halil Ekşi^a, Selami Kardaş^{b,*}, Osman İnci^c

^aProf. Dr., Marmara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, 34722, İstanbul/Türkiye.

ORCID: 0000-0003-1324-3426

^bDr. Öğr. Üyesi, Muş Alparslan Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Bölümü, 49250, Muş/Türkiye.

ORCID: 0000-0003-2773-3936

^cYL Öğrencisi, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 34722, İstanbul/Türkiye.

ORCID: 0000-0001-5309-5603

MAKALE BİLGİSİ

Makale Geçmişi:

Makale Geçmişi:

Başvuru tarihi: 25 Mayıs 2018

Düzeltilme tarihi: 5 Eylül 2018

Kabul tarihi: 25 Eylül 2018

Anahtar Kelimeler:

Sosyal Görünüş Kaygısı

Beden İmajı

Sahte Benlik

ÖZ

Bu araştırma, öğrencilerin ana baba bağlanma düzeyleri ve sosyal görünüş kaygılarının sahte benlik algılarını yordayıcılığını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın örneklemini 330 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma çoklu yordayıcı korelasyonel model ile yapılmıştır. Örneklem grubuna “Ana baba bağlanma ölçeği”, “Sosyal görünüş kaygısı ölçeği”, ve “Sahte benlik algısı ölçeği” birlikte verilmiştir. Veriler çoklu regresyon tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda sahte benlik algısı, sosyal görünüş kaygısı ve ana babaya bağlanma değişkenleri arasında ikili olarak ilişkiler anlamlı bulunmuştur. Regresyon analizi sonucunda ise sosyal görünüş kaygısı, anneye bağlanma ve babaya bağlanma değişkenlerinin birlikte sahte benlik algısını yordadığı görülmüştür. Bu değişkenlerden sosyal görünüş kaygısı ve babaya bağlanmanın anlamlı yordayıcılar olduğu görülmüştür. Elde edilen bulgular literatür ışığında tartışılmış ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

ARTICLE INFO

Article history:

Received 25 May 2018

Received in revised form 5 September 2018

Accepted 25 September 2018

Keywords:

Social Appearance Anxiety

Body Image

False Self

ABSTRACT

This research aims to examine the predictability of students' parental bonding levels and false self-perceptions of social appearance anxiety. The sample of the research consists of 330 students. The study has been conducted with a multi-predictor correlation model. Literate sample group; 'Parental bonding instrument', 'Social appearance anxiety scale', and 'Perception of false self-scale' have been given together. The data have been analyzed using multiple regression techniques. As a result of the analyzes, it has been found that relations between false self-perception, anxiety of social appearance and parental bonding variables are significant dichotomously. As for a result of regression analysis, it has been seen that the social appearance anxiety, bonding to mother, and bonding to father together predict false self-perception. From these variables, social anxiety and bonding to father have been seen to be significant predictors. Findings obtained have been discussed in the light of the literature and some suggestions have been made.

1. Giriş

Araştırmacıların günlük hayatlarında yaptıkları kişisel gözlemler onları bu çalışmaya sevk etmiş, yapılan bu

gözlemler yaşadığımız toplumda anne babaya bağlanmanın yaygın olduğunu, birçok ilişkinin imaj, görüntü, görünüşlerden oluştuğunu, bunun üzerinden yürüdüğünü ve bireylerin kendilerine karşı yabancılaştığını, sahte

* Sorumlu yazar/Corresponding author.
e-posta: selamikardas@gmail.com

benliklerin yaygınlaştığını araştırmacılara düşündürmüştür. Buradan yola çıkarak yapılan bu çalışmada üniversite öğrencilerinin sahte benlik algıları, sosyal görünüş kaygıları ve ana babaya bağlanma durumları arasındaki ilişki saptanmış, sahte benlik algısının sosyal görünüş kaygısı ve ana babaya bağlanma tarafından anlamlı bir şekilde yordanıp yordanmadığı ortaya konmuştur.

1.1. Bağlanma Kuramı

Bowlby'nin çocuk ile ona bakımı veren kişi arasında kurulan sosyal bağın (bağlanma) normal gelişim için önemli olduğunu gösteren çalışmaları, çocukluk döneminde ana baba çocuk ilişkilerinin kişilik gelişimi, insanlarla ilişkiler ve psikolojik uyumu etkilediği kabulünü kanıtlayan ilk çalışmalarıdır (Crockenberg vd., 1993'den akt. Kapçı ve Küçüker, 2006). Bowlby (1969), herkesin bir bağlanma sistemiyle donatılmış olduğunu belirtmektedir. Bu düşüncesine kanıt olarak da insanların özellikle çocukların karanlık, tuhaf, tehlikeli ortamlarda tek başına kaldıkları, tehdit edilmeleri, yaralanmaları vb. durumlarda kendisine yakın gördüğü birinin koruma ve desteğine duyduğu gereksinimi göstermektedir (Shaver ve Hazan, 1994'ten akt. Kart, 2002).

Bağlanma kuramında bakıcı çocuk ilişkisinin farklı çocuk tepkileri ortaya çıkaracağı düşüncesiyle Ainsworth vd. (1978), Bowlby'nin kuramını temel alarak çalışmalar yapmış ve üç tür bağlanma örüntüsü betimlemiştir. Bebeğin uyumuna hizmet eden güvenli bağlanma, bakıcının çocuğun ihtiyaçlarına zamanında karşılık vermesiyle oluşan bağlanmadır. Bu şekilde çocuklar, oyun esnasında güven hissini yaşamaktadırlar. Bakıcı çocuğun ihtiyaçlarına tutarsız karşılık verdiğinde ya da zamanında cevap vermediğinde çocukta kaygılı/kararsız bağlanma tepkileri ortaya çıkmaktadır. Diğer yandan bakıcı çocuğun gereksinimlerine tutarlı bir şekilde cevap vermediği, tepkisiz kaldığı durumlarda da çocukta kaygılı/kaçıncı tepkiler ortaya çıkmaktadır (Akt. Rohner ve Britner, 2002). Bowlby (1982), bağlanmanın duygusal bir bağ olduğunu ve bu bağın güvenliği, rahatlığı ve korumayı içerisinde barındırdığını söylemektedir (Akt. İlaslan, 2009).

Yine Bowlby anne ile bakıcı arasındaki bağın belli işlevleri olduğunu söylemektedir. Bu bağ, çocuk çevreyi keşfettiğinde güvenli bir temel olurken tehlike anında ise sağlam bir sığınak şeklini alır. Bu durum bakıcının ulaşılabilirliği ile alakalıdır. Çocuk bu ulaşılabilirlik ile ilgili bir problem olduğunu sezdiğinde, sistem kendisini bakıcının o anki davranışlarına göre tekrar kuracaktır. Bakıcının davranış kalitesine göre bağlanma sistemi ya bakıcı ile ilişkinin tekrar kurulmasını ve iyileşmesini kolaylaştıracak ya da çocukta kaygı ve huzursuzluk yaratacak olan ayrılığı protesto tepkileri ortaya çıkaracaktır (Sümer ve Güngör, 1999). Bakıcı, çocuğun ihtiyaçlarına karşı duyarlı ve hassas olduğunda; bu durum çocuğun kendini sevmeye ve özen gösterilmeye değer görebilmesini sağlarken, aksi durumda yani bakıcının ihtiyaçlara karşı duyarlı olmaması durumunda çocuğun kişilik yapısında ve insani ilişkilerinde sorunlar çıkmasına sebep olacaktır (Solmuş, 2002).

Cassidy (1988) tarafından yapılan çalışmalarla farklı benlik alanları ve bağlanma arasındaki ilişki kapsamı geniş bir şekilde incelenmiş, bu iki değişken arasında ilişkilerin olduğu saptanmıştır. Bu çalışmada güvenli bağlanma ile

gözlem ve diğer ölçme araçlarının yardımı ile ölçülebilen özsaygı ve benlik kavramını okul öncesi çocuklarında ilişkili olduğunu ortaya konmuştur. Daha sonraları ise Verschueren, Marcoen ve Schoefs (1996) yine erken çocukluk dönemi için bağlanma ve benlik kavramı arasındaki ilişkiyi incelemiş ve aynı şekilde güvenli bağlanma ile olumlu benlik arasında yüksek derecede ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca Kerns, Klepac ve Cole (1996), yaptıkları çalışmalarda anne babaya bağlanma ile farklı benlik alanları arasında güçlü ilişkiler olduğunu ve bu bağlanmanın benliği farklı şekillerde etkilediğini bulmuştur.

1.2. Sosyal Görünüş Kaygısı

Sosyal görünüş kaygısı, insanların fiziksel görünüşlerinin hem kendileri hem de başkaları tarafından değerlendirilirken hissettikleri ve yaşadıkları kaygı durumudur. Bu fiziksel görünüş kilo, boy, vücut yapısı gibi durumları kapsar. Ancak sosyal görünüş kaygısı bu fiziksel kaygıyla beraber yüz, ten gibi daha detaylı ve kapsamlı durumları da içerisinde barındırmaktadır (Hart vd., 2008).

İnsanlar kendilerinde var olan beğenilme duygusunu çeşitli yollarla beslemeye çalışırlar. Bu yollardan biri de kişinin iyi, güzel bir dış görünüme sahip olmasıdır. Bireyler bu beğenilme isteği ile geçmişten bugüne kadar güzel bir görünüme sahip olmak, kendilerine uygun vücut ölçüleri ve şekillere sahip olmak için estetik ameliyatlara yaptırmak, fiziksel etkinlikler yapmak gibi çeşitli uğraşlar içinde olmuşlardır. Çünkü güzel bir dış görünüşün kişinin kendine olan güveninde, kendisiyle ilgili zihinsel ve duygusal algılamalarında, dolayısıyla psikolojik olarak sağlıklı olmasında, kişiler arası ve toplumsal ilişkilerde olumlu anlamda etkilere sahip olduğu düşünülmektedir (Gökdoğan, 1988; Grogan, 1999; Öksüz, 2012).

Günümüzde geçmişe oranla insanlar hem kendileri hem de başkalarının fiziksel görünüşleriyle daha fazla ilgilenmektedir. Güzellik, kaslı bir yapıya sahip olmak, yakışıklılık, çekicilik gibi özellikler insanlar için önemli bir değer olarak atfedilmektedir. Bu gibi özelliklere göre insanlar değerlendirilmekte; örneğin güzel ya da yakışıklı olanlara pozitif, olmayanlara ise negatif değerler yüklenmektedir. Bu durum çeşitli iletişim araçlarıyla da insanlara aktarılmaktadır. Televizyonlarda, internette ve benzeri ortamlarda insanlara ideal ölçüler sunulmakta ve bu sunulan değerler kişinin kendisiyle ilgili değerlendirmelerinde etkili olmaktadır (Yaman vd., 2008).

Bununla birlikte, beden imajı sosyal görünüşle ilgili olarak bireyin kendi bedeni hakkında sahip olduğu olumlu ya da olumsuz duygu, düşünce ve algılamalarıdır (Mussell vd. 1996). Aynı zamanda Cash ve Fleming (2002), görünüş kaygısının kişinin beden imajı ile doğrudan ilişkili olduğunu söylemiştir. Kulaksızoğlu (2000) da beden imgesini, kişinin kendisiyle ilgili algı ve değerlendirmeleri olarak tanımlamıştır. Kişi beden imajı ile ilgili daha çok olumsuz duygu ve düşüncelere sahipse, yani kendi bedeni veya bir organı ile olumsuz bir algısı varsa bu durum kişinin kendini rahatsız hissetmesine, başkalarına karşı utanmasına ve kendini daha az çekici bulmasına sebep olacaktır. Olumlu beden imajı ise bireyin bedeninden memnuniyetini ifade eder. Yukarıda da açıklandığı gibi kişinin olumsuz beden imajına sahip olması durumunda, bu kişinin sosyal görünüş kaygısına da sahip olduğu düşünülebilir (Altabe ve

Thompson, 1992'den akt. Doğan, 2010; Bergeron, 2007; Cash, Phillips, Santos ve Hrabosky, 2004; Jung ve Lennon, 2003). Beden algısının bireyin benlik algısı ile ilişkisinin dışında cinsel davranışlar, sosyal fobi düzeyleri, yeme davranışları, duygusal durumlar ve sosyal ilişkiler ile de ilişkili olduğu ortaya konmuştur (Cash ve Fleming, 2002).

1.3. Sahte Benlik Algısı

Sahte benlik araştırmaları psikoloji tarihinde uzun süre yer almıştır. Bu araştırmalar çoğunlukla duygusal rahatsızlık ve benlik çelişkisi arasındaki ilişkiyi açıklamaya yöneliktir (Weir ve Jose, 2010). Sahte benliğin en temel argümanı kişinin var olan fikirlerini yansıtmaması ve kişinin düşündüğü ya da inandığı şeyi söylememesidir (Harter, Waters ve Whitesell, 1997). Sahte benlik özellikle insanın bir birey olarak gerçek benliğini ve kişiliğini yansıtmayacak şekilde davranması şeklinde tanımlanabilir (Harter, Marold, Whitesell ve Cobbs, 1996). Diğer benlik çeşitleriyle sahte benlik arasındaki en belirgin fark, diğer benlikler normal bir gelişim sürecinde şekillenirken sahte benliğin doğal olmayan yolla deneyimlendiği gerçeğidir (Harter, 1999).

Gerçek benlik ve sahte benlik kavramları ilk olarak 1960 yılında Winnicott tarafından ortaya konulmuş ve sadece psikiyatri alanında değil ayrıca felsefi ve dini sistemlerin konusu haline de gelmiştir. Winnicott, sahte benliği bir savunma mekanizması olarak görmekte ve bunun geçmişte yaşanan olaylarla ilintili olduğunu savunmakta ve bu durumun çoğunlukla bireyin kendisinden memnun olması, kendisini beğenmesi ve kendisini büyük görmesi şeklinde tezahür ettiğini savunmuştur (Winnicott, 1960). İnsanın olduğu gibi görünmediği gerçeğini örten sahte benliği Laing (2011), insanın özgün bir birey olamamanın, yabancılaşmasının bir yolu olarak tanımlamıştır. Sahte benlik, bireyin gerçek anlamda sahip olmadığı, yüzeysel olarak görünen benlik olup başkalarının isteklerine göre şekillenmiş, oluşturulmak zorunda bırakılmıştır (Akhtar, 1989).

Winnicott'a göre insanların anlık ve yaratıcı tepkilerini önemli gördükleri gerçek benlik, sahte ve sosyal uyumlu benlikten farklıdır. Sahte benlik ve gerçek benlik arasındaki farkı anlamak için Winnicott, gerçek benliğin orijinal olup derin duygulara sahip olduğunu ve yaratıcılığın bu benliğin temelinde yattığını belirtir. Bunun aksine sahte benliğin uyumlu olduğunu ve diğer insanların beklentilerine göre şekillendiğini öne sürer. Ona göre sahte benlik önemli olanı ve birey olmanın orijinal yönünü reddeder (Winnicott, 1960).

Önceki çalışmalar sahte benlik davranışlarının aynı zamanda fazla can sıkıntısı ve endişeli ruh haliyle ilişkili olduğunu göstermiştir (Harter vd. 1996). Bununla birlikte Harter vd. (1997) sahte benliğin kişinin fikirlerini ifade edememekle ilgili olduğunu da belirtmişlerdir. Bunlarla birlikte Wolff (1977)'e göre çocukların özellikle ilk gelişimsel dönemlerinde kendilerini ifade etmelerine izin vermeyen anne babalar çocukta sahte benliğin oluşmasına zemin hazırlar.

Sahte benliğin oluşum sebebi insanların gösteriş düşkünü olması ve kibirli olma meylidir. Gösteriş sahibi olma ve savunma mekanizmalarını oluşturan algı ve davranışlarla insan bir benlik imgesi oluşturur. Sahte benliğe sahip olmak kişilik sahibi olmamak anlamına gelmez. Sahte benliğin

çözülmesinin yolu ihtiras, nefret, kibir ve savunma mekanizmalarıyla ilgili alışkanlıkları gözden geçirmekten geçer (Helminski, 2006).

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı; Marmara Üniversitesi Fen Edebiyat fakültesi öğrencilerinin sahte benlik algıları, sosyal görünüş kaygıları ve ana babaya bağlanma durumları arasındaki ilişkiyi saptayarak sahte benlik algısının sosyal görünüş kaygısı ve ana babaya bağlanma tarafından anlamlı bir şekilde yordanıp yordanmadığını ortaya koymaktır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır:

- Marmara Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin sahte benlik algıları, sosyal görünüş kaygıları ve ana babaya bağlanma durumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Marmara Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ve ana babaya bağlanma durumları sahte benlik algılarının anlamlı birer yordayıcısı mıdır?

2.2. Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma desenlerinden çok faktörlü yordayıcı korelasyonel desen şeklinde gerçekleştirilmiştir. Yordayıcı korelasyonel desende değişkenler arasında ilişki aranmasının yanında bunun biraz daha ötesine geçilerek var olan ilişkiye dayalı tahmin etme işlemi yapılır. Ölçülen, değeri bilinen bir değişkenden yola çıkarak değeri bilinmeyen değişken tahmin edilmeye çalışılır. Burada bilinmeyen değişkeni tahmin etmemize, yordamamıza yardımcı olan değişkene yordayıcı değişken, tahmin edilmeye çalışılan değişkene de ölçüt değişken denir. (Fraenkel ve Wallen, 2006) Yordayıcı korelasyonel desenler yordayıcı değişkenin sayısına göre tek faktörlü ve çok faktörlü yordayıcı korelasyonel desen olarak ikiye ayrılır (Büyükoztürk, Çakmak-Kılıç, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012).

2.3. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Marmara Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi öğrencileridir. Bu evrenden alınan örneklem ise farklı bölümlerde okuyan 330 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklemi oluşturan katılımcıların 92'si (%27.9) erkek, 238'i (%72.1) kadın öğrencidir. Bölüm bağlamında dağılım ise; 42'si (%12.7) Bilgi ve Belge Yönetimi, 22'si (%6.7) Mütercim Tercümanlık, 57'si (%17.3) Edebiyat, 23'ü (%7) Sosyoloji, 41'i (%12.4) Biyoloji, 17'si (%5.2) Kimya, 34'ü (%10.3) Tarih, 32'si (%9.7) Matematik, 28'i (%8.5) Coğrafya ve 34'ü (%10.3) Fizik bölümü şeklindedir. Örneklemi oluşturan katılımcıların yaş ortalaması ise $\bar{x} = 21.6$; $ss=1.78$ şeklindedir. Örneklem tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiştir.

2.4. Veri Toplama Araçları

Veri toplamada "Ana Babaya Bağlanma Ölçeği", "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği" ve "Sahte Benlik Algısı Ölçeği" olmak üzere üç araç kullanılmıştır.

2.4.1. Ana Babaya Bağlanma Ölçeği

Ana Babaya Bağlanma Ölçeği, kişinin anne babasıyla kurduğu ilişkiyi yaşamının ilk 16 yılını düşünerek değerlendiren, bu ilişkiye dair bilgi veren ve kişinin kendi algılamasına dayanan bir kağıt-kalem ölçeğidir. Ölçek Parker, Tupling ve Brown (1979) tarafından geliştirilmiştir. 4'ü likert tipinde olan ölçek yetişkinlere göre hazırlanmıştır. Toplamda 25 maddeden oluşan ölçek iki alt boyuta sahiptir. Bu alt boyutlardan biri "ilgi/kontrol", diğeri ise "aşırı koruma" boyutudur. Ölçeğin hem anne hem de baba formu mevcuttur. Puanlama şu şekildedir: 25 maddeden oluşan ölçekte her madde 3,2,1,0 şeklinde puanlanmaktadır. Katılımcılar "tamamen böyleydi" ve "hiç böyle değildi" seçenekleri arasında tercih yapmaktadırlar. 2., 4., 8., 9.,10.,13.,14.,16.,18.,19.,20., 23. ve 24. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçeğin anne baba formları ayrı ele alınıp toplam puan üzerinden değerlendirilmektedir. Her iki formda da puan artışı olumlu bağlanmayı, puan azalması ise olumsuz bağlanmayı ifade etmektedir. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik çalışması Kapıcı ve Küçüker (2006) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek için yapılan faktör analizi sonucunda ölçeğin orijinal formunda bazı değişiklikler meydana gelmiştir. Orijinal formunda kontrol/aşırı koruma faktöründe olan maddelerin kontrol boyutuyla ilgili olanları Türkçe'ye uyarlama çalışmasında ilgi faktörüne yüklenmiştir. Bu değişiklikler ölçeğin alt boyutları "aşırı koruma" ve "ilgi/kontrol" şeklinde son halini almıştır. Güvenirlik çalışmasında ise yapılan Cronbach alfa iç tutarlık analizi sonucunda güvenirlik katsayıları anne formu için .87, baba formu için .89 olarak hesaplanmıştır.

2.4.2. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği

Hart vd. (2008) tarafından geliştirilen Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği kişinin kendi algısına dayanan ve kendi görünüşüyle ilgili duygusal, bilişsel, davranışsal kaygıları ölçmek amacıyla oluşturulmuş bir ölçektir. Ölçeğin ülkemiz için geçerlik çalışmasını Doğan (2010) yapmıştır. Ölçek 16 maddeden oluşmaktadır. 1 ve 5 arasında puanlanan 5'li likert tipinde puanlanır ve tek boyutludur. Puanlama toplam puan üzerinden değerlendirilir ve puanlar 16 ve 80 puan arasında değişmekte olup alınan yüksek puanlar sosyal görünüş kaygısının yüksek olduğunu göstermektedir. Puanlamada sadece 1. madde ters puanlanmaktadır. Ülkemiz için yapılan geçerlik çalışmasında araştırmacı uyum geçerliği için

"olumsuz değerlendirme korkusu" ölçeğini kullanmış ve aralarında .60 değerinde pozitif bir ilişki bulunmuştur. Güvenirlik çalışmalarında ise Cronbach alfa iç tutarlık güvenirlik katsayısı .93, yarılama tekniği ile elde edilen güvenirlik katsayısı .88 olarak bulunmuştur. Test tekrar test güvenirlik katsayısı da .85 olarak hesaplanmıştır.

2.4.3. Sahte Benlik Algısı Ölçeği

Weir ve Jose (2010) tarafından sahte benlik ile ilgili durum ve özellikleri ölçmek amacıyla geliştirilen Sahte Benlik Algısı Ölçeği yetişkinler için tasarlanmıştır. Ölçek 16 maddeden ve 2 alt boyuttan (sahte benlik, sosyal kaygı) oluşmaktadır. Ölçek kişinin kendi algısı ile birlikte kendini değerlendirdiği bir ölçektir. 5'li likert tipinde olan ölçekte katılımcılar "hiç katılmıyorum" ile "tamamen katılıyorum" arasında tercih yapmaktadır. Toplam puan üzerinden değerlendirilen ölçekte puanlar 16 ve 80 puan arasında değişmekte olup yüksek puanlar kişinin yüksek derecede sahte benlik algısına sahip olduğunu göstermektedir. Puanlamada 1., 7. ve 12. maddeler ters puanlanmaktadır. Ülkemizde Akın, Demirci, Yılmaz ve Işık (2013) ortak çalışmaları sonucunda ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğini yaparak bu ölçeği ülkemizde de kullanmaya hazır hale getirmişlerdir. Bu çalışmalar sonucunda güvenirlik analizlerinde Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı 0.75, test tekrar test katsayısı da 0.84 olarak hesaplanmıştır.

2.5. Verilerin Analizi

Araştırmada verilerin analizi için SPSS 15.0 programı kullanılmıştır. İlişki analizleri Pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı aracılığı ile, yordama analizleri de çoklu regresyon tekniği ile hesaplanmıştır.

3. Bulgular

Öncelikle erkek ve kadın öğrencilerin anne bağlanma, baba bağlanma, sahte benlik ve sosyal görünüş değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğine dair yapılan t testi sonuçlarına göre cinsiyet bağlamında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sonrasında değişkenler arasındaki korelasyona bakılmıştır.

Üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal görünüş kaygısı, sahte benlik algısı ve ana babaya bağlanma durumları arasındaki korelasyon Tablo 1'de yer almaktadır.

Tablo 1. Sosyal Görünüş Kaygısı, Ana-Babaya Bağlanma Ve Sahte Benlik Algısına İlişkin Korelasyon Analiz Sonuçları

Değişkenler	1.Sahte Benlik Algısı	2. Sosyal Görünüş Kaygısı	3.Anneye Bağlanma	4. Babaya Bağlanma	
1.Sahte benlik algısı	r	1			
	p				
	N	328			
2.Sosyal görünüş kaygısı	r	,39*	1		
	p	,00			
	N	328	330		
3.Anneye bağlanma	r	-,23*	-,28*	1	
	p	,00	,00		
	N	328	330	330	
4.Babaya bağlanma	r	-,27*	-,31*	,64*	1
	p	,00	,00	,00	
	N	328	330	330	330

* p<.001

Tablo 1'de görüldüğü üzere örnekleme oluşturan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı, sahte benlik algısı ve ana babaya bağlanma puanları arasındaki ikili ilişkilerde anlamlı ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla yapılan Pearson analizi sonucunda değişkenler arasında pozitif ve negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p < .001$). Yine aynı tabloda ikili ilişki olarak; sosyal görünüş kaygısı ile sahte benlik arasında pozitif yönde ve anlamlı ($r = .39$, $p < .001$), sahte benlik algısı ile anneye bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.23$, $p < .001$), sahte benlik algısı ile babaya bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.27$, $p < .001$), sosyal görünüş kaygısı ile anneye bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.28$, $p < .001$), sosyal görünüş kaygısı ile babaya bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı ($r = -.31$, $p < .001$) ve son olarak

anneye bağlanma ile babaya bağlanma arasında pozitif yönde ve anlamlı ($r = .64$, $p < .001$) ilişki bulunmuştur.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sahte benlik algı puanlarının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2'de yer alan sahte benlik algısının yordanmasına ilişkin çoklu regresyon analizi sonuçları incelendiğinde, sosyal görünüş kaygısı, anneye bağlanma, babaya bağlanma değişkenleri ile sahte benlik algısı arasında anlamlı bir ilişki ($R = .42, R^2 = .18$, $F = 22.97$, $p < .001$) bulunmaktadır. Tablo 2'de görüldüğü gibi, F değeri regresyona alınan bağımsız değişkenlerin bir bütün olarak bağımlı değişkeni anlamlı biçimde yordadığını göstermektedir.

Tablo 2. Sahte Benlik Algısının Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analiz Sonuçları

Yordanan değişken	Yordayıcı değişkenler	B	t	P	R	R ²	F	P
Sahte Benlik Algısı	Sosyal Görünüş Kaygısı	.33	6,23	.00**	.42	.18	22,97	.00**
	Anneye Bağlanma	-.04	-.67	.50				
	Babaya Bağlanma	-.14	-2,05	.04*				

* $p < .05$ ** $p < .001$

Adı geçen üç değişken birlikte, sahte benlik algısı bağlamında varyansın yaklaşık %18'ini açıklamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin sahte benlik algısı üzerindeki görece önem sırasının; sosyal görünüş kaygısı, babaya bağlanma, anneye bağlanma olduğu görülmektedir. Yordayıcı değişken olarak, sahte benlik algısına ilişkin yapılan çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre anlamlı düzeyde sosyal görünüş kaygısının ($p < .001$) ve babaya bağlanmanın ($p < .05$) yordandığı görülmektedir. Etki değerleri içinde β (beta) ve t puanlarına bakıldığında en fazla açıklayıcılık değerine sahip değişkenler sırasıyla $\beta = .33$, $t = 6.23$ değerleri ile sosyal görünüş kaygısı ve $\beta = -.14$, $t = -2.05$ değerleri ile babaya bağlanma olduğu görülmüştür. Diğer değişken olan anneye bağlanmanın herhangi bir anlamlı etki ($p < .05$ ve $p < .01$) yapmadığı bulgulanmıştır. Diğer bir ifade ile öğrencilerdeki sosyal görünüş kaygısı arttıkça sahte benlik algılarının da arttığı, geliştiği; babaya bağlanma puanları azaldıkça (yani babaya olumsuz bağlanma arttıkça) sahte benlik algılarının arttığı, geliştiği söylenebilir.

4. Sonuç ve Tartışma

Yapılan bu çalışmanın konusu araştırmacıların günlük yaşamda kendi kişisel gözlemleri sonucunda belirlenmiştir. Yapılan bu gözlemler toplumumuzda anne babaya bağlanmanın yaygın olduğu, birçok ilişkinin imaj, görüntü, görünüşlerden oluştuğu, bunun üzerinden yürüdüğü ve bireylerin kendilerine karşı yabancılaştığı, sahte benliklerin yaygınlaştığını düşündürmüştür. Buradan yola çıkarak yapılan bu araştırma bu konuda bizlere bazı bilgiler sunmuştur.

Araştırma, yaşları 18 ile 28 arasında değişen üniversite öğrencileri ile yapılmıştır. Araştırmaya 92'si erkek 238'i kadın olmak üzere toplam 330 üniversite öğrencisi katılmıştır. Öncelikle değişkenlerden biri olan bağlanma anne ve baba olarak ayrı ele alınmış, diğer iki değişkenle birlikte toplam bu dört değişkenin (anneye bağlanma, babaya bağlanma, sosyal görünüş kaygısı ve sahte benlik algısı) aralarındaki ikili ilişkilere bakılmıştır. İkili ilişkilerde tamamı anlamlı

olmak üzere pozitif ve negatif yönde anlamlı ilişkiler ortaya çıkmıştır.

Elde edilen bulgulardan özetle; anne babaya olumsuz bağlanma arttıkça bireylerin sosyal görünüş kaygıları ve sahte benlik algılarının arttığı; sosyal görünüş kaygıları artan bireylerin sahte benlik algılarında artış olduğu ve son olarak anneye olumlu bağlanmanın artmasıyla babaya da olumlu bağlanmanın arttığı söylenebilir. Regresyon analizinde ise yordayıcı değişken olarak sosyal görünüş kaygısı, anneye ve babaya bağlanma sahte benlik algısını anlamlı bir şekilde yordamaktadır. Son olarak ana değişkenlerin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı bulunmuştur. Aşağıda değişkenlerimizle ilgili olan, kendi bulgularımızı karşılaştırabileceğimiz benzer çalışmaların bulgularına yer verilmiştir.

Bu bölümde sosyal görünüş kaygısıyla ilgili olan sosyal kaygı, beden imajı, beden (benlik) imgesi, beden memnuniyeti kavramlarıyla ilgili yapılan çalışmalardan da bulgulara yer verilmiştir. Nitekim Temizel (2014) sosyal kaygıyı eleştirilmek, olumsuz değerlendirilmek, alay edilmek, utanılacak bir davranışta bulunmak, beğenilmemek, rezil olmak, reddedilmek, yargılanmak gibi durumlarla ilgili yaşanan kaygı olarak tanımlamıştır. Tanımdan da anlaşılacağı üzere sosyal kaygı, sosyal görünüş kaygısıyla çok yakın anlamlara sahip oldukları söylenebilir.

Çalışmamızda elde ettiğimiz sosyal görünüş kaygısının cinsiyete göre farklılaşmadığı bulgusunu destekleyen ve desteklemeyen çalışmalara literatürde rastlanmıştır. Yaptığımız araştırmanın bu bağlamdaki sonucundan farklı olarak Kalafat ve Kınal (2008) üniversite öğrencilerinde beden memnuniyetinin cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklı olduğunu bulmuştur. Erkeklerin beden memnuniyetleri kadınlara göre daha yüksek bulunmuştur. Uğurlu ve Akın (2008), beden benlik algısının kadınlarda erkeklerden daha yüksek olduğunu ve bu farkın anlamlı olduğunu ortaya koymuştur. Ölçek puan ortalamasının daha yüksek olması olumlu beden benlik algısına sahip olunduğu anlamına gelmektedir. Alemdağ (2013), öğretmen adaylarında sosyal

görünüş kaygısının cinsiyete göre erkeklerin lehine anlamlı bir şekilde farklılaştığını bulmuştur. Amies, Gelder ve Shaw, (1983); Schneier, Johnson, Hornig, Liebowitz, ve Weissman, (1992) ve Stein, Walker ve Ford, (1994) yaptıkları çalışmalarda sosyal kaygının kadınlarda erkeklere nazaran daha fazla görüldüğünü bulmuşlardır. Bu sonuçlar araştırmamızda elde ettiğimiz bulgularla uyuşmamaktadır.

Temizel (2014) yaptığı çalışmasında sosyal kaygının; Şahin (2012) ve Özge (2013) ilköğretim ikinci kademe öğrencileri ile yaptığı çalışmalarda öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının; Yüceant (2013) beden eğitimi öğretmen adayları ile yaptığı araştırmasında sosyal görünüş kaygısının cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmadığı bulgularına ulaşmışlardır. Bu bulgular araştırmamızla paralellik göstermektedir.

McCabe ve Ricciardelli (2001) yaptıkları çalışmada olumlu beden imajı ile özsaygı arasında yüksek düzeyde ilişki olduğunu; Allgood-Merten, Lewinsohn ve Hops (1990) beden imajı ile kendilik saygısı arasında güçlü ilişkiler olduğunu; Şahin (2012) sosyal görünüş kaygısıyla benlik saygısı arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu; Özge (2013) yaptığı çalışmasında ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin benlik saygıları ile sosyal görünüş kaygıları arasında negatif yönlü anlamlı ilişki olduğunu bulmuştur. Oktan ve Şahin (2010), lise çağındaki kız öğrencilerin beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkiyi araştırmak için yaptıkları çalışmada iki değişken arasında teknik olarak negatif yönde anlamlı ilişki bulmuştur. Beden imajı ölçeğinden alınan düşük puanlar beden imajı memnuniyetini göstermektedir. Beden imajı puanları düştükçe yani beden imajı memnuniyeti artıkça benlik saygısının da arttığı gözlemlenmiştir. Özcan, Subaşı, Budak, Çelik, Gürel ve Yıldız, (2013) ortak yaptıkları çalışmaya katılan katılımcıların sosyal görünüş kaygı puanlarının depresyon ölçeği, anksiyete ölçeği ve benlik saygısı ölçeği puanlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler olduğunu (Benlik Saygısı Ölçeği'nden alınan yüksek puanlar düşük benlik saygısını göstermekte, dolayısıyla sosyal görünüş kaygısı artıkça benlik saygısının düştüğü anlaşılmaktadır.); ayrıca Depresyon Ölçeği puanlarının da sosyal görünüş kaygısı üzerinde pozitif yönde yordayıcı etkiye sahip olduğunu saptamıştır. Ortaya çıkan bu bulgular araştırmamızda elde ettiğimiz bulgularla paralellik göstermektedir.

Öksüz (2012) yaptığı çalışmasında araştırmaya katılan katılımcıların beden algısı ve özerklik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve bu iki değişken arasında yüksek derecede anlamlı, pozitif yönde ilişki bulunmuştur (yüksek puanlar olumlu beden algısı ve özerklik düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir). Araştırmacı, beden algısının benlik algısıyla ilişkili olduğunu, olumlu benlik algısına katkıda bulunabileceğini ve bu şekilde bireylerin daha özerk davranabileceklerini ifade etmiştir. Olumlu bağlanmanın özerklik düzeyini artırdığı düşünüldüğünde bu bulgu araştırmamızın bulgusunu destekler niteliktedir.

Uğurlu ve Akın (2008), üniversite öğrencilerinin beden benlik algısı ve psikolojik sıkıntı belirtileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında bu iki değişken arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani beden benlik algısı artıkça psikolojik sıkıntı belirtilerinin azaldığını çalışmasında göstermiştir. Araştırmamızda incelediğimiz sahte benlik algısı ve olumsuz bağlanma kavramları genel

olarak psikolojik sıkıntı ile ilişkilendirilebileceğinden bu bulgu araştırmamızın bulgularıyla örtüşmektedir.

Seki ve Dilmaç (2015), ergenlerin sahip oldukları değerler, öznel iyi oluş ve sosyal görünüş kaygıları arasındaki ilişkiyi araştırmak için yaptıkları çalışmada sahip olunan değerlerin sosyal görünüş kaygısını; sosyal görünüş kaygısının ise öznel iyi oluşu anlamlı derecede ve negatif yönde yordadığını bulmuşlardır. Kişinin olumlu ana baba bağlanma özellikleri, otantiklik kişinin öznel iyi oluşuna katkı sağladığından elde edilen bu bulgu çalışmanın bulgularıyla paralellik göstermektedir.

Alemdağ (2013), öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz yeterlik ilişkisini incelediği çalışmasında sosyal görünüş kaygısının hem fiziksel aktiviteye katılımı hem de sosyal öz yeterlik ile arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal öz yeterlik algısı artan adayların sosyal görünüş kaygılarında azalma olduğu görülmüştür. Regresyon analizinde ise fiziksel aktiviteye katılımın sosyal görünüş kaygısını; sosyal görünüş kaygısının da sosyal öz yeterlik algısını anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür. Fakat fiziksel aktivite ve sosyal görünüş kaygısı arasındaki yordayıcılık anlamlı çıksa da yordayıcı değişkenin açıklayıcılık derecesi çok düşük bulunmuştur ($R^2 = .008$). Sosyal öz yeterlilik kişinin bağlanma özellikleriyle ilişkili olabileceğinden sosyal görünüş kaygısının sosyal öz yeterlik ile ilişkisi araştırmamızın bulgusuyla uyuşmaktadır.

Gündaş'ın (2013) yaptığı çalışmada bağlanma stillerinin cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Bu çalışmada ise katılımcıların anne ve babaya bağlanma puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Ebeveynlerin aşırı koruyucu, sınırlayıcı tutumları çocukta var olan potansiyel yeteneklerin ortaya çıkmamasına ve çocuğun özerkliğinin gelişmesine engel olabilir. Bu durumda çocuk kendini anne babaya bağımlı hissedebilir. Bunun aksine ebeveynler dışlayıcı, ilgisiz davrandıklarında da çocuk aileden göremediği ilgiyi başkalarında arayabilir, bundan dolayı kabul edilme, onaylanma isteği ortaya çıkmasıyla beraber yargılanma, eleştirilme, olumsuz değerlendirilme korkuları da geliştirebilir. Bu çocuklar ilerleyen yaşlarda sosyal kaygı yaşayan bireyler haline gelebilirler (Allaman, Joyce ve Crandall, 1972). Bu çalışmadan elde edilen bulgular bu bilgiyle örtüşmektedir.

Temizel (2014) yaptığı araştırmasında ABBÖ ile belirlediği ana baba tutumları ve sosyal kaygı arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Çalışmanın bir diğer sonucunda ABBÖ ölçeğindeki ilgi/kontrol ve aşırı koruma boyutlarının ayrı olarak sosyal kaygıyı önemli derecede yordadığı görülmüştür. Fenigstein, Scheier ve Buss (1975) da olumsuz bağlanmanın bir göstergesi olan aşırı korumanın düşük öz saygıya sebebiyet vereceğini ve bu durumun çekingenlik, sıklınlık ve sosyal kaygı ile ilişkili olabileceğini ifade etmişlerdir.

Hudson ve Rapee (2000) sosyal kaygı yaşayan bireylerin ilgisiz ve reddedici anne babalara sahip olduklarını söylemiştir. Takako (1994) da çalışmasında sosyal kaygıya sahip bireylerin ebeveynlerinin duygusal destek noktasında zayıf, aşırı korumacı ve aşırı kontrolcü tutumlara sahip olduğunu belirtmiştir. Çocuklarına karşı bu tutumları takınan aileler çocukların sosyal ortamlarda tedirgin, huzursuz, sosyal kaygıya sahip olmalarına sebep olabilmektedirler.

İfade edilen bu özellikler olumsuz bağlanmanın birer parçasıdır. Bu bilgiler çok benzer şekilde araştırmamızın bulgularını destekler niteliktedir.

Yetersiz anne baba özellikleri, eksik kalmış ve ihtiyaçlarını başkalarını manipüle etmeden elde edemeyen bir benlik oluşumuna sebebiyet verir. Sahte benlik davranışlarının temeli karmaşık ve işlevsiz aile ilişkilerine dayanır. Sahte benlik gelişimi, yeterince iyi olmayan annenin süregelen hatalarıyla bebeklik döneminde başlar. Hayatta ilk gelişimsel ödev bir benlik hissi oluşturmak olduğundan kişinin benliğini gerçek anlamda oluşturma kapasitesi bakanın buna dikkat etmesine bağlıdır. (Winnicott, 1965).

Kabul eksikliği kişilerin gerçek benliklerinden uzaklaşarak sahte benlik oluşturmalarına ve sonrasında bu sahte benliği geliştirmelerine sebebiyet verir (Harter vd, 1996). Birçok araştırmada (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Collins ve Read, 1990; Feeney ve Noller, 1990; Mikulincer, 1995) bağlanma ve insanın kendisini algılaması arasında kişiler başkalarıyla sağlıklı bağlanma yaşadıkça daha fazla olumlu kendilik algısı geliştirdikleri, bununla birlikte sağlıklı bağlanma yaşayan kişilerin daha olumsuz kendilik algısı geliştirdiklerini ortaya çıkarmıştır. Bu bilgiler bu çalışmada elde edilen sahte benlik ve anne baba bağlanmasıyla ilintili olarak elde edilen sahte benlik bulgularıyla paralellik göstermekte, yani sahte benlik algısı ile anne babaya sağlıklı bağlanma arasında negatif yönde ve anlamlı ilişki olduğu bulgusunu desteklemektedir.

Arkadaş ve ebeveynlerle olan ilişkilerinde gerçek benlik davranışlarını daha fazla gösteren kişilerin ayrıca daha düşük öfke, endişe ve depresyon belirtisi gösterdiği belirtilmiştir (Harter, 1997). Ergenlerin çoğu benlik sunumuyla doğrudan ilgilidir ve yetişkinler ile kendi akran gruplarından onay alma ihtiyacı içerisinde. Çoğu ergen sundukları bu benliklerden hangisinin gerçek benlik olduğuyla ilgilidir. Bazı ergenler bu bağlamda daha zayıf durumdadır, çünkü başkalarının onları nasıl algıladığı ve nasıl gördükleriyle ilgili endişe yaşarlar (Harter, 1999). Bu bilgilerin bu çalışmanın bir değişkeni olan sosyal görünüş kaygısının sahte benlikle negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bulgusunu destekler nitelikte olduğu ortadadır.

Lapsley ve Rice (1988) ergenlerin sahte benlik davranışlarının ayrılma, özgün birey olma süreçleriyle anlaşılabilirliğini, bununla birlikte Harter vd. (1997) ergenlerin kontrolü yüksek olan ebeveynlere sahip kişilerin yüksek derecede sahte benlik davranışları gösterdiklerini belirtmiştir. Fegley'e (1998) göre aile dinamikleri sahte benlik davranışlarında önemli rol oynar. Buradan sahte benlik davranışı gösteren çocukların ebeveynlerinin çok kontrolcü, az duygusal kabul gösteren, onların bağımsız kişiler olmasını sağlayacak davranışlarına destek olmayan, sıcaklık ve anlayış göstermeyen davranışlarda bulunduğu söylenebilir. Bu çıkarımlar bu çalışmada ortaya çıkan sahte benlik ve anne baba bağlanma değişkenleri arasındaki negatif ve anlamlı ilişkiyi de destekler niteliktedir.

Sonuç olarak; yaptığımız bu araştırmanın değişkenleri ile ilgili benzer çalışmalara literatürde rastlanmış, incelemeler sonucunda literatürdeki bulgularla araştırmamızın bulgularının genel olarak birbirini destekler nitelikte olduğu görülmüştür.

Kaynakça

- Akhtar, S. (1989). Narcissistic personality disorder: Descriptive features and differential diagnosis. *Psychiatry Clin North Amer*, 12, 505-530.
- Akın, A., Demirci, İ., Yılmaz, S., & Işık, Y. (2013). Sahte benlik algısı ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 84, 88-92.
- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım, sosyal görünüş kaygısı ve sosyal öz-yeterlilik ilişkisinin incelenmesi*. Doktora Tezi. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
- Allaman, J. D., Joyce, C. S., & Crandall, V. C. (1972). The antecedents of social desirability response tendencies of children and young adults. *Child Development*, 43(4), 1135-1160.
- Allgood-Merten, B., Lewinsohn, P. M., & Hops, H. (1990). Sex differences and adolescent depression. *Journal of abnormal psychology*, 99(1), 55.
- Amies, P. L., Gelder, M. G., & Shaw, P. M. (1983). Social phobia: a comparative clinical study. *The British Journal of Psychiatry*, 142(2), 174-179.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of personality and social psychology*, 61(2), 226.
- Büyükköztürk, Ş., Çakmak Kılıç, E., Akgün, E. Ö., Karadeniz Ş., & Demirel F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Cash, T.F., & Fleming, E.C. (2002). The impact of body image experiences: development of the body image quality of life inventory. *Journal of Eating Disorder*, 31(4), 455-460.
- Cassidy, J. (1988). Child mother attachment and the self in sixyears-olds. *Child Development*, 59, 121-134.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of personality and social psychology*, 58(4), 644.
- Çakır, S. (2008). *Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Doğan, T. (2010). Sosyal görünüş kaygısı ölçeğinin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 151-159.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281.
- Fegley, S. G. (1998). *Correlates of false self behavior during early, middle, and late adolescence*. Doctoral Thesis. Newyork: Temple University.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and

- theory. *Journal of consulting and clinical psychology*, 43(4), 522.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education*. New York: Mc Graw – Hill International Edition.
- Gökdoğan, F. (1988). *Orta öğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi*, Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.
- Grogan, S. (1999). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children*. New York, NY: Routledge.
- Gündaş, A. (2013). *Lise öğrencilerinde psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak benlik kurgusu ve bağlanma stilleri*. Yüksek Lisans Tezi. Tokat: Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Hart, T. A., Flora, D. B., Palyo, S. A., Fresco, D. M., Holle, C., & Heimberg, R. C. (2008). Development and Examination of the Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15, 48-59.
- Harter, S. (1997). The personal self in social context. *Self and identity: Fundamental issues*, 1, 81-105.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford Press.
- Harter, S., Marold, D. B., Whitesell, N. R., & Cobbs, G. (1996). A model of the effects of perceived parent and peer support on adolescent false self behavior. *Child Development*, 67, 360-374.
- Harter, S., Waters, P. L., & Whitesell, N. R. (1997). Lack of voice as a manifestation of false self behavior among adolescents: The school setting as a stage upon which the drama of authenticity is enacted. *Educational Psychologist*, 32, 153-173.
- Helminski, K. (2006). *Bilen Kalp - Ruhsal Dönüşümün Sufi Yolu*. Refik Algan (Çev.), İstanbul: Dharma.
- Hudson, J. L., & Rapee, R. M. (2000). The origins of social phobia. *Behavior Modification*, 24, 102-129.
- İlaslan, Ö. (2009). *Çocukların bağlanma davranışlarının özlük nitelikleri ve anne bağlanma stillerine göre incelenmesi*. Doktora Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi.
- Kalafat, T., & Kıncal, R. Y. (2008). Üniversite öğrencilerinin beden memnuniyeti düzeyleri ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23, 41-47.
- Kapçı, E., & Küçüker, S. (2006). Ana babaya bağlanma ölçeği: Türk üniversite öğrencilerinde psikometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 17 (4), 286-295.
- Kart, N. M. (2002). *Yetişkin bağlanma stillerinin bazı bilişsel süreçlerle bağlantısı: Sağlık personeliyle yapılan bir çalışma*. Doktora tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Kerns, K. A., Klepac, L., & Cole, A. (1996). Peer relationships and preadolescents' perceptions of security in the child-mother relationship. *Developmental Psychology*, 32(3), 457-466.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Kutlu, B. (2009). *Beden imajının gelişimi ve sağlıklı beden ağırlığının korunmasında yemeye ilgili tutumlar, temel inançlar ve ebeveyne bağlanmanın rolü*. Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Laing, R. D. (2011). *Bölinmüş Benlik*. (Çev.) Ergün Akça. İstanbul: Pinhan Yay.
- Lapsley, D. K., & Rice, K. (1988). The "new look" at the imaginary audience and personal fable: Toward a general model of adolescent ego development. İçinde *Self, Ego, and Identity* (s. 109-129). Springer New York.
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2001). Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence*, 36(142), 225-240.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1203.
- Mussell, M. P., Mitchell, J.E., de Zwaan, M., Crosby, R.D., Sein, H.C., & Crow, S.J. (1996). Clinical characteristics associated with binge eating in obese female: a descriptive study. *International Journal of Obesity*, 20(4), 324- 331.
- Oktan, V., & Şahin, M. (2010). Kız ergenlerde beden imajı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2), 543-556.
- Öksüz, Y. (2012). Üniversite öğrencilerinin özerklik düzeyleri ile vücut algıları arasındaki ilişki. *Gazi Üniversitesi Endüstriyel Sanatlar Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 69-77.
- Özcan, H., Subaşı, B., Budak, B., Çelik, M., Gürel, Ş.C., & Yıldız, M. (2013). Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders*, 3(3), 107-113.
- Özge Işıkol, F. (2013). *İlköğretim 2. Kademe öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Üsküdar ilçesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *Br J Med Psychol*, 52, 1-10.
- Rohner, R.P., & Britner, P.A. (2002) Worldwide mental health correlates of parental acceptance-rejection: Review of cross-cultural and intracultural evidence. *Cross-Cultural Research*, 36, 16-47.
- Schneier, F. R., Johnson, J., Hornig, C. D., Liebowitz, M. R., & Weissman, M. M. (1992). Social phobia: comorbidity and morbidity in an epidemiologic sample. *Archives of general Psychiatry*, 49(4), 282-288.
- Seki, T., & 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*, 40(179), 57-67.

- Solmuş, T. (2002). Romantik bağlanma: Bebeklik dönemi bağlanma süreci, yetişkin bağlanma stilleri ve romantik ilişkiler. *Türk Psikoloji Bülteni*, 24, 1-11.
- Stein, M., Walker, J., & Ford, D. (1994). Setting diagnostic thresholds for social phobia. *American Journal of Psychiatry*, 151, 408-412.
- Sümer, N., & Şendağ, M. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 86-101.
- Sümer, N., & Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58.
- Şahin, E. (2012). *Bazı değişkenlere göre ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin benlik saygıları ve sosyal görünüş kaygıları*. Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Takako, S. (1994). *Familial and developmental antecedents of social anxiety*. Doctoral Thesis. Newyork: Temple University.
- Temizel, S. (2014). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygıyı yordayan ailesel ve bilişsel faktörler*. Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi.
- Uğurlu, N., & Akın, H. (2008). Muğla sağlık yüksekokulu öğrencilerinin beden benlik algısı ve psikolojik sıkıntı belirtileri ile ilişkisi. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 11(4), 38-47.
- Verschueren, K., Marcoen, A., & Schoefs, V. (1996). The internal working model of the self, attachment, and competence in five-year-olds. *Child Development*, 67(5), 2493-2511.
- Weir, K. F., & Jose P.E. (2010). The perception of false self scale for adolescents: Reliability, validity, and longitudinal relationships with depressive and anxious symptoms. *British Journal of Developmental Psychology*, 26, 393-41.
- Winnicott, D. W. (1960). "Ego distortion in terms of true and false self," in *the maturational process and the facilitating environment: studies in the theory of emotional development*. New York: International UP Inc.
- Winnicott, D. W. (1965). The concept of trauma in relation to the development of the individual within the family. *Psychoanalytic explorations*, 130-148.
- Wolff, H. (1977). The contribution of the interview situation to the restriction of fantasy life and emotional experience in psychosomatic patients. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 28, 58-67.
- Yaman, Ç., Teşneli, Ö., Koşu, S., Yalvarıcı, N., Tel, M., & Gelen, N. (2008). Elit seviyedeki değişik spor branşlarının fiziksel benlik algısı üzerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5, (2).
- Yüceant, M. (2013). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Aksaray: Aksaray Üniversitesi.