

## Sağlık alanında öğrenim gören üniversite birinci sınıf öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısını etkileyen faktörlerin belirlenmesi: gözlemsel araştırma

*Determining the factors affecting social appearance anxiety in the first-year university students who study in the field of health: observational research*

Ayla Açıkgöz, Alper Yılmaz, Beste Yıldırım, Ceren Yıldız, Leyla Yıldız, Umut Yıldırım

Gönderilme tarihi:06.07.2021

Kabul tarihi:26.10.2021

### Öz

**Amaç:** Sosyal görünüş kaygısı kişinin görünüşünden dolayı başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği korkusudur. Bu araştırmanın amacı sağlık alanında öğrenim gören birinci sınıf üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenlerin belirlenmesidir.

**Gereç ve yöntem:** Kesitsel tipteki bu araştırmanın evreni Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu birinci sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır. Veriler araştırmacılar tarafından oluşturulan bir anket, Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Oxford Mutluluk Ölçeği-Kısa Formu ile toplanmıştır.

**Bulgular:** Araştırmaya 836 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı puan ortalaması  $32,5 \pm 12,7$  olarak bulundu. Çocukluğunda köyde yaşayan, anne-babası ayrı ya da ölmüş olan, bedensel ve ruhsal sağlık durumunu "kötü" olarak algılayan, fazla kilolu ya da obez olan, arkadaşlarıyla olumsuz sosyal ilişkisi olan, sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemseyen, benlik saygısı düşük olan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısı yüksek bulundu ( $p < 0,05$ ). Öğrencinin sosyal görünüş kaygısı arttıkça mutluluk düzeyi azaldı ( $p < 0,05$ ).

**Sonuç:** Öğrencilerin yetiştiği ortam, sosyal ilişkisi, beden kütle indeksi, benlik saygısı ve mutluluk algısı sosyal görünüş kaygısını etkilemekteydi. Öğrencilerin kaygısının azaltılması, öz-saygı ve mutluluk gibi olumlu duygularının artırılmasında gençlerin ruh sağlığını koruyan, özgüvenini artıran eğitim ortamı sağlanması önerilir. Okullarda sosyal olanakların sağlanması öğrencilerin ruh sağlığının gelişmesinde, sosyalleşerek özgüveninin artmasında yararlı olabilir.

**Anahtar kelimeler:** Benlik saygısı, mutluluk, sosyal görünüş kaygısı, üniversite öğrencisi.

Açıkgöz A, Yılmaz A, Yıldırım B, Yıldız C, Yıldız L, Yıldırım U. Sağlık alanında öğrenim gören üniversite birinci sınıf öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısını etkileyen faktörlerin belirlenmesi: gözlemsel araştırma. Pam Tıp Derg 2022;15:319-330.

### Abstract

**Purpose:** Social appearance anxiety is the fear that one will be negatively evaluated by others because of one's appearance. This study aimed to determine the factors affecting social appearance anxiety in the first-year university students studying in the field of health.

**Materials and methods:** The population of this cross-sectional study consisted of first-year students from Dokuz Eylül University Faculty of Medicine, School of Physical Therapy and Rehabilitation and Vocational School of Health Services. The data were collected by a questionnaire created by the researchers, the Social Appearance Anxiety Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale, and the Oxford Happiness Scale-Short Form.

**Results:** 836 students participated in the study. The average score of social appearance anxiety of the students participating in the study was found to be  $32.5 \pm 12.7$ . Social appearance anxiety of students who lived in a village in their childhood, whose parents died or separated, who perceive their physical and mental health as "bad", who are overweight or obese, who have negative social relationships with their friends, who care about the number of likes on social media, who have low self-esteem was found to be high ( $p < 0.05$ ). As the social appearance anxiety of the student increased, his happiness level decreased ( $p < 0.05$ ).

Ayla Açıkgöz, Doç. Dr. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İzmir, Türkiye, e-posta: ayla.acikgoz@deu.edu.tr (https://orcid.org/0000-0001-7749-705X) (Sorumlu Yazar)

Alper Yılmaz, Tıp Fakültesi Dönem IV Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir, Türkiye, e-posta: alpervesteryilmaz@gmail.com (https://orcid.org/0000-0002-8108-4474)

Beste Yıldırım, Tıp Fakültesi Dönem IV Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir, Türkiye, e-posta: bestyldm99@gmail.com (https://orcid.org/0000-0002-9618-3264)

Ceren Yıldız, Tıp Fakültesi Dönem IV Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir, Türkiye, e-posta: cerenyildiz63@gmail.com (https://orcid.org/0000-0003-4980-626X)

Leyla Yıldız, Tıp Fakültesi Dönem IV Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir, Türkiye, e-posta: leylayl2@gmail.com (https://orcid.org/0000-0002-3416-4818)

Umut Yıldırım, Tıp Fakültesi Dönem IV Öğrencisi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Tıp Fakültesi, İzmir, Türkiye, e-posta: umutyildirim@gmail.com (https://orcid.org/0000-0002-5034-9855)

**Conclusion:** The environment in which the students grew up, their social relationships, body mass index, self-esteem, and perception of happiness affected social appearance anxiety. It is recommended to provide an educational environment that protects the mental health of young people and increases their self-confidence to reduce students' anxiety and increase their positive feelings such as self-esteem and happiness. Providing social facilities in schools can be beneficial in the development of the mental health of students and increase their self-confidence by socializing.

**Key words:** Self-esteem, happiness, social appearance anxiety, university student.

Acikgoz A, Yilmaz A, Yildirim B, Yıldız C, Yıldız L, Yildirim U. Determining the factors affecting social appearance anxiety in the first-year university students who study in the field of health: observational research. Pam Med J 2022;15:319-330.

## Giriş

Bireyler yakın ilişki ve iletişim kurarken kendilerini başkalarına tanıtmaya gereksinimi duyarlar. Bazı kişiler, karşısındaki birey üzerinde istediği etkiyi bırakamadıklarından kaygılanır. Böyle durumlarda bireyler sosyal kaygı yaşayabilmektedir [1, 2]. Sosyal kaygı kişilerin başka insanların bulunduğu bir ortamda kendilerini rahat hissetmemeleri ya da başka insanlar tarafından değerlendirilmeleri korkusuyla sosyal iletişimden kaçınmaları olarak ifade edilebilmektedir. Sosyal görünüş kaygısı ise kişinin görünüşünden dolayı başkaları tarafından olumsuz değerlendirileceği korkusudur [3, 4]. Sosyal görünüş kaygısı yaşayan bireyler fiziksel görünüşlerinin diğer kişiler tarafından incelenmesi nedeniyle mutsuzluk, üzüntü ve sosyal kaygı yaşayabilmektedirler. Sosyal görünüş kaygısı, bireyin bedeniyle ve görünüşüyle ilgili olumsuz beden imajının bir sonucu olarak değerlendirilebilir. Sosyal görünüş kaygısına sahip olan çoğu kişi, depresyondaki gibi kendi değeri ve önemine ilişkin olumsuz inançlara da sahiptir. Farklı gruplarda ve ülkelerde yapılan çalışmalarda bireylerin sosyodemografik özelliklerinin yanında kendine yönelik olumsuz algısı, saygı düşüklüğü, olumsuz duygu ve tutumu gibi çok farklı değişkenlerin sosyal görünüş kaygısını etkileyebildiği belirlenmiştir [3, 5-9].

Bireyin sosyal görünüş kaygısını etkileyebilen diğer bir etken ise benlik saygısıdır [9]. Benlik saygısı, bireyin kendine atfettiği olumlu ya da olumsuz değerdir [6]. Sağlıklı bir benlik kavramı için yaşantı ile uyum içinde olma temel ilkedir. Bireyin yakın çevresinin tutumu, hoşnut bırakan ya da düş kırıklığına uğratan yaşantılar sonucunda kendine değer verme duygusu şekillenmektedir [10, 11]. Benlik saygısı yüksek olan bireylerin kendilerini değerli olarak

algıladıkları, benlik saygısı düşük olan bireylerin ise, kendilerini reddettikleri, küçük gördükleri ve kendilerinden memnun olmadıkları belirtilmiştir [8, 9, 12, 13]. Benlik saygısını tanımlayan bu özelliklerin tümü, bireyin sağlıklı bir kişilik geliştirmesinde çok önemlidir [8, 13].

Mutluluk, yaşamın duyuşsal ve bilişsel bakımdan değerlendirilmesidir. Bireyin sevinç, gurur, güven, heyecan gibi olumlu duyguları sık yaşaması; öfke, korku, kaygı, nefret gibi olumsuz duyguları az yaşaması ve yaşamın çeşitli alanlarından yeterli doyumunu alması mutlu olduğunun göstergesi olarak değerlendirilmektedir [7, 14, 15]. Mutluluk üzerine yapılan araştırmalar, mutlu bireylerin kendilerini iyi hissetmeleri ve olumlu duygular yaşamalarının yanı sıra, kişilerarası ilişkilerinde de daha başarılı olduklarını, yaratıcılıklarının yüksek olduğunu, bağışıklık sistemlerinin daha güçlü olduğunu ortaya koymuştur [8, 14]. Literatürde sosyal görünüş kaygısı, olumsuz duygu durumu, mutsuzluk, depresyon ve anksiyete belirtilerinin birbirleriyle ilişkili olduğu belirtilmektedir [6, 16, 17].

Yapılan literatür taramasında ülkemizde sağlık alanındaki okullarda öğrenime yeni başlayan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenleri inceleyen araştırma bulunmamıştır. Geleceğin sağlık çalışanı adaylarının sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenlerin üniversiteye yeni başladıkları dönemde saptanması, eğitimi sırasında multidisipliner bir yaklaşımla sorunlara yönelik çözümler aranması bakımından önemlidir. Saptanan sorunlara çözümler üretildiğinde öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyi azaltılarak, daha özgüvenli gençlerin yetişmesi sağlanabilir. Bu yönde gösterilecek çabalar, sağlık hizmeti verenlere ve alanlara verilen değeri, dolayısıyla ülkemizin sağlık hizmet kalitesini artırabilir.

Araştırmanın amacı sağlık alanında öğrenim gören birinci sınıf üniversite öğrencilerinde sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenlerin belirlenmesidir.

## **Gereç ve yöntem**

### **Özel Çalışma Modülü (ÖÇM)**

Tıp Fakültesi eğitim sistemi içerisinde uygulama ve değerlendirme yöntemi olarak yer alan "Dönem III ÖÇM" araştırması olarak planlanan bu çalışmada öğrencilerin halk sağlığı alanında deneyimli bir öğretim elemanı yönetiminde bilimsel bir konuda (sağlık kampüsü öğrencilerinde benlik saygısı, mutluluk ve sosyal görünüş kaygısı) saha araştırması planlamaları, uygulamaları ve rapor ederek sunmaları hedeflenmiştir. Modülün uygulanması sırasında ÖÇM grubu öğrencilerinde araştırmanın konusu ve değişkenleri hakkında bireysel farkındalık gelişmiştir. Modülün tamamlanması sonrasında öğrenciler SPSS veri tabanına veri girişi, analiz yöntemleri ve bilimsel verilerin raporlanması konusunda deneyim kazanmıştır. Elde edilen araştırmanın sonuçları bilimsel literatüre katkı sağlamak amacıyla yayına hazırlanmıştır.

### **Örneklem ve Veri toplanması**

Kesitsel tipte yapılmış olan araştırmanın evreni 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Dokuz Eylül Üniversitesi (DEÜ) Tıp Fakültesi (TF, n=367), Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu (FTR, n=113) ve Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu (SHMYO, n=559) birinci sınıfta okuyan 1039 öğrenciden oluşmaktadır. Okul yönetimlerinden öğrenci sayıları öğrenilerek evren belirlenmiştir. Bu çalışmada örnek seçimi yapılmaksızın evrenin tamamına ulaşılması hedeflenmiştir. Bu çalışmanın yapılabilmesi için fakülte ve yüksekokulların yönetiminden, DEÜ Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan yazılı izin alınmıştır. Araştırmanın verileri toplanmaya başlanmadan önce katılımcı öğrencilere araştırmacılar tarafından çalışmanın amacı açıklanmış, araştırmaya katılıp, katılmama konusunda özgür oldukları, araştırma kapsamında verilerin gizli tutulacağı konusunda bilgi verilmiş ve bilgilendirilmiş gönüllü onamları alınmıştır. Araştırmanın verileri Kasım 2019-Ocak 2020 tarihleri arasında toplanmıştır. Veriler, literatürden yararlanarak araştırmacılar tarafından oluşturulmuş olan bir anket (Veri Kayıt Formu), Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Oxford

Mutluluk Ölçeği Kısa Formu ile toplanmıştır. Anketler araştırmacıların gözetiminde teorik ders öncesi dağıtılarak katılımcı öğrenciler tarafından doldurulması sağlanmıştır. Anketlerde isim ya da öğrencinin kimliğini belirten herhangi bir bilgi bulunmamaktadır. 836 öğrenci anketi tam olarak doldurmuştur. Araştırmaya katılma oranı %80,5'tir.

### **Veri Kayıt Formu**

Bu anket 24 sorudan oluşmaktadır. Anket, öğrencilerin sosyodemografik, bireysel ve ailesel özellikleri, sigara ve alkol kullanımı, sosyal medya kullanım özelliklerini belirlemeye yönelik soruları içermektedir.

### **Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ)**

Ölçek 2008 yılında Hart ve ark. [1] tarafından bireyin görünüşüyle ilgili olarak yaşadığı duygusal, bilişsel ve davranışsal kaygıları ölçmek amacıyla geliştirilmiş bir kendini değerlendirme ölçeğidir. SGKÖ, 16 maddeden oluşan, beşli Likert tipinde (1=Hiç Uygun Değil-5=Tamamen Uygun) yanıtlanabilir anahtarına sahiptir. Ölçeğin birinci maddesi tersten kodlanmaktadır. Tek boyutlu olarak sosyal görünüş kaygısını ölçen SGKÖ'den alınan yüksek puanlar sosyal görünüş kaygısının yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması ve geçerlik güvenirlik çalışması 2009 yılında Doğan tarafından yapılmıştır [4].

### **Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ)**

Ölçek Rosenberg tarafından 1963 yılında geliştirilmiştir. Rosenberg, benlik saygısının ölçümünde, kişinin kendi kendisini değerlendirmesinde bütüncül bir tutum üzerinde durmuştur. Ölçek 12 alt alandan oluşmakta olup, ilk 10 madde benlik saygısını ölçmektedir [11]. Bu çalışmada öğrencilerin benlik saygısını ölçmek için bu 10 madde kullanılmıştır. Ölçekte beş pozitif, beş negatif ifade içeren maddeler bulunmakta olup, verilen yanıtlara (çok doğru, doğru, yanlış, çok yanlış) göre hesaplama yapılmaktadır. Her sorudaki seçenek farklı puanla değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en az puan 0, en yüksek puan 6'dır. Benlik saygısı alt testinden 0-1 puan alanların "yüksek", 2-4 puan alanların "orta", 5-6 puan alanların ise "düşük" benlik saygısına sahip oldukları kabul edilir. Ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik çalışması Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır [13].

## Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu (OMÖ-KF)

Yirmi dokuz maddeden oluşan Oxford Mutluluk Envanteri'ne dayanarak Hills ve Argyle tarafından ölçeğin 8 maddelik kısa formu geliştirilmiştir [14]. Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Doğan ve Akıncı Çötök [15] tarafından yapılmıştır. Türkçe geçerlik çalışması sırasında madde analizi sonucu 4. maddenin (Çekici görüldüğümü düşünmüyorum) madde toplam korelasyonu değerinin 0,30'dan düşük olduğu için ölçekten çıkarılmasına karar verilmiştir. Bu nedenle ölçeğin Türkçe geçerlik güvenilirlik analizleri geriye kalan 7 madde üzerinden yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlık ve test tekrar test güvenilirlik katsayıları sırasıyla 0,74 ve 0,85 olarak saptanmıştır. OMÖ-KF'nin Türk üniversite öğrencilerinin mutluluğunu ölçmede kullanılabilir geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu belirtilmektedir. Ölçeğin kesim noktası bulunmamaktadır; ölçekten alınan yüksek puanlar mutluluk düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

Araştırmanın bağımlı değişkeni öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı düzeyidir. Bağımsız değişkenleri ise öğrencinin yaşı, cinsiyeti, kaldığı yer, bireysel gelir algısı, sağlık ve sosyal ilişki algısı, beden kütle indeksi (BKİ), sigara ve alkol kullanımı, anne ve babanın öğrenimi, çalışma ve birlikte olma durumu, ailenin ekonomik durumu, öğrencinin sosyal medya kullanım durumu ve alışveriş alışkanlığıdır. Çalışmaya katılan öğrencilerin beyan ettiği boy ve ağırlığına göre beden kütle indeksi (BKİ) hesaplanmıştır. BKİ'yi hesaplamak için ağırlık (kg), boyun (m) karesine bölünmüştür ( $\text{kg/m}^2$ ). BKİ, Dünya Sağlık Örgütü'ne göre sınıflandırılmıştır (<18,50  $\text{kg/m}^2$ : zayıf; 18,50-24,99  $\text{kg/m}^2$ : normal; 25,00-29,99  $\text{kg/m}^2$ : fazla kilolu;  $\geq 30,00 \text{ kg/m}^2$ : obez). Çalışmanın analizinde obez öğrenci sayısı az (12 öğrenci) olduğu için fazla kilolu ve obez öğrenciler tek grupta değerlendirilmiştir.

## İstatistiksel analiz

İstatistiksel analiz SPSS 24.0 istatistik paket programı kullanılarak yapılmıştır. Tanımlayıcı bulgular için kategorik değişkenler sayı ve yüzdelerle, sürekli değişkenler ortalama, standart sapma, en düşük değer ve en yüksek değerlerle sunulmuştur. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov-Smirnov testi ile yapılmış ve verilerin normal

dağılım gösterdiği belirlenmiştir. İstatistiksel çözümlemede bağımsız değişkenlerle bağımlı değişken arasındaki ilişkiyi belirlemede bağımsız gruplarda t testi ve tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmıştır. Varyans analizi ile grup ortalamaları arasında anlamlı fark bulunduğunda 'post hoc' analiz yöntemlerinden Bonferroni testi kullanılmıştır. Öğrencilerin mutluluk düzeyi ile sosyal görünüş kaygısı arasındaki ilişkiyi belirlemede Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Çok değişkenli bir çoklu regresyon (doğrusal regresyon modeli) kullanılarak farklı prediktörlerin öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı üzerindeki bağımsız etkileri incelenmiştir. İki değişkenli analizlerde anlamlı bulunanlar regresyon analizine alınmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir.

## Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması  $19,3 \pm 1,6$ 'dır (min:18, maks:37). Araştırma grubunun SGKÖ puan ortalaması  $32,5 \pm 12,7$ 'dir (min:16, maks:78). Yaşı  $\leq 19$  olan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması daha büyük yaşta olanlara göre yüksektir ( $p < 0,05$ ). FTR öğrencilerinin SGKÖ puan ortalaması Tıp Fakültesi ve SHMYO öğrencilerinden daha yüksek, Tıp Fakültesi öğrencilerinin ise SHMYO öğrencilerinden daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Yalnız ya da arkadaşlarıyla birlikte evde kalan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması ailesiyle birlikte kalanlardan daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Çocukluğunda köyde yaşayan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması il ve ilçe yaşayanlardan daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Gelirinin giderini karşılamadığını belirten öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması geliri giderini karşıladığını ve gelirinin giderinden çok olduğunu belirtenden daha yüksektir ( $p < 0,05$ , Tablo 1).

Annesinin çalışmadığını ve işsiz olduğunu belirten öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması annesinin serbest meslekte çalıştığını ve ev hanımı olduğunu belirten öğrencilerden daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Ailesinin ekonomik durum algısı 'çok kötü ve kötü' olan öğrencilerinin SGKÖ puan ortalaması 'çok iyi-iyi' olan öğrencilerden daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Anne-babası ayrı ya da ölmüş olan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması birlikte olduğunu belirten öğrencilerden daha yüksektir ( $p < 0,05$ ). Ailesiyle sosyal ilişkisi 'orta' olan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması ilişkisi iyi olanlardan yüksek, ilişkisi kötü olanlardan

**Tablo 1.** Öğrencilerin bazı sosyodemografik özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı ilişkisi

Özellikler (n=836)	n (%)	SGKÖ Puanı Ort.±SS	p
<b>Yaş</b>			
≤19 yaş	583 (69,7)	33,29±12,96	<b>0,010*</b>
≥20 yaş	253 (30,3)	30,85±11,87	
<b>Cinsiyet</b>			
Erkek	295 (35,3)	33,19±13,17	<b>0,281*</b>
Kadın	541 (64,7)	32,20±12,41	
<b>Okul</b>			
TF	224 (26,8)	33,85±12,89 <sup>†</sup>	<b>0,003**</b>
FTR	106 (12,7)	35,31±12,79 <sup>††</sup>	
SHMYO	506 (60,5)	31,40±12,44	
<b>Kaldığı yer</b>			
Aile ile birlikte	220 (26,3)	30,55±12,15	<b>0,005**</b>
Yalnız/arkadaşla evde	211 (25,2)	34,55±13,05 <sup>‡</sup>	
Yurtta	405 (48,4)	32,60±12,63	
<b>Çocuklukta yaşanan yer</b>			
İl	402 (48,1)	31,62±12,40	<b>0,002**</b>
İlçe	282 (33,7)	32,12±12,14	
Köy	152 (18,2)	35,81±13,89 <sup>§</sup>	
<b>Öğrencinin gelir algısı</b>			
Gelirim giderimi karşılamıyor	372 (44,5)	33,32±12,55 <sup>¶</sup>	<b>0,014**</b>
Gelirim giderimi karşılıyor	419 (50,1)	32,41±12,69	
Gelirim giderimden çok	45 (5,4)	27,53±12,80	

SGKÖ: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, n: Sayı, Ort: Ortalama,

SS: Standart sapma, \*Bağımsız gruplarda t testi, \*\*Varyans Analizi

<sup>†</sup>SHMYO öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir (p=0,047)

<sup>††</sup>SHMYO ve TF öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir (p=0,011)

<sup>‡</sup>Aileyle birlikte kalanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (p=0,003)

<sup>§</sup>İl ve ilçede yaşayanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla p=0,002; p=0,011)

<sup>¶</sup>Geliri giderimini karşılayan ve geliri giderimden çok olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla p=0,042; p=0,011)

anlamlı olarak daha düşüktür. Ailesiyle sosyal ilişkisinin kötü olduğunu belirten öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması diğer iki gruptan daha yüksek bulunmuştur (p<0,05, Tablo 2).

Sigara içmeyen, sevgilisi olan, sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemseyen öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması anlamlı olarak daha yüksektir (p<0,05). Fazla kilolu ve obez grupta olan öğrencilerin SGKÖ puan ortalamasının 'normal' ve 'zayıf' olan öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0,01). Bedensel/ruhsal sağlık durumunu 'orta' olarak algılayan öğrencilerin SGKÖ puan ortalaması 'çok iyi-iyi' olarak algılayanlardan daha yüksek, 'kötü-çok kötü' olarak algılayan öğrencilerin ise SGKÖ puan ortalaması diğer iki gruptan daha yüksek olduğu görülmüştür (p<0,05). Arkadaşlarıyla sosyal ilişkisinin 'orta' düzeyde olduğunu belirten öğrencilerin SGKÖ

puan ortalaması 'iyi' olduğunu belirtenlerden daha yüksek, 'kötü' olduğunu belirtenlerden daha düşük, ilişkisinin 'kötü' olduğunu belirten öğrencilerin ise SGKÖ puan ortalaması diğer iki gruptan daha yüksek olduğu belirlenmiştir (p<0,01). Benlik saygısı 'orta' düzeyde olan öğrencilere göre 'yüksek' düzeyde olan öğrencilerin SGKÖ puanı ortalaması daha düşük bulunmuştur (p<0,01, Tablo 3).

Araştırma grubunun OMÖ-KF puan ortalaması 19,4±3,60'tır (min:7, maks:31). Öğrencilerin mutluluk düzeyi puanları ile sosyal görünüş kaygı puanları arasında negatif yönde zayıf bir ilişki saptanmıştır (r=-0,194, p<0,01). Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili faktörlerin çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmesi Tablo 4'te sunulmuştur. Öğrencilerin çocuklukta kırsal bölgede yaşamaları, bedensel ve ruhsal sağlık

**Tablo 2.** Öğrencilerin ailesel özellikleri ile sosyal görünüş kaygısı ilişkisi

Özellikler (n=836)	n (%)	SGKÖ Puanı Ort.±SS	p
<b>Babanın öğrenimi</b>			
İlkokul ve altı	280 (33,5)	34,26±13,68	0,052**
Ortaokul	195 (23, 3)	31,61±12,12	
Lise	172 (20,6)	31,91±11,98	
Üniversite	189 (22,6)	31,58±12,15	
<b>Annenin öğrenimi</b>			
İlkokul ve altı	420 (50,2)	33,14±13,36	0,344**
Ortaokul	160 (19,1)	31,03±10,75	
Lise	161 (19,3)	32,78±12,55	
Üniversite	95 (11,4)	32,16±12,80	
<b>Babanın çalışma durumu</b>			
Çalışmıyor, işsiz	56 (6,7)	34,66±14,21	0,272**
İşçi	225 (26,9)	32,31±12,34	
Memur	114 (13,6)	31,68±11,83	
Serbest	236 (28,2)	33,61±14,13	
Emekli	205 (24,5)	31,52±11,17	
<b>Annenin çalışma durumu</b>			
Ev hanımı	513 (61,4)	32,09±11,83	0,006**
Çalışmıyor, işsiz	86 (10,3)	37,13±16,33 <sup>†</sup>	
İşçi	99 (11,8)	31,97±12,58	
Memur	53 (6,3)	32,83±15,51	
Serbest	50 (6,0)	29,14±11,35	
Emekli	35 (4,2)	34,20±9,43	
<b>Ailesinin ekonomik durumu algısı</b>			
Çok iyi-iyi	174 (20,8)	30,29±12,45	0,015**
Orta	590 (70,6)	32,95±12,64	
Kötü- çok kötü	72 (8,6)	34,79±13,03 <sup>‡</sup>	
<b>Anne-babanın birlikte yaşama durumu</b>			
Birlikte	730 (87,3)	32,17±12,25	0,021*
Ayrılmış/ölmüş	106 (12,7)	35,21±15,11	
<b>Ailenizle sosyal ilişkiniz nasıldır?</b>			
İyi	543 (65,0)	31,00±12,55	<0,001**
Orta	255 (30,5)	35,18±12,30 <sup>§</sup>	
Kötü	38 (4,5)	37,08±13,41 <sup>¶</sup>	

SGKÖ: Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği, n: Sayı, Ort: Ortalama, SS: Standart sapma

\*Bağımsız gruplarda t testi, \*\*Varyans Analizi

<sup>†</sup>Ev hanımı, serbest olarak çalışanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla p=0,009; p=0,006)<sup>‡</sup>Çok iyi-iyi' olan öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir (p=0,033)<sup>§</sup>İyi olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (p=<0,001)<sup>¶</sup>İyi ve orta olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla p=0,001; p=0,012)

**Tablo 3.** Öğrencilerin sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve sosyal ilişki durumu ile sosyal görünüş kaygısı ilişkisi

Özellikler (n=836)		n (%)	SGKÖ Puanı Ort.±SS	p
<b>Sigara</b>	Evet	221 (26,4)	31,04±11,99	<b>0,038*</b>
	Hayır	615 (73,6)	33,10±12,89	
<b>Alkol</b>	Evet	284 (34,0)	32,45±12,11	0,868*
	Hayır	552 (66,0)	32,61±12,98	
<b>BKİ</b>	Zayıf	120 (14,4)	32,19±12,76	<b>0,001**</b>
	Normal	589 (70,5)	31,80±12,12	
	Fazla kilolu-obez	115 (13,8)	36,39±14,46†	
<b>Bedensel/ruhsal sağlık durumu algısı</b>	Çok iyi-iyi	384 (45,9)	29,47±12,03	<b>&lt;0,001**</b>
	Orta	325 (38,9)	34,08±11,94††	
	Kötü- çok kötü	127 (15,2)	37,96±13,96†††	
<b>Arkadaşlarınızla sosyal ilişkiniz nasıldır?</b>	İyi	520 (62,2)	30,26±11,77	<b>&lt;0,001**</b>
	Orta	290 (34,7)	36,23±13,03‡	
	Kötü	26 (3,1)	37,46±15,46††	
<b>Erkek/Kız arkadaşınız (sevgiliniz) var mı?</b>	Evet	261 (31,2)	33,49±13,11	<b>0,001*</b>
	Hayır	575 (68,8)	30,48±11,43	
<b>Sosyal medya sitelerinde zaman geçirmekten mutlu oluyor musunuz?</b>	Evet	626 (74,9)	32,89±12,66	0,179*
	Hayır	210 (25,1)	31,53±12,72	
<b>Sosyal medyanın saygınlık ihtiyacınızı karşılandığını düşünüyor musunuz?</b>	Evet	171 (20,5)	32,91±13,59	0,683*
	Hayır	665 (79,5)	32,46±12,45	
<b>Sosyal medyada paylaşımlarınıza gelen beğeni sayısını önemsiyor musunuz?</b>	Evet	228 (27,3)	36,09±12,84	<b>&lt;0,001*</b>
	Hayır	608 (72,7)	31,23±12,37	
<b>Benlik saygısı</b>	Yüksek	690 (82,5)	30,73±11,35	<b>&lt;0,001*</b>
	Orta	146 (17,5)	41,18±14,95	

n: Sayı, Ort: Ortalama, SS: Standart sapma, †Bağımsız gruplarda t testi, ††Varyans Analizi

†Normal ve zayıf olan öğrencilerinden anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla  $p=0,001$ ;  $p=0,027$ )

††Çok iyi-iyi olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir ( $p=0,001$ )

†††Orta ile çok iyi-iyi olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir (sırasıyla  $p=<0,001$ ;  $p=0,008$ )

‡İyi olanlardan anlamlı olarak daha yüksek, kötü olanlardan anlamlı olarak düşüktür

(sırasıyla  $p=<0,001$ ;  $p=0,011$ )

††İyi ve orta olanlardan anlamlı olarak daha yüksektir ( $p=<0,001$ )

durumunun kötü olması, anne-babanın ayrı yaşaması, BKİ'nin fazla olması, arkadaşlarla olan sosyal ilişkisinin kötü olması, sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemsememesi ve düşük benlik saygısı öğrencinin sosyal görünüş kaygısının artmasına neden olmaktadır ( $p<0,05$ , Tablo 4).

## Tartışma

Öğrencilerin kendi görünüşü konusunda olumlu algıya sahip olması, kendini mutlu hissetmesi, benlik saygısı düzeyinin yüksek olması özgüveni ve umutları üzerinde etkili olmaktadır. Bu öğrenciler daha sağlıklı ilişkiler kurabilmekte ve gerek akademik gerekse özel yaşamda daha başarılı olabilmektedirler. Araştırmamızda üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenler

incelenmiştir. Öğrencilerin çocukluğunda köyde yaşamış olması, bedensel ve ruhsal sağlık durumunu "kötü" olarak algılaması, anne-babasının ayrı ya da ölmüş olması, BKİ düzeyinin yüksek olması, arkadaşlarıyla olumsuz sosyal ilişkisinin olması, sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemsememesi ve benlik saygısının düşük olması öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının yüksek olmasıyla ilişkilidir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı arttıkça mutluluğu azalmaktadır.

Araştırmamızda çocukluğunda köyde yaşayan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olduğu görülmüştür. Amil ve Bozgeyikli [6] bizim bulgumuzla ters olarak şehirde yaşamış olan üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek

**Tablo 4.** Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısıyla ilişkili faktörlerin çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmesi

Özellikler (n=836)	B	p	%95 güven aralığı	
Yaş	-0,3411	0,159	-0,817	0,134
Okul	-0,854	0,088	-1,835	0,127
Kaldığı yer	0,068	0,890	-0,900	1,037
Çocuklukta yaşanan yer	2,012	<b>&lt;0,001</b>	1,046	3,079
Öğrencinin gelir algısı	-0,774	0,303	-2,248	0,699
Bedensel/ruhsal sağlık durumu algısı	2,083	<b>0,001</b>	1,873	3,295
Annenin çalışma durumu	-0,710	0,061	-1,202	-0,251
Ailesinin ekonomik durumu algısı	0,657	0,416	-0,930	2,244
Anne-babanın birliktelik durumu	2,352	<b>0,046</b>	0,286	4,711
Aile ile sosyal ilişki	1,245	0,106	-0,264	2,320
Sigara	2,349	0,051	0,545	2,755
BKİ	2,031	<b>0,003</b>	0,690	3,372
Arkadaşlarla sosyal ilişki	2,697	<b>0,001</b>	1,168	4,227
Erkek/Kız arkadaş (sevgili) varlığı	1,728	0,051	0,013	3,442
Sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemseme	4,441	<b>&lt;0,001</b>	1,178	5,704
Benlik Saygısı	7,565	<b>&lt;0,001</b>	5,444	9,719
<b>Durbin-Watson=1,66 (p&lt;0,001)</b>				

B: Regresyon katsayısı, p: anlamlılık değeri

olduğunu bulmuştur. Üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada köyde büyüyen öğrencilerinin sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek olduğu bulunmuştur [12]. Küçük yerleşim yerinde büyüyen öğrencilerin sosyal çevrenin baskısına daha fazla maruz kalmış olması, sosyal olanakların yetersiz olması sosyal görünüş kaygısını etkilemiş olabilir. Kırsal kesimde yaşayan öğrencilerin gelir düzeyi daha düşük olabilir. Çalışmamızda iki değişkenli analizde gelir ile sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki bulunmuştur. Yapılan çalışmalarda bizim bulgularımızla paralel olarak gelir düzeyi düşük olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının yüksek olduğu belirtilmektedir [6, 18]. Bu durum şehir, ilçe ve köy yapısı arasındaki sosyolojik, kültürel ve ekonomik farklılıklarla açıklanabilir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısını içinde yaşadığı toplumun sosyal yapısı etkilemiş olabilir. Diğer yandan kırsal kesimden gelen öğrencilerin ülkemizin batı bölgesindeki modern bir ilde üniversiteye başlaması sosyal görünüş kaygılarını artırmış olabilir.

Araştırmamıza katılan öğrencilere bedensel ve ruhsal sağlık durumlarını nasıl algıladıkları sorulmuştur. Bedensel/ruhsal sağlık durumunu "kötü" olarak algılayan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısı yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin ruhsal sağlık durumu ve ruhsal gelişimi ile sosyal görünüş kaygısı arasında ters yönde ilişki olduğu belirtilmektedir [19, 20]. Stres düzeyi yüksek olan ve stres yönetimi konusunda sorun yaşayan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısının arttığı gözlenmektedir [19]. Üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin depresyon ölçeği puanı arttıkça sosyal görünüş kaygısının da arttığı görülmüştür [21]. Bireylerin fiziksel ve psikolojik rahatsızlıklarında sağlığın korunması ve sürdürülmesi için sosyal destek çok önemlidir [22]. Öğrencilerin bedensel ve ruhsal sağlık sorunlarının çözülmesi için destek sağlanabilir. Böylece sosyal görünüşüne yönelik kaygıları azaltılabilir.

Sosyal görünüş, bir bireyin bedenine ve görünümüne ilişkin olumsuz beden imajının bir sonucu olarak kabul edilir. Araştırmamızda öğrencilerin bireysel bildirimleri doğrultusunda toplanan boy ve ağırlıklarına göre BKİ düzeyleri hesaplanmıştır. Fazla kilolu ve şişman olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının diğer öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bizim bulgumuzla paralel olarak, benzer yaş grubunda yapılan çalışmalarda BKİ artışı ile sosyal görünüş kaygısı arasında pozitif ilişki saptanmıştır [20, 21]. Adolesan yaştaki kız



öğrencilerde yapılan bir çalışmada zayıf olmanın ideal olduğu görüşü ile yüksek sosyal görünüş kaygısının ilişkili olduğu bulunmuştur [23]. Fiziksel görünüşünü beğenmeyen öğrencilerde sosyal görünüş kaygısı daha yüksek olmaktadır [2, 24]. Kilo almaktan korkan ergenler daha fazla sosyal görünüş kaygısı yaşamaktadır [12, 25]. Literatürde olumsuz beden algısı ve yeme bozukluğu ile yüksek sosyal görünüş kaygısı arasında ilişki olduğu belirlenmiştir [3, 20, 26]. Adolesan dönemde görülen fiziksel değişiklikler, toplum tarafından bireyin görünüşüne yönelik olumsuz değerlendirmeler, karşı cinsten bireyler için çekici görünme arzusu ve akran değerlendirmeleri gibi pek çok faktör ergenlik döneminde sosyal görünüş kaygısını artırabilmektedir [3, 12]. Bu bilgiyi destekler nitelikte araştırmamızda iki değişkenli analizde sevgilisi olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının yüksek olduğu görülmüştür. Üniversiteye yeni başlayan öğrencilere yönelik sağlık kampüsünde fiziksel aktivite yapabilecekleri olanakların tanıtılması, sağlıklı beslenme konusunda eğitimlerin yapılması sağlıklı beden yapısının gelişmesinde etkili olabilir. Öğrencilerin sağlıklı beden yapısına kavuşmaları sosyal görünüş kaygısını azaltabilir.

Araştırmamızda anne-babası ayrı ya da ölmüş olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Aile yapısı öğrencinin sosyal görünüş kaygısını etkilemektedir [12]. Çalışmamızda, yapılan regresyon analizinde öğrencinin ailesiyle olan sosyal ilişkisi sosyal görünüş kaygısını öngörmede anlamlı bir faktör olarak bulunmamakla birlikte, iki değişkenli analizde ailesiyle sosyal ilişkisinin "kötü" olduğunu belirten öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Anne-babası ayrı olan öğrencilerin aileden bekledikleri sosyal destek ihtiyaçları karşılanmamış olabilir, bu beklenti öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının yüksek olmasını etkileyebilir.

Sosyal görünüş kaygısı fazla olan bireylerde sosyal temastan kaçınma, özgüven eksikliği gibi olumsuz duygu ve tutumların birlikteliğinden söz edilmektedir [2]. Araştırmamızda arkadaşlarıyla sosyal ilişkisinin olumsuz olduğunu belirten öğrencilerde sosyal görünüş kaygısının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yapılan bir araştırmada arkadaşlarıyla ilişkisi çok iyi olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının düşük

olduğu bulunmuştur [24]. Literatürde adolesan dönemde kişiler arası ilişkilerde sorun yaşayan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının daha fazla olduğu belirtilmektedir [9, 19]. Öğrencilerin yalnızlık algısı düzeyi arttıkça sosyal görünüş kaygısının da arttığı belirtilmektedir [6, 12]. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyleri ne kadar yüksekse, çevrelerinden gelen tepkileri olumlu yorumlama, ihtiyaçları olduğunda sosyal destek alma ve aktif başa çıkma davranışlarının o kadar düştüğü gösterilmektedir [22]. Teknolojinin hızla ilerlemesi, ülkemizde sosyal ve ekonomik boyutta yaşanan sıkıntılar bireylerin duygu durumu, sosyal ve psikolojik durumunu olumsuz olarak etkilemiştir. Gençler çoğunlukla dışarıda sosyalleşmek yerine sosyal medya ilişkilerine değer vermeye başlamıştır. Sürekli başkalarına beğendirme kaygısı gençleri negatif yönde etkilemektedir. Literatür, sosyal çevreden alınan doğal destek sistemlerinin psikolojik sorunların çözümünü kolaylaştırmada ve sosyal desteğe olan gereksinimi belirtmede etkili olduğunu göstermektedir [22]. Araştırmamızda sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemseyen öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının daha fazla olduğu belirlenmiştir. Sosyal ağları kullanmak bireylerin motivasyonunu artırır ve sosyal gereksinimlerini karşılar, ancak sosyal görünüş kaygılarının artmasına da neden olur [27]. Hemşirelik öğrencilerinde yapılan bir çalışmada yüksek sosyal görünüş kaygısı ile sosyal medya kullanım sıklığı arasında güçlü bir ilişki olduğu ortaya konmuştur [28]. Bireyler adolesan dönemde dış görünümüne daha fazla önem vermekte, bedeninden memnun olmayıp, olumsuz özelliklerine odaklanıp özgüven duygusu azalarak sürekli kendilerini başkalarıyla karşılaştırmaktadır [18]. Böylece sosyal medyadan gelen beğenileri daha önemser hale gelmektedir [27]. Sosyal anksiyete düzeyi yüksek olan öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarının da yüksek olduğu belirtilmektedir [25].

Üniversite döneminde yeni bir ortamda eğitime başlayan öğrencilerin çevreleriyle kurdukları sosyal ilişkilerde dış görünüşlerine daha fazla önem verdiği belirtilmektedir [12]. Dış görünüşünü olumsuz değerlendiren öğrenciler kendi benliğini de olumsuz değerlendirebilmekte, dolayısıyla benlik saygısı azalabilmektedir. Araştırmamıza katılan öğrencilerin benlik saygısı düzeyi düştükçe sosyal görünüş

kaygısı düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Kılıç [12], çalışmasında bizim bulgumuzla paralel olarak, öğrencilerin benlik saygısı azaldıkça sosyal görünüş kaygısının arttığı bulunmuştur. Adolesanlarda duygusal değişiklikler pek çok faktörden etkilenmektedir. Benlik saygısı, mutluluk, depresyon anksiyete gibi duygu durumunu yansıtan göstergeler birbirini tetiklemekte ya da birliktelik göstermektedir [8]. Gençlerde düşük benlik saygısı mutsuzluk, depresyon, anksiyete, karamsar düşünceler ve olumsuz beden algısı gibi duyguları tetiklemektedir [9, 16, 29]. Bizim çalışmamızda da öğrencilerin mutluluk düzeyi puanları ile sosyal görünüş kaygısı puanları arasında negatif yönde bir ilişki saptanmıştır. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı arttıkça mutluluğu azalmaktadır. Üniversite öğrencilerinde yapılan bir çalışmada mutluluk düzeyi arttıkça psikolojik sağlamlığın da arttığı saptanmıştır [30]. Sağlık çalışanlarında yapılan bir çalışmada olumlu duygu durumu ile sosyal görünüş kaygısı arasında ters yönde ilişki olduğu, olumlu duygusu fazla olanlarda sosyal görünüş kaygısının daha düşük olduğu bulunmuştur [17]. Adolesan dönemde mutsuzluk ve depresyonun olumsuz duygu durumu, kendinden memnuniyetsizlik ve intihar eğilimi üzerinde doğrudan etkileri olduğu belirtilmektedir [8]. Bu sonuçlar, öğrencilere yönelik danışmanlık çalışmalarında mutluluk, benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili psikososyal faktörlerin belirlenmesi gerekliliğini ortaya koymuştur. Etkili bir okul sağlığı programı kapsamında öğrencilerin psikososyal sorunlarının çözümüne yönelik girişimlerin yapılması ve izlenmesi önerilir.

Bu çalışmanın en temel kısıtlılığı kesitsel tipte bir araştırma olduğu için sosyal görünüş kaygısı ile ilişkili etmenler arasındaki neden-sonuç ilişkisini mutlak olarak belirlemede yeterince güçlü olmamasıdır. Veriler anketle öz-bildirme dayalı olarak toplanmıştır. Araştırmanın değişkenleri olan sosyal görünüş kaygısı, benlik saygısı, mutluluk düzeyi gibi duygusal durumu yansıtan değişkenler zamana ve koşullara göre değişebileceğinden ortaya konan sonuçlar sadece verilerin toplandığı zamanki durumu yansıtabilir. Araştırmanın diğer bir kısıtlılığı da BKİ değerlerinin boy ve ağırlık ölçümü sonuçlarına göre değil, öğrencilerin beyan ettikleri değerlere göre hesaplanmış olmasıdır. Yapılan literatür taramasında ülkemizde sağlık

alanındaki okullarda öğrenime yeni başlayan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısını etkileyen etmenleri inceleyen araştırma bulunmaması nedeniyle bu araştırma konuyu inceleyen ilk çalışma olarak değerlendirilebilir. Bu araştırma, üniversitemizin sağlık kampüsünde sağlık ile ilgili alanlarda öğrenime yeni başlayan öğrencilerde sosyal görünüş kaygısı prevalansının belirlenmesi için yapılmış bir "durum saptama" araştırması olarak tanımlanabilir. Araştırmanın sonuçları öğrencilerin eğitiminin devamında sorunlara çözüm aranması bakımından yol gösterici niteliğindedir.

Sonuç olarak, araştırmaya katılan öğrencilerin çocukluğunda kırsal alanda yaşamış olması, bedensel ve ruhsal sağlık durumunun kötü olması, anne-babasının ayrı olması, fazla kilolu ya da obez olması, arkadaşlarıyla olan olumsuz sosyal ilişkisi, sosyal medya paylaşımlarına gelen beğeni sayısını önemsemesi, benlik saygısının düşük olması öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının yüksek olmasını etkilemektedir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı arttıkça mutluluğu azalmaktadır. Öğrencilerin ruh sağlığının korunması ve geliştirilmesi için üniversite ortamındaki gençlik ruh sağlığı destek biriminden destek alabilmeleri için olanaklar artırılabilir, bu konuda öğrenciler bilgilendirilebilir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı, benlik saygısı ve mutluluk düzeyinin artırılması, eğitsel ve sosyal sorunların çözülmesi için gençlerin ruh sağlığını koruyucu, özgüvenini artıran eğitim ortamı sağlanması önerilir. Okulların sosyal olanaklarının öğrencilerin beklentileri doğrultusunda artırılması, öğrenci toplulukları ve sosyal kulüplerin aktifleştirilmesi öğrencilerin ruh sağlığının gelişmesinde, sosyalleşerek özgüveninin artmasında yararlı olabilir.

**Çıkar ilişkisi:** Yazarlar çıkar ilişkisi olmadığını beyan eder.

#### Kaynaklar

1. Hart TA, Flora DB, Palyo SA, Fresco DM, Holle C, Heimberg RC. Development and examination of the social appearance anxiety scale. *Assessment* 2008;15:48-59. <https://doi.org/10.1177/1073191107306673>
2. Claes L, Hart TA, Smits D, Eynde FV, Mueller A, Mitchell JE. Validation of the social appearance anxiety scale in female eating disorder patients. *Eur Eat Disord Rev* 2012;20:406-409. <https://doi.org/10.1002/erv.1147>

3. Dakanalas A, Carra G, Calogero R, et al. The social appearance anxiety scale in Italian adolescent populations: construct validation and group discrimination in community and clinical eating disorders samples. *Child Psychiatry Hum Dev* 2016;47:133-150. <https://doi.org/10.1007/s10578-015-0551-1>
4. Doğan T. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği'nin (SGKÖ) Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2010;39:151-159.
5. Milić J, Škrlec I, Milić VI, Podgornjak M, Heffer M. High levels of depression and anxiety among Croatian medical and nursing students and the correlation between subjective happiness and personality traits. *Int Rev Psychiatry* 2019;31:653-660. <https://doi.org/10.1080/09540261.2019.1594647>
6. Amil O, Bozgeyikli H. Investigating the relationship between social appearance anxiety and loneliness of turkish university youth. *Journal of Studies in Social Sciences* 2015;11:68-96.
7. Doğan T, Sapmaz F. Öz-eleştiri ve mutluluk. *Kastamonu Eğitim Dergisi* 2013;1:391-400.
8. Choi YS, Shin HK, Hong DY, et al. Self-esteem as a moderator of the effects of happiness, depression, and hostility on suicidality among early adolescents in Korea. *J Prev Med Public Health* 2019;52:30-40. <https://doi.org/10.3961/jpmph.18.095>
9. Şahin E, Barut Y, Ersanlı E, Kumcağız H. Self-esteem and social appearance anxiety: an investigation of secondary school students. *J Basic Appl Sci Res* 2014;4:152-159.
10. Öner Altıok H, Ek N, Koruklu N. Üniversite öğrencilerinin benlik saygı düzeyi ile ilişkili bazı değişkenlerin incelenmesi. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi* 2010;1:99-120.
11. Rosenberg M. *Society and the adolescent self-image*, Princeton: Princeton University Press, 1965:6-50.
12. Kılıç M. Üniversite öğrencilerinin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Konya, 2015.*
13. Çuharadaroğlu F. *Adolesanlarda benlik saygısı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi. Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara, 1986.*
14. Hills P, Argyle M. The Oxford happiness questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Pers Individ Dif* 2002;33:1073-1082. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(01\)00213-6](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(01)00213-6)
15. Doğan T, Akıncı Çötök N. Oxford mutluluk ölçeği kısa formunun Türkçe uyarlaması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 2011;4:165-172.
16. Özcan H, Subaşı B, Budak B, Çelik M, Can Gürel Ş, Yıldız M. Ergenlik ve genç yetişkinlik dönemindeki kadınlarda benlik saygısı, sosyal görünüş kaygısı, depresyon ve anksiyete ilişkisi. *Journal of Mood Disorders* 2013;3:107-113.
17. Kong X, Cao Y, Lou X, He L. The correlation analysis between the appearance anxiety and personality traits of the medical staff on nasal and facial pressure ulcers during the novel coronavirus disease 2019 outbreak. *Nurs Open* 2021;8:147-155. <https://doi.org/10.1002/nop2.613>
18. Çakmak A, Sakarya S. Farklı türde liselere devam eden öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları ile sosyal karşılaştırma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 2020;19:680-691. <https://doi.org/10.17755/esosder.582927>
19. Sanlier N, Pehlivan M, Sabuncular G, Bakan Isguzar Y. Determining the relationship between body mass index, healthy lifestyle behaviors and social appearance anxiety. *Ecol Food Nutr* 2018;57:124-139. <https://doi.org/10.1080/03670244.2017.1419343>
20. Radix AK, Rinck M, Becker ES, Legenbauer T. The mediating effect of specific social anxiety facets on body checking and avoidance. *Front Psychol* 2019;9:2661. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02661>
21. Tayhan Kartal F, Kabakuş Aykut M. Üniversite öğrencilerinde sosyal fizik kaygısı ve depresyonun yeme bozukluğu riski ile ilişkisi. *Beslenme ve Diyet Dergisi* 2019;47:20-29. <https://doi.org/10.33076/2019.BDD.1088>
22. Turan M, Özdemir Aydın G, Kaya H, Aksel G, Yılmaz A. Male nursing students' social appearance anxiety and their coping attitudes. *Am J Mens Health* 2019;13:1557988319825922. <https://doi.org/10.1177/1557988319825922>
23. Christian CB, Ngo BK, Brosos LC, Levinson CA. Social appearance anxiety moderates the relationship between thin-ideal internalization and eating disorder symptoms cross-sectionally and prospectively in adolescent girls. *Eat Weight Disord* 2020. <https://doi.org/10.1007/s40519-020-01050-y>
24. Çetinkaya B, Gülaçtı F, Çiftçi Z. Lise öğrencilerinin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi* 2019;10:904-922. <https://doi.org/10.26466/opus.523444>
25. Titchener K, Wong QJJ. A weighty issue: explaining the association between body mass index and appearance-based social anxiety. *Eat Behav* 2015;16:13-16. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2014.10.005>
26. Li Y. Linking body esteem to eating disorders among adolescents: a moderated mediation model. *J Health Psychol* 2020;25:1755-1770. <https://doi.org/10.1177/1359105319886048>

27. Doğan U, Çolak TS. Self-concealment, social network sites usage, social appearance anxiety, loneliness of high school students: a model testing. J Educ Train Stud 2016;4:176-183. <https://doi.org/10.11114/jets.v4i6.1420>
28. Ayar D, Özalp Gerçek G, Özdemir EZ, Bektaş M. The effect of problematic internet use, social appearance anxiety, and social media use on nursing students' nomophobia levels. Comput Inform Nurs 2018;36:589-595. <https://doi.org/10.1097/CIN.0000000000000458>
29. Dindar M, Akbulut Y. Role of self-efficacy and social appearance anxiety on gaming motivations of MMOFPS players. Comput Educ 2015;81:26-34. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2014.09.007>
30. Can M, Cantez KE. Üniversite öğrencilerinin mutluluk, psikolojik sağlık ve öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. Aydın Toplum ve İnsan Dergisi 2018;4:61-76.

**Etik kurul onayı:** Dokuz Eylül Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 18 Kasım 2019 tarih ve 2019/28-07 karar numarası ile onay alınmıştır.

#### **Yazarların makaleye olan katkıları**

A.A. çalışmanın ana fikrini ve hipotezini kurgulamıştır. A.A., A.Y., B.Y., C.Y., L.Y., U.Y. literatür taraması yapmışlardır. A.A., A.Y., B.Y., C.Y., L.Y., U.Y. teoriyi geliştirmiş, gereç ve yöntem bölümünü düzenlemişlerdir. A.A., A.Y., B.Y., C.Y., L.Y., U.Y. verileri toplamışlardır. Sonuçlar kısmındaki verilerin değerlendirmesini A.A. yapmıştır. Makalenin yazılmasını A.A. yapmıştır, A.Y., B.Y., C.Y., L.Y., U.Y. gözden geçirip gerekli düzeltmeleri yapmış ve onaylamıştır. Ayrıca tüm yazarlar çalışmanın tamamını tartışmış ve son halini onaylamıştır.