



Türk Turizm Araştırmaları Dergisi

2019, 3(3): 775-790.

DOI: [10.26677/TR1010.2019.191](https://doi.org/10.26677/TR1010.2019.191)

ISSN: 2587-0890 Dergi web sayfası: <https://www.tutad.org>



ARAŞTIRMA MAKALESİ

Lisans Düzeyinde Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Dr. Öğr. Üyesi S. Banu YILDIZ, Balıkesir Üniversitesi, Turizm Fakültesi, e-posta: banugulec23@hotmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9937-6555>

Bilim Uzmanı Hülya Hayriye HALİTOĞULLARI, e-posta: hulyaahayriye@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1605-6418>

Öz

Bu çalışma, Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygı düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak; "Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği" ve "Benlik Saygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada turizm rehberliği ve turizm işletmeciliği bölümünde öğrenim gören 584 öğrenciye anket çalışması uygulanmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygı düzeyleri; cinsiyet, bölüm, sınıf ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermezken, sosyal faaliyet, spor, yerleşke, kilo ve boy değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir. Ayrıca öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygı düzeyleri arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Görünüş Kaygısı, Benlik Saygısı, Turizm Öğrencisi.

Makale Gönderme Tarihi: 10.05.2019

Makale Kabul Tarihi: 08.07.2019

Önerilen Atıf:

Yıldız, S. B. ve Halitoğulları, H. H. (2019). Lisans Düzeyinde Turizm Eğitimi Alan Öğrencilerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 3(3): 775-790.

© 2019 Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.



Journal of Turkish Tourism Research

2019, 3(3): 775-790.

DOI: [10.26677/TR1010.2019.191](https://doi.org/10.26677/TR1010.2019.191)

ISSN: 2587-0890 Journal Homepage: <https://www.tutad.org>



RESEARCH PAPER

The Investigation of The Relationship Between Social Appearance Anxiety and Self-Esteem Levels of Students Who Get Tourism Education at Undergraduate Level

Assistant Prof. Dr. S. Banu YILDIZ, Balıkesir University, Faculty of Tourism, e-mail: banugulec23@hotmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9937-6555>

Hülya Hayriye HALİTOĞULLARI (MSc) e-mail: hulyaahayriye@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1605-6418>

Abstract

The aim of this research study is to investigate the social appearance anxiety and self-esteem levels of students who studying at the Tourism Faculty of Balıkesir University according to some variables and to determine the relationship between them. As a data collection tool, "Social Appearance Anxiety Scale and "Self Esteem Scale" were used in the study. A survey has been implemented to 584 students, studying tourism guiding and tourism management in the study. As a result of the research, the students' social appearance anxiety and self-esteem levels did not differ significantly from gender, division, class, and age variables, but differ significantly from social activity, sport, campus, weight and height variables. In addition, a significant and negative relationship was found between the social appearance anxiety and self-esteem levels of the students.

Keywords: Social Appearance Anxiety, Self-Esteem, Tourism Student.

Received: 10.05.2019

Accepted: 08.07.2019

Suggested Citation:

Yıldız, S. B. and Halitoğulları, H. H. (2019). The Investigation of The Relationship Between Social Appearance Anxiety and Self-Esteem Levels of Students Who Get Tourism Education at Undergraduate Level, *Journal of Turkish Tourism Research*, 3(3): 775-790.

© 2019 Türk Turizm Araştırmaları Dergisi.

GİRİŞ

Üniversite yılları öğrencilerin ergenlikten yetişkinliğe geçiş sürecinde bir köprü vazifesi görmektedir (Çam vd., 2017: 508). Öğrenciler bu yıllarda dış görünüşlerine oldukça önem vermektedir. Dış görünüşünden dolayı kaygı duyan öğrenciler kendi benliğini olumsuz olarak algılayabilmektedir. Bu durum da öğrencilerin benlik saygılarının düşmesine neden olmaktadır. Düşük benlik algısı, öğrencilerin kendilerine yeterince güvenmemesine, eğitim hayatında başarısızlıklara ve sosyal ortamda içe dönük tavırlar sergilemesine neden olmaktadır (Kılıç, 2015: 60).

Sosyal görünüş kaygısı, bireyin diğer insanların kendisini bedensel özellikleri ya da nasıl görüldüğü ile ilgili olumsuz değerlendirmeleri hakkındaki yaşadığı kaygı hali olarak tanımlanmaktadır (Hart vd., 2008: 49). Benlik saygısı ise bireyin kendisi hakkındaki değerlendirmelerin tümü olarak ifade edilmektedir. Bu değerlendirmeler bireyde olumlu veya olumsuz olma durumuna göre düşük benlik saygısına ya da yüksek benlik saygısına sebep olmaktadır (Arıca, 1995: 19). Benlik saygısı yüksek olan kişiler kendine güven duyma, iyimser olma, başarıya isteği duyma, zorluklardan yılmama, stresle daha kolay başa çıkma gibi olumlu özellikler gösterirken; benlik saygısı düşük olan kişiler karamsar olma, kendine az güvenme, sinirli olma, ruhsal sorunlar göstermeye daha yatkın olma gibi durumlar göstermektedirler (Karataş, 2017: 120).

Turizm sektörü, insan odaklı emek yoğun bir sektör olduğundan dolayı (Olalı ve Timur, 1988: 135; Kozak vd., 2000: 12; İçöz vd., 2009: 40; Hacıoğlu, 2013: 14) çalışanların kendisine güvenen, girişken ve kendisini rahatlıkla ifade edebilen kişilerden oluşması gerekmektedir. Kendisine güvenen kişilerin gerek eğitim gerek ise iş hayatlarında başarılı oldukları genel kabul gören bir görüştür (Noyan Yalman ve Özkaynar, 2018: 223). Bu nedenle gelecekte turizm sektöründe yer alacak öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygı düzeylerinin incelenmesi önemlidir.

Bu çalışmanın amacı lisans düzeyinde turizm eğitimi alan öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarını ve benlik saygılarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemektir. Yapılan literatür taraması sonucunda, turizm alanında sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısını birlikte ele alan çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle çalışmanın turizm alanına ve literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Sosyal görünüş kaygısı, bireylerin fiziksel görünüşlerinin diğer insanlar tarafından değerlendirildiğinde yaşanan ve hissedilen bir endişe duygusudur. Bu kaygı, bireyin sadece kilosu, boyu ve vücut yapısı gibi unsurlardan kaynaklanmamaktadır. Aynı zamanda bireyin yüz şekli, cilt yapısı vb. gibi daha ayrıntılı ve kapsamlı unsurlardan da kaynaklanmaktadır (Hart vd., 2008:48). Sosyal görünüş kaygısının temeli, bireyin diğer insanlarda bıraktıkları izlerin olumlu olmasına dayanmaktadır. Eğer birey sosyal etkileşim içerisinde olduğu diğer insanların gözünde istediği imajı bırakma konusunda kendini yeterli hissetmezse sosyal görünüş kaygısı ortaya çıkmaktadır (Hagger ve Stevenson, 2010: 92).

Benlik saygısı, bireyin kendisini değerlendirmesinin sonucu olarak benliğini kabul etmesi ve benliğinden memnun olması şeklinde tanımlanmaktadır (Eriş ve İkiz, 2013: 181). Benlik saygısı birçok araştırmacı tarafından farklı şekilde tanımlanmıştır. Rosenberg (1965: 15) benlik saygısını, "bireyin kendisine karşı olumlu ya da olumsuz tutumu olarak tanımlamıştır." Fakat Coopersmith (1967: 49) benlik saygısını, "kendisini sürekli olarak değerlendiren biri olarak tanımlamaktadır." Coopersmith'e göre benlik saygısı, "bir kişinin kabul veya reddedilme tutumunun bir ifadesidir ve kendisinin yetenekli, önemli, değerli ve başarılı olarak algılanma düzeyidir. " Öte yandan,

Guindon (2002: 204) benlik saygısını, “kabul ve değer duygusu” olarak en geniş anlamıyla özetlemektedir. Araştırmacılar arasında benlik saygısı tanımı konusunda bir anlaşma olmasa da, insanların yaşamlarında önemli bir rol oynadığı açıktır.

Bireyin yüksek ya da düşük benlik saygısına sahip olması olaylar karşısındaki duygularını ve davranışlarını farklı yönlerde etkilemektedir (Oktan ve Şahin, 2010: 546). Benlik saygısı yüksek olan kişiler kendisine güvenen, araştırmacı, kendisine değer veren, girişken, fikirlerini söylemekten çekinmeyen, katılımcı ve kendisini rahatlıkla ifade edebilen kişilerdir (Korkmaz, 1996: 20; Turanlı, 2010: 11; Türedi, 2015: 16). Düşük benlik saygısına sahip kişiler ise kendisini değersiz olarak gören, özgüveni düşük, kendi fikirlerinin kabul görmeyeceği korkusuyla fikirlerini söylemekten çekinen ve katılımcı olmaktan çok dinleyici olarak kalmayı tercih eden kişilerdir (Korkmaz, 1996: 20; Aydın, 2014: 44).

Literatürde farklı alanlarda eğitim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı veya benlik saygısını ele alan çalışmalara sıklıkla rastlanmasına rağmen, sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısını birlikte ele alan çalışmaya sınırlı sayıda rastlanmaktadır. Literatürde yer alan ilgili çalışmalar aşağıda sunulmuştur.

Dinçer ve Öztunç (2009) Çukurova Üniversitesi Adana Sağlık Yüksekokulunda hemşirelik ve ebelik alanlarında öğrenim gören öğrencilerin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerini tespit etmek amacıyla çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışma sonucunda ebelik bölümü öğrencilerinin benlik saygısı ortalamasının hemşirelik bölümü öğrencilerinin ortalamasından yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Kılıç (2015) 1386 üniversite öğrencisine yönelik gerçekleştirdiği çalışmada öğrencilerin benlik saygılarında artış olduğunda sosyal görünüş kaygılarında düşüş meydana geldiğini, benlik saygılarında düşüş olduğunda sosyal görünüş kaygılarında artış meydana geldiğini tespit etmiştir.

Vatansever (2017) 14-18 yaş aralığında 160 lisanslı spor yapan ve 160 spor yapmayan olmak üzere toplam 320 ergen üzerine çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma sonucuna göre lisanslı spor yapan ergenlerin benlik saygısı düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Ayrıca 14-18 yaş aralığındaki spor yapan ergenlerin sosyal görünüş kaygılarının, spor yapmayan ergenlere göre daha düşük olduğunu tespit etmiştir.

Yüceant ve Ünlü (2017) beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygı düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemek amacıyla çalışma gerçekleştirmişlerdir. Bu amaçla 600 beden eğitimi öğretmen adayına anket çalışması uygulamışlardır. Araştırma sonucunda öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin düşük olduğunu tespit etmişlerdir. Öğretmen adaylarının sosyal görünüm kaygı düzeyleri, cinsiyet ve gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık göstermediğini, yaş değişkenine göre ise anlamlı bir farklılık gösterdiğini tespit etmişlerdir.

Mirzaei-Alavijeh vd., (2018) Kermanshah Üniversitesi Tıp Bilimleri’nde öğrenim gören öğrencilerin akademik başarı ile benlik saygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. 300 öğrenciye anket çalışması uygulamışlardır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Annenin eğitim düzeyi değişkeni ile benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki tespit etmişlerdir. Ayrıca öğrencilerin akademik başarısı ile benlik saygı düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Demirel (2019) bedensel engelli ve engelli olmayan sporcuların sosyal görünüm kaygısı ve benlik saygısı puanlarındaki farklılıkları araştırmak amacıyla çalışmayı yapmıştır. Araştırma sonucunda bedensel engelli sporcuların engelli olmayan sporculara göre benlik saygı ve sosyal görünüm kaygısı puanları daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Topuz vd., (2019) spor yönetimi bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemek için çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırma sonucunda öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı düzeylerinin orta düzey olduğunu tespit etmişlerdir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyi cinsiyet, yaş ve akademik derece değişkeni açısından anlamlı bir farklılık gösterdiğini tespit etmişlerdir. Ayrıca öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygı düzeyleri arasında anlamlı ve negatif yönde bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir.

Yapılan literatür taraması sonucunda, beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilere, sporculara yönelik çalışmaların ağırlıkta olduğu görülmektedir. Bu çalışmada diğerlerinden farklı olarak turizm eğitimi alan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygı düzeyleri ilişkisi ele alınmaktadır. Ayrıca öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygı düzeylerinde yaş cinsiyet, sınıf, sosyal faaliyet, kilo ile boy memnuniyeti, spor yapma durumu, yaşamış olduğu yer değişkenlerine göre farklılık olup olmadığı incelenmiştir. Çalışmanın turizm alanına ve literatüre katkıda bulunacağı öngörülmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi'nde öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarını ve benlik saygılarını bazı değişkenlere göre incelemek ve aralarındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada öğrencilerinin sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi için ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket formu kullanılmıştır. Anket formunun ilk kısmında öğrencilerin demografik özelliklerine yönelik sorular yer almaktadır. İkinci kısmında sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ölçeklerine yönelik sorular yer almaktadır.

Araştırmanın evrenini 2018-2019 eğitim öğretim döneminde Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesi Turizm Rehberliği ve Turizm İşletmeciliği bölümünde kayıtlı olan 1192 öğrenci oluşturmaktadır. Hazırlanan anket formu tesadüfi olarak seçilen 584 öğrenciye uygulanmıştır. Anket uygulanması 2019 yılının Şubat ve Mart aylarında gerçekleştirilmiştir.

Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği (SGKÖ) kullanılmıştır. SGKÖ, Hart ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilmiş ve Doğan (2010) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeği 16 maddeden oluşan 5'li Likert tipi bir ölçektir. SGKÖ, (1) Kesinlikle katılmıyorum, (2) Katılmıyorum, (3) Ne katılıyorum ne de katılmıyorum, (4) Katılıyorum, (5) Kesinlikle katılıyorum şeklinde puanlanmaktadır. Ölçekten elde edilen toplam puan değeri 16 ile 80 arasında değişmektedir (Ekşi vd., 2018: 158). Ölçekten alınan puanların ortalaması arttıkça kaygı düzeyinde de artış olmakta, ortalama azaldıkça kaygı düzeyinde de azalma meydana gelmektedir (Kara, 2016: 99).

Öğrencilerin benlik saygı düzeylerini belirlemek amacıyla Rosenberk Benlik Saygısı Ölçeği (RBSÖ) kullanılmıştır. RBSÖ, Rosenberg (1965) tarafından geliştirilmiş ve 12 alt kategoride toplam 63 sorudan oluşmaktadır. Çuhadaroğlu (1986) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin ilk 10 maddesi benlik saygısı boyutunu ölçmektedir. Bu çalışmada da ölçeğin ilk 10 maddesinden yararlanılarak öğrencilerin benlik saygı düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır (Özgüngör, 2014: 36). Testi değerlendirmek için; 1, 2, 4, 6, 7. maddeler; (4) Kesinlikle katılıyorum, (3) Katılıyorum, (2) Katılmıyorum, (1) Kesinlikle katılmıyorum şeklinde puanlanmaktadır. 3, 5, 8, 9, 10. maddeler ise; (1) Kesinlikle Katılıyorum, (2) Katılıyorum, (3) Katılmıyorum, (4) Kesinlikle Katılmıyorum olarak puanlanmaktadır. Ölçeğin toplam puan değeri 10 ile 40 arasında değişmektedir. Ölçekten alınan puanların ortalaması arttıkça öğrencilerin benlik saygı düzeyi de artmaktadır (Kılıç, 2015: 38).

Verilerin analizinde SPSS programı kullanılmıştır. Öğrencilerin demografik bilgilerine yönelik verilerin yorumlanmasında frekans ve yüzde analizinden yararlanılmıştır. Daha sonra sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ölçeklerine ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerlerine bakılmıştır. Sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ölçeklerinin güvenilirliği test edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek için ölçeklerde yer alan ifadelerin çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmıştır. Bunun sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmada veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı parametrik testlerden yararlanılmıştır. Değişkenler arası farklılıkları tespit etmek amacıyla bağımsız örneklem t testi ve ANOVA analizinden yararlanılmıştır. Ayrıca sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla korelasyon analizinden yararlanılmıştır.

BULGULAR VE YORUM

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bulgular Tablo 1’de görülmektedir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Demografik Bulguları

Demografik Özellikler		N	%	Demografik Özellikler		n	%
Cinsiyet	Kız	278	47,6		Hiç memnun değilim	50	8,6
	Erkek	306	52,4		Memnun değilim	143	24,5
Yaş	18-20	175	30,0	Kilo Memnuniyeti	Ne memnunum ne de memnun değilim	111	19,0
	21-23	339	58,0		Memnunum	210	36,0
	24-26	52	8,9		Çok memnunum	70	12,0
	26 yaş üstü	18	3,1				
Sınıf	1.sınıf	102	17,5	Boy Memnuniyeti	Hiç memnun değilim	31	5,3
	2.sınıf	106	18,2		Memnun değilim	88	15,1
	3.sınıf	182	31,2		Ne memnunum ne de memnun değilim	87	14,9
	4.sınıf	194	33,2		Memnunum	240	41,1
Sosyal Faaliyet	Evet	361	61,8	Spor Yapma Durumu	Evet	323	55,3
	Hayır	223	38,2		Hayır	261	44,7
Yerleşke	Köy	42	7,2	Okuduğunuz Bölüm	Turizm İşletmeciliği	306	52,4
	İlçe	125	21,4		Turizm Rehberliği	278	47,6
	Şehir	159	27,2				
	Büyükşehir	258	44,2				

Bulgulara göre öğrencilerin yaklaşık %52,4'ünün erkeklerden oluştuğu, %58,0'ının 21-23 yaş aralığında olduğu ve %33,2'sinin 4.sınıf olduğu görülmektedir. Öğrencilere üniversite dışında sosyal faaliyetlerinin olup olmadığına dair soru yöneltilmiştir. Öğrencilerin %61,8'i evet seçeneğini işaretledikleri görülmektedir. Öğrencilere üniversiteye gelinceye kadar hayatlarının önemli bir kısmını nerede geçirdiklerine dair soru yöneltilmiştir. Öğrencilerin %44,2'si büyükşehir, %27,2'si şehir, %21,4'ü ilçe ve %7,2'si köy seçeneklerini işaretlemişlerdir. Öğrencilerin şu anki kilosundan ve boyundan ne kadar memnun olduklarına yönelik soru yöneltilmiştir. Öğrencilerin %36,0'ı şu anki kilosundan memnun olduklarını, %24,5'i ise memnun olmadıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin %41,1'i şu anki boyundan memnun olduklarını, %23,6'sı çok memnun olduklarını belirtmişlerdir. Öğrencilere spor yapıp yapmamasına dair soru yöneltilmiştir. Öğrencilerin %55,3'ü spor yaptıklarını, %44,7'si ise spor yapmadıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin %52,4'ü turizm işletmeciliği, %47,6'sı turizm rehberliği bölümünde okudukları görülmektedir.

Tablo 2. Sosyal Görünüş Kaygısı ve Benlik Saygısı Ölçekleri Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

Boyutlar	En düşük puan	En yüksek puan	Ortalama	Standart sapma
SGKÖ	16	77	34,06	11,38
BSÖ	14	40	31,62	5,34

Araştırmada yer alan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı (SGKÖ) ile benlik saygısı (BSÖ) ortalamaları Tablo 2'de yer almaktadır. Öğrencilerin SGKÖ ortalaması 34,06 olarak bulunmuştur. Özmen Akyol vd. (2018) yaptığı çalışmada 33-48 puan ortalamasına sahip olan öğrencilerin normal kaygılı grubuna dahil etmişlerdir. Öğrencilerin BSÖ ortalaması ise 31,62 olarak bulunmuştur. Literatürde BSÖ ortalamasından alınacak en yüksek puan 40'tır. Turizm öğrencilerinin benlik saygı düzeylerinin oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca yüksek benlik saygı düzeyine sahip kişilerin görünüşlerine daha fazla özen gösterdiği bilinmektedir (Sirkeci, 2018: 23).

Demografik özellikler içerisinde yer alan cinsiyet, sosyal faaliyet, spor ve bölüm değişkenlerinin öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini analiz etmek amacıyla bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Sınıf, yaş, yerleşke, kilo ve boy değişkenlerinin öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini analiz etmek amacıyla ise ANOVA testi yapılmıştır. Bağımsız örneklem t testi ve ANOVA testi sonuçları Tablo 3'de verilmiştir.

Bağımsız örneklem t testi sonucunda cinsiyet ve bölüm değişkenleri öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermezken, sosyal faaliyet ve spor değişkeni anlamlı bir farklılık göstermektedir. Sosyal faaliyete katılmayan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı katılanlara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Spor yapmayan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı spor yapanlara göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 3. Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi ve ANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler		n	A.O.	S.S.	t / F	p	Fark
Cinsiyet	Kız	278	33,36	10,89	-1,407	0,160	
	Erkek	306	34,68	11,79			
Sosyal Faaliyet	(1)Evet	361	32,46	10,38	-4,178	0,000	2>1
	(2)Hayır	223	36,63	12,44			
Spor	(1)Evet	323	32,94	10,88	-2,651	0,008	2>1
	(2)Hayır	261	35,44	11,85			
Okuduğunuz bölüm	Turizm İşletmeciliği	306	34,67	11,24	1,370	0,171	
	Turizm Rehberliği	278	33,38	11,52			
Sınıf	1.sınıf	102	32,34	12,50	1,094	0,351	
	2.sınıf	106	35,09	11,41			
	3.sınıf	182	34,24	10,54			
	4.sınıf	194	34,21	11,51			
Yaş	18-20 yaş arası	175	32,82	11,72	1,298	0,274	
	21-23 yaş arası	339	34,41	10,44			
	24-26 yaş arası	52	36,00	13,74			
	26 yaş üzeri	18	33,77	16,50			
Yerleşke	Köy	42	44,21	15,69	13,251	0,000	1>2,3,4
	İlçe	125	34,09	11,06			
	Şehir	159	33,54	10,74			
	Büyükşehir	258	32,70	10,29			
Kilo	(1) Hiç memnun değilim	50	42,42	14,95	11,653	0,000	1>2,3,4,5
	(2) Memnun değilim	143	35,23	11,10			
	(3) Ne memnunum ne de memnun değilim	111	34,87	12,03			2,3>5
	(4) Memnunum	210	32,15	9,46			
	(5) Çok memnunum	70	30,08	9,96			
Boy	(1) Hiç memnun değilim	31	42,45	17,32	9,574	0,000	1>3,4,5
	(2) Memnun değilim	88	36,96	12,03			
	(3) Ne memnunum ne de memnun değilim	87	34,74	11,84			2,3>5
	(4) Memnunum	240	33,66	9,82			
	(5) Çok memnunum	138	30,56	10,15			

Tablo 4. Benlik Saygısı Ölçeğine İlişkin Bağımsız Örneklem t Testi ve ANOVA Testi Sonuçları

Değişkenler		n	A.O.	S.S.	t / F	p	Fark
Cinsiyet	Kız	278	31,51	5,19	-0,432	0,666	
	Erkek	306	31,70	5,47			
Sosyal Faaliyet	(1) Evet	361	32,47	4,82	4,826	0,000	2<1
	(2) Hayır	223	30,22	5,82			
Spor	(1) Evet	323	32,33	4,99	3,659	0,000	2<1
	(2) Hayır	261	30,72	5,62			
Okuduğunuz bölüm	Turizm İşletmeciliği	306	31,54	5,24	-0,359	0,720	
	Turizm Rehberliği	278	31,70	5,45			
Sınıf	1.sınıf	102	31,69	5,38	0,481	0,696	
	2.sınıf	106	31,20	6,15			
	3.sınıf	182	31,47	5,22			
	4.sınıf	194	31,93	4,96			
Yaş	18-20 yaş arası	175	32,06	5,43	0,795	0,497	
	21-23 yaş arası	339	31,48	5,18			
	24-26 yaş arası	52	31,38	5,78			
	26 yaş üzeri	18	30,44	6,07			
Yerleşke	Köy	42	28,47	5,32	6,335	0,000	1<2,3,4
	İlçe	125	31,41	5,53			
	Şehir	159	31,55	5,23			
	Büyükşehir	258	32,26	5,15			
Kilo	(1) Hiç memnun değilim	50	28,30	6,37	11,541	0,000	1<2,3,4,5
	(2) Memnun değilim	143	30,88	5,02			2,3<4,5
	(3) Ne memnunum ne de memnun değilim	111	30,73	5,23			
	(4) Memnunum	210	32,75	4,89			
	(5) Çok memnunum	70	33,48	5,11			
Boy	(1) Hiç memnun değilim	31	30,25	6,71	9,741	0,000	1,2,3<4,5
	(2) Memnun değilim	88	29,79	4,96			
	(3) Ne memnunum ne de memnun değilim	87	29,93	5,43			
	(4) Memnunum	240	32,10	5,04			
	(5) Çok memnunum	138	33,31	5,03			

Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeyleri sınıf ve yaş değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermezken, yerleşke, kilo ve boy değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Yerleşke, kilo ve boy değişkenlerinde farklılığın nedenini belirlemek amacıyla Tukey testi yapılmıştır. Tukey testi sonucunda köyde yaşamını geçirmiş olan öğrencilerin ilçe, şehir ve büyükşehirde yaşamını geçirmiş olan öğrencilere göre sosyal görünüş kaygı düzeyleri daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kilosundan ve boyundan memnun olmayan öğrencilerin memnun olan öğrencilere göre sosyal görünüş kaygısı daha yüksek olduğu görülmektedir. Çağımızda kadın ve erkeğe dayatılan beden imajı çok sayıda kişi üzerinde sosyal görünüş kaygısı oluşturmaktadır (Şimşir vd., 2019: 618).

Benlik saygısı ölçeğine ilişkin bağımsız örneklem t testi ve ANOVA testi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir. Bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, öğrencilerin benlik saygı düzeyleri cinsiyet ve bölüm değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Sosyal faaliyet ve spor değişkenleri açısından ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Sosyal faaliyete katılmayan öğrencilerin benlik saygı düzeylerinin katılan öğrencilere kıyasla daha düşük olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Spor yapmayan öğrencilerin benlik saygı düzeyleri spor yapan öğrencilere göre daha düşük olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

ANOVA testi sonucuna göre, öğrencilerin benlik saygı düzeyleri, sınıf ve yaş değişkenleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermemektedir. Yerleşke, kilo ve boy değişkenleri açısından ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermektedir. Bu farklılığın nedenini tespit etmek için Tukey testi yapılmıştır. Tukey testi sonucunda köyde yaşayan öğrencilere göre benlik saygı düzeylerinin daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Kilosundan ve boyundan memnun olmayan öğrencilerin memnun olanlara kıyasla benlik saygı düzeylerinin daha düşük olduğu görülmektedir. Bir diğer deyişle öğrencilerin kilosuna ve boyuna ilişkin memnuniyeti düştükçe, benlik saygısının da aynı şekilde düştüğü söylenebilir.

Tablo 5. Korelasyon Analizi Sonuçları

	1	2
Sosyal Görünüş Kaygısı (1)	1	-,528**
Benlik Saygısı (2)	-,528**	1
** 0.01 değerinde anlamlılık düzeyi (2-yönlü)		

Tablo 5'te sosyal görünüş kaygısı ve benlik saygısı ölçeğine ilişkin korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir. Korelasyon analizi sonucuna göre, sosyal görünüş kaygısı ile benlik saygısı arasında anlamlı ve negatif, orta düzeyde bir ilişki olduğu ($r=-,528$; $p<0.01$) görülmektedir.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygıları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan çalışmanın sonuçlarına aşağıda yer verilmiştir.

Öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerine bakıldığında genel kaygı ortalaması 34,06 olarak bulunmuştur. Bu sonuç öğrencilerin "normal" düzeyde kaygı seviyesine sahip olduklarını göstermektedir. İsmail (2018) de yaptığı çalışmada benzer sonuç elde etmiştir. Tekeli (2017) yaptığı çalışmada öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin orta düzeyin altında olduğunu

tespit etmiştir. Öğrencilerin benlik saygı düzeylerine bakıldığında ise benlik saygı ortalaması 31,62 olarak bulunmuştur. Bu sonuç öğrencilerin ‘yüksek’ düzeyde benlik saygısına sahip olduklarını göstermektedir. Turizm sektöründe çalışanların insanlarla sürekli iletişim halinde olmalarından benlik saygılarının yüksek olması beklenmektedir. Dolayısıyla öğrenciler sektörde yüksek benlik saygıları sayesinde daha başarılı olabileceklerdir. Karademir vd. (2011) ve Kimter (2011) yaptıkları çalışmada katılımcıların yüksek düzeyde benlik saygısına sahip olduklarını tespit etmişlerdir.

Sosyal görünüş kaygısı ve cinsiyeti ele alan çalışmaların bir bölümünde sosyal görünüş kaygı düzeyinin cinsiyet değişkenine göre değişmediği görülmektedir (Şahin, 2012; Amil ve Bozgeyikli, 2015; Telli ve Ünal, 2016; Amasyalı ve Alakuş Sabuncuoğlu, 2017; Vural vd., 2017; Göksel vd., 2018; Çetinkaya vd, 2019; Şimşir vd., 2019). Ancak sosyal görünüş kaygısının hangi cinsiyette daha fazla görüldüğüne yönelik araştırma sonuçlarının tutarlı olmadığı görülmektedir. Yapılan bazı çalışmalarda kızların sosyal görünüş kaygı düzeyinin erkeklerden daha yüksek olduğu (Atik vd., 2015; Ataş, 2018; Dönmez, 2018); bazı çalışmalarda ise erkeklerin sosyal görünüş kaygı düzeyinin kızlardan daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Alemdağ ve Öncü, 2015; Ben, 2017; Senger, 2017; Ciba, 2018; Erdoğan, 2018; Toprak ve Saraç, 2018; Var, 2018). Bu çalışmada öğrencilerin cinsiyet değişkeni açısından benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygısı düzeylerinde fark bulunamamıştır. Cinsiyet değişkenine göre benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin farklılık göstermemesinin, hayat şartlarının değişimiyle birlikte kız ve erkek öğrencilerin eşit eğitim fırsatlarına sahip olmasından, kızların da aile ve okul yaşamında erkekler kadar etkin biçimde yer almasından ve cinsiyetler arasında rekabetin artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırmada üniversite öğrencilerinin hayatının önemli bir kısmını geçirdiği yer açısından benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygı düzeyleri belirlenmeye çalışılmıştır. Köyde yaşayan öğrencilerin ilçe, şehir ve büyükşehirde yaşayan öğrencilere göre sosyal görünüş kaygı düzeyleri daha yüksek ve benlik saygıları daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda küçük şehirlerde yaşamış öğrencilerin sosyal görünüş kaygı düzeylerinin yüksek, benlik saygı düzeylerinin ise düşük olduğu gözlenmiştir (Kılıç, 2015; Tekeli, 2017). Küçük yerleşim yerlerinin olanakları büyük yerleşim yerlerine kıyasla kısıtlı olduğundan, yaşanan yerleşim yerinin sosyal görünüş kaygısına etki edeceği düşünülmektedir. Yaşamını küçük yerleşim yerlerinde geçirmiş olan öğrenciler, sosyal çevredeki imkanlardan daha az yararlandıkları, belirli bir sosyal çevrenin dışına çıkmadıkları için büyük yerleşim yerinde yaşamış öğrencilere kıyasla sosyal görünüş kaygı seviyeleri daha yüksek olabilir.

Sosyal faaliyete katılan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı, katılmayanlara kıyasla daha düşük ve benlik saygısının ise daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde benlik saygısı yüksek kişilerin iletişimlerinin daha iyi olduğu ve bunun sonucunda daha sosyal oldukları görülmektedir (Kılıç, 2015; Öztürk ve Erzin, 2018). Spor yapan öğrencilerin sosyal görünüş kaygısının spor yapmayanlara göre daha düşük ve benlik saygısının ise daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Literatürde de benzer sonuçlara ulaşılmıştır (Erman, 2017; Vatansever, 2017). Spor yapan kişilerin benlik saygılarının spor yapmayanlara göre daha fazla gelişmiş olduğu (Gün, 2006), sporun kişilik gelişiminde ve sosyalleşmede önemli rolü olduğu yapılan çalışmalarda ortaya çıkmıştır (Korkmaz, vd., 2003; Şahan, 2008; Tazegül, 2014).

Araştırmada kilosundan ve boyundan memnun olmayan öğrencilerin memnun olan öğrencilere göre sosyal görünüş kaygısının daha yüksek ve benlik saygılarının ise daha düşük olduğu görülmektedir. Kilo ve boy değişkenine göre benlik saygısı ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinde farklılık olması, ideal fiziksel ölçülerde olmadığını düşünen öğrencilerin bu durumdan rahatsız olmalarından ve dolayısıyla özgüvenlerinin düşmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin sosyal görünüş kaygıları ile benlik saygı düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen sonuç yapılan bazı araştırma sonuçları ile (Rashid vd., 2011; Eriş ve İkiz, 2013; Işıkol Özge, 2013; Şahin vd., 2014; Kılıç ve Karakuş, 2016; Doğru, 2018; Topuz vd., 2019) paralellik göstermektedir. Sosyal görünüş kaygıları yüksek olan öğrencilerin doğal olarak kendilerine güvenleri, benlik saygıları düşecektir. Başka bir deyişle sosyal görünüşlerinden memnun olan kaygı düzeyleri düşük öğrencilerin özgüvenleri, benlik saygıları daha yüksek olacaktır.

Araştırmanın sonuçları ışığında geliştirilen öneriler şunlardır:

- Bu çalışma Balıkesir Üniversitesi Turizm Fakültesinde öğrenim gören öğrencilere yönelik yapılmıştır. Gelecek çalışmalarda farklı üniversiteler ve farklı kitleler örneklem alanı seçilerek kıyaslamalar yapılabilir.
- Turizm sektöründe yer alan öğrencilerin turistler ile sürekli iletişim halinde olabilmelerinden dolayı, mesleklerinde başarılı olabilmeleri için sosyal görünüş kaygılarının düşük, benlik saygılarının ise yüksek olması gerekmektedir. Öğrencilerin sosyal görünüş kaygılarını en aza indirmek, benlik saygılarını yükseltmek için fiziksel görünüşlerini pozitif yönde etkileyecek spor ve sosyal faaliyetlere yönlendirilmelerine yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Öğrencilerin sosyal görünüş kaygısı sorunu ile baş etmeleri kendileriyle barışık olmaları için üniversite bünyesinde psikolojik danışma ve rehberlik birimlerinden uzman desteği alınabilir.
- Özellikle üniversiteler ve yerel yönetimlerin, gençlerin boş zamanlarını daha iyi değerlendirebilmeleri, girişken, özgüvenli, iletişim becerileri yüksek, sosyal görünüş kaygıları düşük, mutlu bir nesil için sportif, sosyal ve kültürel faaliyetlere daha fazla yer vermeleri gerekmektedir.

KAYNAKÇA

- Alemdağ, S. ve Erman, Ö. (2015). Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi, *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3): 287-300.
- Amasyalı, M. and Alakuş Sabuncuoğlu, F. (2017). Level of Social Appearance Anxiety in Individuals with and Without Alignment of Teeth, *Turkish Orthodontic Society*, 30: 1-5.
- Amil, O. and Bozgeyikli, H. (2015). Investigating the Relationship between Social Appearance Anxiety and Loneliness of Turkish University Youth, *Journal of Studies in Social Science*, 11(1): 68-96.
- Arıca, O.T. (1995). *Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık, Benlik Saygısı ve Denetim Odağı İlişkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Ataş, M.B. (2018). *Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Atik, D., Atik, C., Asaf, R. and Cinar, S. (2015). The Effect of Perceived So-Cial Support by Hemodialysis Patients on Their Social Appearance Anxiety, *Medicine Science*, 4(2): 2210-2223.
- Aydın, Ç. (2014). *Üniversite Öğrencilerinde Kariyer Kararsızlığının Özsaygı Denetim Odağı ve Mükemmeliyetçilik Bakımından İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

- Ben, S. (2017). *İstanbul'da Yaşayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Anksiyete Düzeyleri ile Beden Algısı Olumsuz Değerlendirilme Korkusu Sosyal Görünüş Kaygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, İstanbul.
- Ciba, B. (2018). *Üniversite Öğrencileri Arasında Sosyal Medya Kullanımı ve Sosyal Kaygı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Çam, M. O., Engin, E. ve Uğuryol, E. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Gelişimi ve Güven Duygusu, *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(51): 508-514.
- Çetinkaya, B., Gülaçtı, F. ve Çiftçi, Z. (2019). Lise Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17): 904-922.
- Çuhadaroğlu, F. (1986). *Adölesanlarda Benlik Saygısı*, Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Demirel, H. (2019). Social Appearance Anxiety and Rosenberg Self-esteem Scores in Young Physical Disabled Athletes, *Universal Journal of Educational Research*, 7(3): 664-667.
- Dinçer, F. ve Öztunç, G. (2009). Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri, *Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 16(2): 22-33.
- Doğan, T. (2010). Sosyal Görünüş Kaygısı Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39: 151-59.
- Doğru, B. (2018). *Ergenlerde Sosyal Görünüş Kaygısının Benlik Saygısı ve Otomatik Düşünceler Üzerine Etkisi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Ekşi, H., Kardaş, S. ve İnci, O. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Ana Baba Bağlanma Düzeyleri ve Sosyal Görünüş Kaygılarının Sahte Benlik Algularını Yordayıcılığı, *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 155-163.
- Erdoğan, İ. (2018). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Yeme Tutumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri, *Turkish Studies - International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 8/6: 179-193.
- Erman, M.S. (2017). *Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygı ve Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Düzce Üniversitesi, Düzce.
- Göksel, A.G., Caz, Ç., Yazıcı, Ö. F. ve Zorba, E. (2018). Spor Hizmeti Alan Bireylerin Sosyal Görünüş Kaygısı ve Öznel Mutluluklarının İncelenmesi, *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3): 88-101.
- Guindon, M. H. (2002). Toward Accountability in The Use of The Self-Esteem Construct, *Journal of Counseling and Development*, 80(2): 204-214.
- Gün, E. (2006). *Spor Yapanlarda ve Spor Yapmayan Ergenlerde Benlik Saygısı*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Adana.
- Hacıoğlu, N. (2013). *Turizm Pazarlaması. (8. Basım)*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Hagger, M. S. and Stevenson, A. (2010). Social Physique Anxiety and Physical Self-Esteem: Gender and Age Effects, *Psychology & Health*, 25 (1): 89 – 110
- Hart, T.A., Flora, D.B., Palyo, S.A., Fresco, D. M., Holle, C. and Heimberg, R. G. (2008). Development and Examination of The Social Appearance Anxiety Scale. *Assessment*, 15(1): 48–59.
- İçöz, O., Var, T. ve İlhan, İ. (2009). *Turizm Planlaması ve Politikası, Turizmde Bölgesel Planlama. (2. Basım)*, Ankara: Turhan Kitabevi.
- İşkol, Ö. F. (2013). *İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Üsküdar İlçesi Örneği)*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yedi Tepe Üniversitesi, İstanbul.
- İsmail, M. (2018). *Mutluluğun Yordayıcısı Olarak Cinsel Benlik Şeması ve Sosyal Görünüş Kaygısı*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Ticaret Üniversitesi, İstanbul.
- Kara, A. (2016). Sosyal Görünüş Kaygısı ile Utangaçlık Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi, *Birey ve Toplum Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(11): 95-106.
- Karademir, T., Açak, M. and Çoban, B. (2011). Self Esteem Levels of Students Who Participate in Special Ability Examinations to Attend the Department of Physical Education and Sport Teaching in Turkey, *World Applied Sciences Journal*, 12 (3): 279-286.
- Karataş, Z. (2014). Problem Çözme Becerileri ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkide Benlik Saygısının Aracı Rolü: Bir Yapısal Eşitlik Modeli Çalışması, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 30: 118 – 140.
- Kılıç, M. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Kılıç, M. ve Karakuş, Ö. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Journal of Human Sciences*, 13(3): 3837-3852.
- Kimter N. (2011). Üniversiteli Gençlerde Dindarlık ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişki Üzerine Bir Araştırma, *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2(2): 39-60.
- Korkmaz, M. (1996). *Yetişkin Örneklem İçin Bir Benlik Saygısı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Korkmaz, N. H., Özduran, K. ve İlhan, A. (2003). Bursa ve Çevresinde 18-24 Yaşları Arasında Spor Yapan Gençlerin Sosyal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 5, (3): 17-25.
- Kozak, N., Kozak, M. ve Kozak, M. (2000). *Genel Turizm İlkeler-Kavramlar. (4. Basım)*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Mirzaei-Alavijeh, M., Rahimi, H., Matin, B.K. and Jalilian, F. (2018). Self-Esteem and Academic Achievement Among Students of Kermanshah University of Medical Sciences, *Educational Research in Medical Sciences*, 7(1): 1-4.
- Noyan Yalman, İ. ve Özkaynar, K. (2018). Öğrencilerin Özgüven Seviyeleri ile Mesleki Başarı Düzeyleri Arasındaki İlişki: Cumhuriyet Üniversitesi Meslek Yüksekokullarında Uygulama, *C.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 19(1): 223-233.
- Oktan, V. ve Şahin, M. (2010). Kız Ergenlerde Beden İmajı ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(2): 543-556.

- Olalı, H. ve Timur, A. (1988). *Turizm Ekonomisi*. İzmir: Ofis Ofset Matbaacılık.
- Özgüngör, S. (2014). Üniversite Öğrencilerinde Benlik Saygısı Düzeyine Göre Kimlik Statüleri ile Başarı Yönelimleri Arasındaki İlişki, *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 35: 33-46.
- Özmen Akyol, S., Yıldırım, H. ve Sertel, E. (2018). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygısı Klout Skoru ve Akademik Başarı Puanı Arasındaki İlişki: Sivrihisar Örneği, *Erciyes İletişim Dergisi*, 5(3): 76-88.
- Öztürk, Y. ve Erzin, N. D. (2018). Benlik Saygısı ile Turizm Yönelimi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(4): 690-713.
- Rashid, T., Saddiqua, A. and Naureen, S. (2011). Relationship of Self-Esteem and Body Esteem with Social Anxiety Among Psychiatric Patients, *Original Article*, 5(2): 134-139.
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg Self-Esteem Scale (RSE), Acceptance and Commitment Therapy, Measures Package, 61, 52.
- Senger, K. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, *TURAN-SAM: TURAN Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 9(36): 751-756
- Sirkeci, Y. (2018). *Profesyonel Futbolcuların Antrenman Öncesi ve Sonrasında Performans Beklenti ve Değerlendirmeleri İle Benlik Saygısı Sporda Güdülenme ve Sürekli Optimal Performans Duygu Durum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Şahan, H. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü. *Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10: 261-278.
- Şahin, E. (2012). *Bazı Değişkenlere Göre İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Saygıları ve Sosyal Görünüş Kaygıları*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Şahin, E., Barut, Y., Ersanlı, E. and Kumcağız, H. (2014). Self-Esteem and Social Appearance Anxiety: An Investigation of Secondary School Students, *Journal of Basic and Applied Scientific Research*, 4(3): 152-159.
- Şimşir, Z., Seki, T. ve Dilmaç, B. (2019). Sosyal Görünüş Kaygısında Cinsiyet Farklılıkları: Bir Meta Analiz Çalışması, *OPUS-Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17): 615-637.
- Tazegül, Ü. (2014). Sporun Kişilik Üzerindeki Etkisinin Araştırılması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 25: 537-544.
- Tekeli, Ş. C. (2017). *Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Adayları ile Diğer Öğretmen Adaylarının Sosyal Görünüş Kaygısı ve Akademik Öz-Yeterlik Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Telli, E. ve Ünal, Z. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Sosyal Görünüş Kaygısı: Bir Alan Araştırması, *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8 (15): 134-14.
- Toprak, N. ve Saraç, L. (2018). Sporcuların Sosyal Görünüş Kaygısı ve Kilofobi Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2): 111-118.
- Topuz, R., Bahadır, Z. and Erdoğan, Ç. H. (2019). Examining the Social Appearance Anxiety and Self-Esteem Levels of Students of The Sport Management Department, *Asian Journal of Education and Training*, 5(1): 74-79.

Turanlı, P. (2010). *Orta Yetişkinlikte Evlilik Uyumu ile Benlik Saygısı ve Bağlanma Stilleri Arasındaki İlişkinin Saptanması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, İstanbul.

Türedi, E. (2015). *Öz Yeterlilik Benlik Saygısı ve Atılğanlık Düzeyi İlişkisi: Cinsiyet ve Deneyim Süreci Açısından Resmi Okul ve Özel Okul Öğretmenleri Üzerine Bir Araştırma*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Toros Üniversitesi, Mersin.

Var, L., Karabulut, E. O. and Atasoy, M. (2018). Examination of Social Appearance Anxiety Levels of Senior Taekwondo Athletes Studying at University, *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9(33): 1434-1451.

Vatansever, S. (2017). *Lisanslı Spor Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Mental İyi Oluş, Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı ve Algılanan Sosyal Destek Açısından Karşılaştırılması*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi, İstanbul.

Vural, M., Keskin, N. and Çoruh, Y. (2017). Research of Social Appearance Anxiety and Self-Efficacy of The Students Entered University by Special Talent Exam, *International Journal of Environmental & Science Education*, 12(9): 2063-2071.

Yüceant, M. and Ünlü, H. (2017). The Analysis of Social Appearance Anxiety Levels of Physical Education Teacher Candidates in Terms of Different Variables, *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 19(1): 102-108.