

# İLKÖĞRETİM İKİNCİ KADEMEDEKİ KIZ ERGENLERİN GÖRÜNÜŞE GÖRE ÖZDEĞERLERİ VE BENLİK SAYGILARI

*Opinions of Intern Nursing Students about Palliative Care*

*Appearance Self-Values and Self-Esteem of Female Adolescents in Second Level of Primary Education*

Ümmühan AKTÜRK<sup>1</sup>, Behice ERCİ<sup>2</sup>, Hatice PEKİNCE<sup>3</sup>, Hakime ASLAN<sup>4</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Bu çalışma kız ergenlerin bedenleri hakkındaki görüşlerin nasıl oluştuğunu belirlemek ve bunun benlik saygılarına etkilerini incelemek amacıyla yapılmıştır.

**Yöntem:** Araştırmanın evrenini bir İlköğretim Okulundaki 6,7,8 sınıftaki 300 kız öğrenci oluşturmuş olup 200 öğrenciye ulaşılmıştır. Araştırmanın verileri Şubat-Mart 2012 tarihleri arasında Tanıtıcı Bilgi Formu, Görünüşe İlişkin Öz-değer Ölçeği, Benlik Saygısı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdelik, ortalama, Kruskal Wallis, Kolerasyon, Mann-Whitney U test analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

**Bulgular:** Kız öğrencilerin Görünüşe İlişkin Öz-Değerleri 26.2±4.1 ve Benlik Saygısı ölçek ortalaması 2.3±1.8'dir. Araştırmada kız öğrencilerinin okul başarısı, aile gelir düzeyi ve aile yapısı ile benlik saygısı arasında, ayrıca anne babanın yaşama durumu ile Görünüşe İlişkin Öz-Değerleri arasında istatistiksel olarak önemli bir fark olduğu saptanmıştır (p<0.05). Araştırmada kız öğrencilerin benlik saygıları ile görünüşe ilişkin öz-değerleri arasında pozitif bir ilişki (r=.467, p<0.001) olduğu saptanmıştır.

**Sonuç:** Araştırmada, 11-15 yaş grubu kızlarda görünüşe ilişkin öz değerlerinin benlik saygıları üzerinde önemli bir etkileri olduğu saptanmıştır. Ayrıca ergenlerin görünüşe ilişkin öz değerleri ile benlik saygılarının geliştirilmesi ve desteklenmesinin kadın sağlığının gelişimi açısından önemli kazanımlara yol açabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar kelimeler:** Fiziksel görünüm, benlik saygısı, kız ergenler, okul sağlığı hemşireliği

## ABSTRACT

**Aim:** This study was conducted to determine how the opinions of the female adolescents were formed concerning their bodies and to examine the effects of this on their self-esteem.

**Method:** The population of the study consisted of 300 female students studying in the 6th, 7th, and 8th grades of a primary education school located in Yeşilyurt district of Malatya city. 200 students among them were reached. The data of the study was collected between February and March 2012 by using an Information Form, Appearance Self-value Scale, and Self-Esteem Scale. Percentage, mean, Kruskal Wallis, Correlation, Mann-Whitney U test analysis and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to assess the data.

**Results:** Based on the study, the Appearance Self-value scores of the female students were 26.2±4.1 and the mean score of Self-Esteem Scale was 2.3±1.8. It was found in the study that there was a statistically significant difference between the school success, family income level, family structure, and self-esteem of the female students, and also between the status of parents to be alive and Appearance Self-value (p<0.05). It was determined in the study that there was a positive correlation between the self-esteem and appearance self-value of the female students (r=.467, p<0.001).

**Conclusion:** It was found in the study that the appearance self-values in girls in the age group of 11 and 15 years had significant effects on their self-esteem. In addition, it is considered that improving and supporting appearance self-value and self-esteem of the adolescents lead to important acquisitions in terms of promotion of female health.

**Keywords:** Physical Appearance, Self-esteem, female adolescents, school health nursing

<sup>1</sup> Yrd.Doç.Dr. İnönü Üniversitesi, Malatya

<sup>2</sup> Prof.Dr. İnönü Üniversitesi, Malatya

<sup>3</sup> Öğretim Grv. Fırat Üniversitesi, Elâzığ

<sup>4</sup> Arş.Grv.Dr. İnönü Üniversitesi, Malatya

**Yazışma Adresi:** Yrd.Doç.Dr. Ümmühan AKTÜRK, İnönü Üniversitesi, Malatya

**E-mail:** ummuhan\_akturk@hotmail.com

**Telefon:** 04223261569

**Geliş tarihi/Received:**08/05/2016; **Kabul tarihi/Accepted:**20/12/2017

## GİRİŞ

Günümüzde insanların görünüşlerine verdikleri önem tüm dünya tarafından kabul görmüş bir gerçektir. İnsanlar bedenlerini forma sokmak, daha zarif, daha kaslı ya da daha güzel görünebilmek için pek çok yola başvurumaktadırlar. Özellikle, medyanın da etkisiyle kadınlar daha ince bir vücuda sahip olma duygularını taşıırken erkekler de daha kaslı bir vücuda sahip olmayı arzulamaktadırlar (Mülazımoğlu ve Aşçı 2004).

Ergenlik dönemi hızlı fiziksel ve duygusal değişimlerin yaşandığı, yetişkinliğe hazırlandığı en önemli gelişim evrelerinden biridir. Bu evrede fiziksel çekicilik, beden tipi, beden ağırlığı ve bedeninin toplumsal normlara uygunluğu gibi konular önem kazanmaya başlamaktadır (Rice 1999).

Ergenlik döneminde, kişinin olgun bir kimliği başarılı bir şekilde kazanabilmesi için, fiziksel ve psikolojik yönden kendini tanıması ve kabul etmesi gereklidir. Kişiler, benliğin değer duygusunun gelişmesine izin verildiği bir ortamda yetiştirilmelidir. Çünkü kişi toplum içinde gurur ve güvenle kendini ortaya koyması gereken bir canlıdır (Kuru 2008).

Ergenlik dönemindeki yaş sınırları kuramcılara göre farklılık göstermekle birlikte en geniş yaş aralığı 11-21 olarak kabul edilebilir. Dünya Sağlık Örgütü ise ergen kişiyi 10-19 yaş arasında kabul etmektedir (Ethem ve Yazıcı 2006).

Büyüme ve gelişme ile ilgili en yoğun yaşantıların olduğu dönem 12-16 yaşları arasındır. Bu vücut imgesini kazanmak sürecinde ergenlerin çoğu, kültürün ideal vücut olarak sunduğu modelin etkisinde kalır. Beğenilen vücutun nasıl olması gerektiği hakkındaki kalıp yargılar ve kültürel kurallar ergenin kendi bedenini algılamasına önemli şekilde etki eder. Bu vücut imgesini kazanma sürecinde ergenlerin çoğu, kültürün ideal vücut olarak sunduğu modelin etkisinde kalırlar. Bu ideal vücutun ölçüleri aile, akran grubu ve toplum tarafından belirlenir (Kulaksızoğlu 1999).

Toplumsal uyarıcıların yanı sıra, biyolojik değişikliklerin yaşandığı erenlik döneminde kilo alımı ve belli beden bölgelerinin büyümesi, ergen kızları toplumun zayıf kadın idealinden uzaklaştırmaktadır (Sitriegel et al. 1999). Bu uzaklaşma ve uyarıcıların yoğunluğu, kız ergenlerde olumsuz beden imgesinin gelişmesine neden olmaktadır. Olumsuz beden imgesinin çocuklarda ve ergenlerde oldukça yaygın olması ve beden imgesiyle ilgili problemlerin özellikle ergenlik döneminden itibaren başladığı göz önüne alındığında önleme çalışmalarının bu yaş grubuna yönelmesi önemli gözükmektedir (Littleton and Ollendick 2003).

Olumsuz beden imgesine yapılacak müdahalelerin ergenlerin psiko-sosyal açıdan daha sağlıklı olmalarına yardımcı olması da ayrıca önemlidir. Sağlıklı gelişen ergenin geleceğin yetişkini olarak sağlıklı toplum oluşumunda katkısı ise yadsınamayacak bir gerçektir. Özellikle kızlar normallik, diğerleriyle ilişkiler ve kadınlardaki sosyal değerleri, nasıl öğreneceklerinin merkezi parçasını bedenleri olarak görmektedirler. Kızlara göre normal görünmenin hâkim kriterleri, sağlıklı saçlar, doğru elbise ve ayakkabılar ve doğru vücut şeklidir. Onlara göre ayrıca kadınsı görünmek de çok önemlidir. Magazin dergilerindeki modeller kızların doğru ve normal algıladıkları "rol modelleri" dir. Doğru görünüme sahip olmamak onlara göre sosyal gücü de kaybetmek anlamına gelmektedir (Oliver and Kimberly 1999; DeLucia-Waack 1999).

Çepikkurt ve Çoşkun çalışmasında; Üniversite öğrencilerin sosyal fiziksel kaygı durumları ile bedenlerinden hoşnut olma durumlarını karşılaştırmış ve kadınların erkeklerle nazaran kendi fiziksel görünümlelerinden daha çok rahatsızlık duydukları yani kendi fiziksel görünüşleriyle ilgili daha negatif duygulara sahip oldukları saptanmıştır. Ayrıca kadınların kendi bedenleriyle ilgili hoşnutsuzlukları arttıkça sosyal fizik kaygılarının da arttığını belirtmiştir (Çepikkurt ve Çoşkun 2010).

Groesz, Levine ve Murnen (2002) meta analiz çalışmalarında benzer şekilde, beden imgesi hoşnutsuzluğuna sahip olanların medyanın "zayıf" imajına maruz kaldıklarını ve bu etkinin 19 yaş altındaki kızlarda daha fazla görüldüğünü bildirmişlerdir.

## AMAÇ

Bu çalışma insan yaşamının önemli dönemlerinden biri olan ergenlik dönemindeki kız ergenlerin bedenleri hakkındaki görünüş öz değerlerinin benlik saygısına etkisini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Araştırma soruları

- 1) Kız ergenlerin fiziksel görünümleri benlik saygılarını etkiler mi?
- 2) Kız ergenlerin sosyo-demografik özellikleri fiziksel görünümlemlerini etkiler mi?
- 3) Kız ergenlerin sosyo-demografik özellikleri benlik saygılarını etkiler mi?

## YÖNTEM

İlişkisel Tanımlayıcı nitelikte ki araştırmanın evrenini bir il merkezinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı ilköğretim okullarından Kura yöntemiyle seçilen bir İlköğretim Okulundaki 6,7,8 sınıftaki 300 kız öğrenci oluşturmuştur. Bir okul seçil-

mesinin nedeni çok büyük evrende veri toplanmasının daha çok araştırmacı gerektirmesinden dolayı tek okul seçilmiştir. Araştırmamızda herhangi bir örneklem yöntemi seçimi yapılmadan tüm öğrencilere ulaşılması hedeflenmiş, ancak araştırmayı kabul etmeyen ve devamsızlık yapan öğrencilerden dolayı 200 kız öğrenciyi ulaşılmıştır. Veriler Şubat-Mart 2012 tarihleri arasında toplanmıştır. Verilerin toplanmasında öğrencileri tanıtıcı özelliklerini içeren bilgi formu, Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Görünüşe İlişkin Öz-değer Ölçeği kullanılmıştır. Bu araştırma Helsinki Bildirgesi ilkelerine uygun olarak yapılmıştır. Veri toplama formu doldurulmadan önce Okul idaresinden ve öğrencilerin velilerinden yazılı onam alınmıştır. Ayrıca araştırmaya başlamadan önce öğrencilerden sözlü onam alınarak istedikleri zaman araştırmadan ayrılacakları ifade edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde yüzdeler, ortalama, Kruskal Wallis, Korelasyon, Mann-Whitney U test analizi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

*Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği;* Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği genel benlik saygısını ölçmek amacıyla Rosenberg (1963) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin uyarlama çalışmaları Çuhadaroğlu (1985) tarafından yürütülmüştür. Ölçek, 10 maddelik 4'lü Likert tipi bir ölçektir. Ölçekte yer alan maddelerin 5'i olumlu (örneğin, Genel olarak kendimden memnunum), 5'i olumsuz (örneğin, Kendimde gurur duyacak fazla bir şey bulamıyorum) ifadeler içermektedir. Ölçekteki her bir madde "1 = kesinlikle katılıyorum" ile "4=kesinlikle katılmıyorum" arasında değişen seçeneklere verilen yanıtlara göre puanlanmaktadır. Ölçekten alınabilecek yüksek puanlar düşük benlik saygısını ifade etmektedir. Çuhadaroğlu psikiyatrik görüşmeyi kriter olarak, görüşme puanları ve R. Benlik Saygısı Ölçeği puanları arasında korelasyonu 0.71 olarak bulmuştur. Test-tekrar test güvenilirliği ise .75 olarak elde edilmiştir. Ölçek üzerinde yürütülen çalışmalar güvenilirlik ve geçerliğine ilişkin kanıtların yeterli düzeyde olduğuna işaret etmektedir (Çuhadaroğlu 1985). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa geçerliliği 0.77 olarak saptanmıştır.

#### *Görünüşe İlişkin Öz-değer Ölçeği*

Kişinin fiziksel görünüşüne ilişkin görüşlerini ölçmektedir. 10 maddelik 4'lü Likert tipi ölçekte "1 = tamamen katılıyorum", "2 = katılıyorum", "3 = katılmıyorum", "4 = hiç katılmıyorum" göstermektedir. Ölçekte yer

alan maddelerin 4'ü olumlu (örneğin, Dış görünüşümden memnunum), 6'sı olumsuz (örneğin, Kilomdan şikayetçiyim) ifadeler içermektedir. Ölçekten 10 ile 40 arasında puan alınmaktadır. Ölçekten elde edilen düşük puan yüksek beden doyumuna işaret etmektedir. Ölçeğin dört maddesi Fleming and Courtney tarafından oluşturulmuş diğer altı maddesi Pliner et al. tarafından oluşturulmuştur. Ölçek Kartal (1996) tarafından Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik yapılmıştır. Buna göre test-tekrar test güvenilirliği 0.77, Cronbach alfa geçerliliği 0.86'dır (Kartal 1996). Bu araştırmada ölçeğin Cronbach alfa geçerliliği 0.85 olarak saptanmıştır.

Araştırmanın yapılabilmesi için Malatya Klinik Araştırmalar Etik Kurulundan etik onay alınmıştır. Çalışmaya başlamadan önce İl Milli Eğitim Müdürlüğünden yazılı izin alınmıştır. Veri toplama formu doldurulmadan önce Okul idaresinden ve öğrencilerin velilerinden yazılı onam alınmıştır. Ayrıca araştırmaya başlamadan önce öğrencilerden sözlü onam alınarak istedikleri zaman araştırmadan ayrılacakları ifade edilmiştir.

Çalışma Malatya İl Merkezindeki bir ilköğretim okulunda yapılması ve olasılıksız örneklem yöntemiyle seçilmesi araştırmanın sınırlılıklarındandır. Bu nedenle elde edilen sonuçlar sadece bu gruba genellenebilir.

## BULGULAR

Araştırma kapsamına alınan kız öğrencilerin yaş ortalamasının 12,98±0.97, %35,5'inin ilköğretim 7. sınıf öğrencisi, %47,5'i algıladıkları okul başarısının iyi, %70'inin algıladıkları aile gelir düzeyini orta olduğu, %97'inin anne ve babası yaşıyor, annelerin %91'i, babaların ise %46'sı ilköğretim mezunu, annelerin %87'sinin çalışmadığı, babaların %88'inin çalıştığı, öğrencilerin %87'sinin çekirdek aile yapısında olduğu belirlendi (Tablo1).

Araştırma kız öğrencilerinin yaşları ile benlik saygısı arasında fark istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır (p>0.05). Araştırmada kız öğrencilerinin okul başarısı ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak önemli bir fark bulunmuştur (p=0.000). Mann-Whitney U testine göre; okul başarısı zayıf olan kız öğrencilerinin diğerlerine (okul başarısı orta, iyi, pekiyi) oranla benlik saygılarının düşük olduğu, aralarındaki farkın da istatistiksel olarak önemli olduğu saptanmıştır (p<0.05). Kız öğrencilerinin aile gelir düzeyleri ile benlik saygısı ölçeği arasında istatistiksel olarak önemli bir fark bulunmuştur (p=0.001). (Tablo 2).

**Tablo1.** İlköğretim II Kademedeki Kız Öğrencilerin Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı (n=200)

Demografik Özellikler	Sayı	%
<b>Yaş grubu</b>	10	5.0
11	59	29.5
12	64	32.0
13	59	29.5
14	8	4.0
<b>Sınıf</b>		
6	65	32.5
7	71	35.5
8	64	32.0
<b>Öğrencilerin algıladıkları okul başarısı</b>		
Zayıf	7	3.5
Orta	57	28.5
İyi	95	47.5
Pekiyi	41	20.5
<b>Öğrencilerin algıladıkları aile gelir düzeyi</b>		
Düşük	40	20
Orta	140	70
Yüksek	20	10
<b>Anne babanın yaşama durumu</b>	194	97
Anne baba yaşıyor	6	3
Baba ölü		
<b>Anne eğitimi</b>	18	9
Okur yazar değil	142	91
İlköğretim	32	16
Lise	8	4
Üniversite		
<b>Baba eğitimi</b>	3	1.5
Okur yazar değil	92	46
İlköğretim	82	41
Lise	17	8.5
Üniversite		
<b>Anne mesleği</b>	174	87
Çalışıyor	26	13
Çalışmıyor		
<b>Baba meslek</b>	18	9
Çalışıyor	176	88
Çalışmıyor		
<b>Aile yapısı</b>	174	87
Çekirdek	8	4
Geniş	18	9
Parçalanmış		

Yapılan Mann-Whitney U analizine göre; aile gelir düzeyi düşük olan ergenlerin diğerlerine (aile gelir düzeyi orta ve yüksek) oranla benlik saygısı puanlarının daha düşük olduğu, aralarındaki farkın da istatistiksel olarak önemli olduğu saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Araştırmada kız öğrencilerinin anne baba yaşama durumları ile benlik saygısı arasında istatistiksel olarak önemli bir fark saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

Araştırmada anne- baba eğitim düzeyleri ile benlik saygısı puanları arasında önemli bir fark olduğu saptanmamıştır ( $p>0.05$ ). Yapılan Mann-Whitney U analizine göre; anne- babanın eğitim düzeyi arttıkça kız öğrencilerinin benlik saygılarının da arttığı belirlenmiştir. Araştırmada aile yapısı ile benlik saygısı puanları arasında önemli bir fark olduğu saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Mann-Whitney U analizine

göre; parçalanmış aile yapısına sahip öğrencilerin diğerlerine (çekirdek, geniş aile) oranla benlik saygılarının düşük olduğu tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

Araştırmada kız öğrencilerinin anne ve babasının yaşama durumu ile Görünüşe İlişkin Özdeğer ölçeği arasında istatistiksel olarak önemli bir fark bulunmuştur ( $p=0.000$ ). Mann-Whitney U testine göre; babası ölmüş olan kız öğrencilerinin anne ve babası hayatta olan ergenlere göre Görünüşe İlişkin Özdeğer ölçeğinin daha düşük olduğu, aralarındaki farkın da istatistiksel olarak önemli olduğu saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Araştırmada kız öğrencilerinin yaş, okul başarısı, aile gelir düzeyi, anne-baba eğitim durumları ve aile yapısı ile Görünüşe İlişkin Özdeğer ölçeği arasında önemli fark saptanmamıştır ( $p>0.05$ ).

**Tablo 2.** İlköğretim II kademedeki kız öğrencilerin demografik özellikleri ile Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği ve Görünüşe İlişkin Öz-değer Ölçeğinin karşılaştırılması (n=200)

Özellikler	Sayı	Benlik Saygısı X ± SD	p	Görüş Ö.	p
Yaş grubu					
11	10	2.6± 1.7	p= 0.168C KWx2 =6.455	23.3±6.4	p=0.063c KWx2 =8.940
12	59	2.0±1.7		27.1±4.6	
13	64	2.3±2.0		25.6±3.2	
14	59	2.7±1.8		26.7±3.5	
15	8	2.1±0.9		25.3±4.1	
Okul başarısı					
Zayıf	7	3.5±1.8	p=0.000c KWx2 =18.284	24.8±5.1	p=0.340c KWx2 =3.354
Orta	57	3.0±1.9		25.5±4.5	
İyi	95	2.3±1.8		26.4±4.0	
Pekiyi	41	1.5±1.2		27.0±3.4	
Aile gelir					
Düşük	40	2.5±1.6	p=0.001c KWx2 =12.193	26.4±4.4	p=0.614c KWx2 =0.977
Orta	140	2.4±1.9		26.1±4.1	
Yüksek	20	1.6±1.5		26.6±3.9	
Anne babanın yaşama durumu					
Anne-baba yaşıyor	194	1.8±0.1	p=0.368b Mann-WhitneyU =465.50	26.0±4.0	p=0.000b Mann-WhitneyU=94.00
Baba ölü	6	2.2±0.9		32.3±1.9	
Anne eğitimi					
Okuryazar değil	18	2.5±1.7	p=0.073c KWx2 =9.518	27.1±6.5	p=0.929 c KWx2 =0.454
İlköğretim	142	2.4±1.8		26.3±4.1	
Lise	32	2.2±1.7		26.3±2.9	
Üniversite	8	1.7±0.9		25.6±1.5	
Baba eğitimi					
Okuryazar değil	3	3.0±3.4	p=0.085c KWx2 =8.173	30.6±5.7	p=0.149c KWx2 =5.327
İlköğretim	92	2.6±1.7		27.3±2.9	
Lise	82	2.1±1.8		26.3±3.8	
Üniversite	17	1.9±1.7		25.5±2.9	
Aile yapısı	174				
Çekirdek	8	2.0±1.6	p=0.007c KWx2 =9.872	24.2±5.2	p=0.375c KWx2 =1.960
Geniş	18	2.2±1.7		26.3±4.1	
Parçalanmış		3.8±2.0		26.6±3.6	

a ANOVA test , b Mann-WhitneyU test, c Kruskal- Wallis,

Tablo 3'e göre kız öğrencilerin Görünüşe İlişkin Öz-Değerleri 26.2±4.1 ve R. Benlik Saygısı ölçek ortalaması 2.3±1.8'dir. Ayrıca araştırmada kız öğrencilerin benlik saygıları (özdeğer) ile görünüşe ilişkin öz-değerleri arasında pozitif bir ilişki (r=.467, p<0.001) olduğu saptanmıştır. Benlik Saygısı artarken

görünüşe ilişkin öz-değerde artmaktadır. Ölçekten alınan düşük puan yüksek görünüşe ilişkin öz değeri göstermektedir. Bu araştırmanın sonucuna göre; kız öğrencilerin görünüşe ilişkin öz değerleri arttıkça benlik saygılarının da arttığı saptanmıştır.

**Tablo 3.** Görünüşe İlişkin Özdeğer ile Benlik Saygısı arasındaki İlişki (n=200)

Özellikler	Ortalama (SD)	Korelasyon
Görünüşe İlişkin Öz-değer Ölçeği	26.2 (4.1)	r= 0.467 p<0.001
R. Benlik Saygısı Ölçeği	2.3 (1.8)	

**TARTIŞMA**

Araştırmada ergenlerin okul başarı ile benlik saygısı arasında önemli bir fark saptanmıştır. Okul başarısı arttıkça ergenlerin benlik saygılarının arttığı gözlenmiştir. Literatürdeki çalışmalarda derslerde söz alan ve okul başarısı yüksek olan ergenlerin benlik saygılarının da yüksek olduğu saptanmıştır (Bal 2014; Çankaya, 2007; Dilmaç ve Ekşi, 2008; Eriş ve İkiz, 2013; Kahriman ve Polat 2003; Yenidünya 2005). Ergenlerin okul da başarılı olmanın yarattığı olumlu duygular benlik saygıları üzerinde de pozitif etkiler yaratmış olabilir.

Araştırmada ergenlerin aile gelir durumu ile benlik saygısı arasında önemli bir fark saptanmıştır. Ailenin gelir durumu arttıkça benlik saygısının yükseldiği gözlenmiştir. Ülkemizde gerçekleştirilen daha pek çok araştırmada da araştırma bulgularımızla da uyumlu bir şekilde aile gelir düzeyi ile benlik saygısı arasında anlamlılık düzeyinde pozitif bir ilişkinin ortaya çıktığı görülmektedir (Bal 2014; Baybek ve Yavuz 2005; Ceylan 2013; Göcen 2006; Kahriman 2005; Kimter 2012; Özcan ve ark. 2013; Türköz ve ark. 2011; Yapıcı 2004; Yapıcı ve Zengin 2003).

Literatürdeki bazı çalışmalarda araştırmamızla farklı olarak sosyo ekonomik düzeyle benlik saygısı arasında önemli bir fark saptanmamıştır (Aktürk ve ark. 2013; Balat ve Akman 2004). Araştırmada anne-baba eğitim düzeyleri ile benlik saygısı puanları arasında önemli bir fark saptanmamıştır.

Araştırma sonuçlarına paralel olarak Bencik (2006) ilköğretim ikinci kademe öğrencileri, Dilek (2007) ve Eriş ve İkiz (2013) lise öğrencileri, Sezer ve Oğuz (2010), Kimter (2012), üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmalarda anne öğrenim durumunun ergenlerde benlik saygısını etkilemediği sonucuna ulaşmışlardır. Literatürdeki diğer çalışmalarda da araştırmamızla benzer şekilde anne babanın eğitim durumu ve ergenlerin benlik saygısı arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Bencik 2006; Dilek 2007; Eriş ve İkiz 2013). Benlik saygısı düzeyinin anne baba eğitim durumuna göre farklılaşmaması, ergenlerin kendilerini değeri hissetmesinin anne babanın öğrenimine bağlı olmadığı, ebeveyni ile ilişkisinin kalitesine ve ebeveynin olumlu tutumunun etkileyeceği düşünülmektedir.

Araştırmada aile yapısı ile benlik saygısı puanları arasında önemli bir fark olduğu saptanmıştır ( $p<0.05$ ). Parçalanmış aile yapısına sahip öğrencilerin diğerlerine (çekirdek, geniş aile) oranla benlik saygılarının düşük olduğu tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). Yörükoğlu (2004) araştırmasında; anne babanın

ayrılmış olmasının gencin benlik saygısında düşmeye neden olduğunu bulgulamıştır. Literatürde üniversite öğren-cilerinde yapılan çalışmada anne babanın ayrı olma durumları ile benlik saygıları incelendiğinde anne babası ayrı ya da en az bir ebeveyni ölmüş olanların benlik saygı-larının daha düşük olduğu görülmüş ancak aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır (Tözün ve ark. 2015). Çalışmada farklı olmasının örneklem grubunun yaş ortalamalarının farklı olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ergenlerin aile ortamı içinde yaşadıkları çatışma ve huzursuzluklar, ani ayrılıklar onlarda sağlıksız, kaygılı, depresif ve kendine güvensiz bir kişiliğin oluşması benlik saygılarını azalmasına etki edebilmektedir.

Benlik saygısı, kişinin kendisini değerlendirmesi ve kendisinden memnun olup olmaması sonucu oluşan öznel bir olgudur. Olumlu ya da olumsuz olabilir, yani statik değildir. Koşullara, konuma, gelişmelere göre değişebilir. Kişinin yüksek ya da düşük benlik saygısına sahip olması olaylar karşısındaki duygularını ve davranışlarını farklı yönlere etkiler (Sivribaşkara, 2003). Ergenlik dönemindeki en önemli değişim beden imajındaki değişim olarak kabul görür. Beden yapısı, beden deneyimleri ve duyumlarındaki değişiklikler o güne kadar algılanan beden imajını bozar. Beden imajı çekicilik, denge, güven ve cinsiyet rolü ile ilişkilidir. Aynı zamanda görünüm akran grubu tarafından fiziksel güç, fiziksel cinsel olgunluk ve çekicilik açısından değerlendirme aracıdır. Ergen dış görüntü ile içsel benlik imajı karmaşası yaşar. En çok değişimin olduğu orta ergenlik döneminde düşük benlik algılarına ve depresif duygulara rastlanır (Çelen, 2007).

Araştırmada kız öğrencilerin benlik saygıları ile görünüşe ilişkin öz-değerleri arasında pozitif bir ilişki olduğu saptanmıştır. Benlik Saygısı artarken görünüşe ilişkin özdeğerde arttığı gözlenmiştir. Literatürdeki birçok araştırmada beden imajının benlik saygısını etkileyen önemli bir unsur olduğunu göstermiş ve beden imajının ayrı bir yapı olmayıp benlik saygısının önemli bir parçası olduğu, pozitif beden imgesine sahip olan kişilerin yüksek benlik saygısına sahip olduğu saptanmıştır (Canpolat ve ark. 2003; Friedman 2002; Gözüyılmaz 2011; McCabe and Ricciardelli 2001; Oktan ve Şahin 2010; Özcan ve ark. 2013; Pesa et al. 2000; Tazegül 2016; Wood-Barcalow 2010; Yamak ve ark. 2016). Ergenlik döneminin ilk dönemini oluşturan erenlikde; vücut orantısızlıklarının yoğun olarak görüldüğü bir aşama olması bu

dönemde ergenlerin görünüşleri ile ilgili değerlerin benlik saygılarını etkileyeceği düşünülmektedir.

Araştırmada kız öğrencilerinin benlik saygısı puan ortalaması  $2.3 \pm 1.8$  olarak saptanmıştır. Araştırmada elde edilen bu değer ergenlerin orta düzeyde bir benlik saygısına sahip olduğunu göstermektedir. Aktürk ve Erci'nin kız ve erkek ergenler üzerinde yaptığı çalışmada benlik saygısı puan ortalaması  $2.2 \pm 0.8$  olarak saptanmıştır (Aktürk ve ark. 2013). Balat ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada benlik saygısı puan ortalaması  $1.6 \pm 1.4$  olarak belirlenmiştir. Balat ve arkadaşlarının Ankara'da yaptıkları çalışmada ise yüksek bir benlik saygısına sahip olduğu görülmüştür (Balat ve Akman 2004). Kimter yaptığı çalışmada kız öğrencilerin benlik saygısı ortalaması  $2.9 \pm 0.9$  olarak tespit edilmiştir. Diğer bir çalışmanın sonucu liseli kızların yarısında orta düzeyde bir benlik saygısı bildirmektedir (Paki, and Keshvari, 2015; Rezaei-Dehaghani.) Araştırmalardaki bu farklılık doğu bölgelerinde ailelerin çocuklarına karşı tutumları ve kız ergenlerin daha duygusal ve depresif duygulanıma yatkın olmaları da benlik saygısı düzeylerini olumsuz yönde etkileyen faktörler arasında kaynaklanıyor olabilir.

Araştırmada benlik saygısı ile yaş arasında önemli bir ilişki saptanmamıştır. Literatürdeki çalışmalarda da araştırmamızla benzer olarak benlik saygısı ile yaş arasında önemli bir ilişki saptanmamıştır (Aktürk ve ark. 2013; Bergman ve Scott, 2001; Kahrیمان ve Polat, 2003; Mullis ve Chapman, 2000). Araştırmaya alınan ergenlerin yaş ortalamalarının bir birine yakın olması farklılığı yaratmamış olabilir.

## SONUÇ

Bu araştırmada, 11-15 yaş grubu kızlarda görünüşe ilişkin öz değerlerinin benlik saygıları üzerinde önemli bir etkileri olduğu saptanmış olup bu çalışmayla ergenlerin görünüşe ilişkin öz değerleri ile benlik saygılarının geliştirilmesi ve desteklenmesinin kadın sağlığının gelişimi açısından önemli kazanımlara yol açabileceği düşünülmektedir.

Tüm bu bilgiler, özellikle kız ergenlerin benlik saygılarını yükseltmeye yönelik olarak görünüşlerine ilişkin gerçekçi farkındalıklar geliştirmeleri konusunda desteklenmeleri gerekliliğini ortaya çıkarmaktadır.

Düşük benlik saygısını arttırmak, psikolojik iyi oluşu artırır ve insan davranışlarında istendik değişiklikler üretir. Bu nedenle, ailede, okulda ve diğer toplum kuruluşlarında kız ergenlere yönelik benlik

saygısını arttırıcı çalışmalar yapılmalıdır. Okullarda çalışan okul sağlığı hemşiresinin benlik saygısını yükseltmeye dönük programlar düzenlemelidirler.

Beden imajının sağlıklı gelişimi için okul sağlığı hemşiresi tarafından "sağlıklı beslenme", "kişisel bakım" ve "spor kültürünün" kazandırılması çalışmaları yapılmalıdır.

Okul sağlığı hemşiresi teknoloji imkanlarından yararlanarak, Beden imajının sağlıklı gelişmesi, bireylerin sosyal medyadan sağlıksız mesajların farkında olması için "medya okur-yazarlığı" kavramının kazandırılması gerekmektedir.

## KAYNAKLAR

- Aktürk Ü, Erci B, Aslan H, Öztürk H Ergenlerin Algıladıkları Aile Desteğinin Benlik Saygılarına Etkisi. Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi 2013; 8(24): 165-180.
- Aygül T (2007) Ergenlerin Olumsuz Beden İmgelerine Yönelik Geliştirilen Bilişsel-Davranışçı Ve Değiştirilmiş Sanat Terapisi Programlarının Etkililiklerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi.
- Balat GU, Akman B. Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi, Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi 2004; 14(2):175-183.
- Bal E M (2014). Spor Yapmanın Ergenlerin Benlik Saygısı Ve Özyeterliliklerine Etkisi. Mersin Üniversitesi Hemşirelik Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi
- Baybek H, Yavuz S (2003) Muğla Üniversitesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarının İncelenmesi. II. Ulusal Hemşirelik Öğrencileri Kongresi, İzmir.
- Bencik S (2006) Üstün yetenekli çocuklarda mükemmeliyetçilik ve benlik algısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, 3,122s., Ankara.
- Bergman M, Scott J. Young adolescent well-being and health risk behaviors: Gender and socioeconomic differences. Journal of Adolescence 2001; 24: 183-197.
- Canpolat BI, Örsel S, Akdemir A, Özbay MH. Ergenlerin kendilik algısında beden imajının ve beden kitle indeksinin rolü. 3P Dergisi 2003; 11(2): 143-154.
- Ceylan İ (2013) Ergenlerin Benlik Saygısı ve Duygusal Öz-yeterlilik Düzeylerinin İncelenmesi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Çelen, N. (2007), Ergenlik ve Genç Yetişkinlik. Papatya Yayıncılık, İstanbul.
- Çepikkurt F, Çoşkun F. Üniversiteli Dansçıların Sosyal Fizik Kaygı Ve Beden İmgesinden Hoşnut Olma Düzeyleri. Pamuk-kale Journal of Sport Sciences 2010; 1(2):17-24.
- Çuhadaroğlu F (1985) Gençlerde benlik saygısı ile ilgili bir araştırma. XXI. Ulusal Psikiyatri ve Nöroloji Bilimleri Kongresi, Mersin.
- Dilek H (2007) Farklı Eğitim Programlarına Devam Eden Lise İkinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı ile Anne Babalarının Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi

- Üniversitesi, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Ana Bilim Dalı.
- Ertem Ü, Yazıcı S. Ergenlik Döneminde Psiko-Sosyal Sorunlar ve Depresyon. *Aile ve Toplum* 2006; 8(3): 9.
- Eriş Y, İkiz F (2013) Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Friedman K E, Reichmann SK, Costanzo PR, Musante GJ. Body Image Partially Mediates the Relationship between Obesity and Psychological Distress. *Obesity Research* 2002; 10(1): 33-41.
- Fleming J S, Courtney BB. The dimensionality of self esteem: hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology* 1984; 46 (2): 404, 421.
- Göçen G. (2006). Dini İnanç ve İbadetin Kendini Gerçekleştirme İle İlişkisi (Ed.: H. Hökelekli). *Gençlik, Din ve Değerler Psikolojisi*. İlaveli 2.bs., İstanbul: Dem Yay. s.559-612.
- Gözüylmaz A. (2011). Evli ergenlerde beden imgesi ve benlik saygısının gebelik durumuna göre incelenmesi. Ankara Üniversitesi. Ev Ekonomisi Yüksek Lisans Tezi.
- Groesz LM, Levine MP, Murnen SK (2002). The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: a meta-analytic review. *International Journal of Eating Disorders* 2002; 31(1): 1-16.
- Kartal Ş (1996) Obesity and its psychological correlates: appearance esteem, self esteem and loneliness. Unpublished master thesis. Middle East Technical University, Ankara.
- Kahriman İ, Polat S. Adölesanlarda Aileden Ve Arkadaşlardan Algılanan Sosyal Destek Ve Benlik Saygısı Arasındaki İlişki, Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi 2003; 6 (2): 13-24.
- Kuru E. Futbolcuların Kişilik Özellikleri Ve Bedenlerini Algılama Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2008; 6 (2): 95-101
- Kulaksızoğlu A (1999) Ergenlik Psikolojisi, Remzi Yayıncılık, İstanbul.
- Kimter N. Ergenlerde Benlik Saygısı Ve Öznel Dindarlık Algısının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi 2012; 9(17): 439-468
- Littleton HL, Ollendick T. Negative body image and disordered eating behavior in the children and adolescents: what places youth at risk and how can these problems be prevented. *Clinical Child and Family Psychology Review* 2003; 6 (1): 51-66.
- Mullis RL, Chapman P. Age, gender, and self-esteem differences in adolescent coping styles, *Journal of Social Psychology* 2000; 140 (4): 539-541.
- Mülazımoğlu BÖ, Aşçı FH (2004) Düzenli Fiziksel Aktivite Programına Katılan ve Katılmayan Bireylerin Bedenlerine Yönelik Algıları. The 10th ICHPER.SD Europe Congress & TSSA 8th International Sports Science Congress, Antalya.
- McCabe M, Ricciardelli L. Parent, peer and media influences on body image and strategies to both increase and decrease body size among adolescent boys and girls. *Adolescence* 2001; 36(142): 225-240.
- Oktan, V. Şahin, M. Kız ergenlerde beden imajı ve benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi* 2010; 7(2), 543-556.
- Oliver L, Kimberly. Adolescent Girls Body Narratives Learning to Desire and Cr Fashionable Image. *Teachers College Record* 1999; 101 (2): 220-246.
- Özkan İ (1987) Gençlerde benlik saygısı ile akademik başarıları arasındaki ilişki. 23.Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi. İstanbul.
- Özcan H, Subaşı B, Budak M, Çelik M, Gürel Ş, Yıldız M. Ergenlik ve Genç Yetişkinlik Dönemindeki Kadınlarda Benlik Saygısı, Sosyal Görünüş Kaygısı, Depresyon ve Anksiyete İlişkisi. *Journal of Mood Disorders* 2013; 3(3):107-13
- Pesa J A, Syre TR, Jones E. Psychosocial differences associated with body weight among female adolescents: the importance of body image. *Journal of Adolescent Health* 2000; 26(5): 330-337.
- Pliner P, Chaiken S, Flett G. Eating, social motives and self-presentation in women and men. *Journal of Experimental Social Psychology* 1990; 26: 240-254.
- Rezaei-Dehaghani, A., Paki, S. & Keshvari, M. The relationship between family functioning and self-esteem in female high school students of Isfahan, Iran, in 2013-2014. *Iran J Nurs Midwifery Res* 2015; 20(3):371-7.
- Rice FB (1999) The Adolescent: Development, Relationship, and Culture. USA, Needham Heights: A Viacom Company.
- Sivribaşkara, S. (2003), Özsaygının Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara.
- Striegel MRH, Cachelin FM (1999). Body image concerns and disordered eating in adolescent girls: risk and protective factors: Beyond Appearance, a New look at adolescent girls. Washington, DC, US: American Psychological Association, p. 464
- Tazegül, Ü. (2016). Elit düzeydeki tenisçilerin yaşama bağlılık düzeyleri ile bedenlerini beğenmeleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Asos Journal Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi* 2016; 4(32):468-474.
- Tözün M, Sözmen MK, Babaoğlu A B. Üniversite öğrencilerinde benlik saygısı ve buna etkili faktörler: Türkiye'nin Batısından bir kesitsel çalışma. *Estudam Dergi* 2015; <http://estudamdergi.ogu.edu.tr/index.php/genclik/issue/viewFile/9/76> Erişim Tarihi: 02.02.2018.
- Türköz N, Erkmen H, Seber G, Tekin D (15-21 Ekim-2011), Anadolu Üniversitesi Sağlık Meslek Meslek Lisesi Öğrencilerinin Benlik Saygılarına İlişkin Bir Çalışma. XXV, Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi Bilimsel Çalışmaları, Mersin: s. 313-31
- DeLucia-Waack JL. Supervision for Counselors Working With Eating Disorders Groups: Countertransference Issues Related to Body Image, Food and Weight. *Journal of*



- Counselling and Development 1999; 77(4): 379-388.
- Wood-Barcalow NL, Tylka TL, Augustus-Horvath CL. But I Like My Body: Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image* 2010; 7(2): 106-116.
- Yamak B, İmamoğlu O, Çebi M. Adölesanların Fiziksel Uygunluk Seviyelerinin Vücut İmajı, Benlik Tasarımı Ve Stres Düzeyine Etkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi* 2016; 34(4):191-201
- Yapıcı A, Zengin ZS. İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Değer Tercih Sıraları Üzerine Psikolojik Bir Araştırma, Ç.Ü. İlahiyat Fakültesi Örneği *Değerler Eğitim Dergisi* 2003; I (4),173-206
- Yapıcı A (2004) *Din-Kimlik ve Ön Yargı: Biz ve onlar*, Adana: Karahan Kitabevi.
- Yörükoğlu A (2004) *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı Ve Ruhsal Sorunlar*. İstanbul: ÖzgürYayınları.